

# Inhalt

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Übersicht Kräutersalze..... | 6 |
|-----------------------------|---|

|               |    |
|---------------|----|
| Vorwort ..... | 13 |
|---------------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| Salzkalender..... | 14 |
|-------------------|----|

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Im Jahreskreis der Kräuter .... | 17 |
|---------------------------------|----|

|            |    |
|------------|----|
| Salz ..... | 17 |
|------------|----|

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Salzkompositionen ..... | 27 |
|-------------------------|----|

|                       |    |
|-----------------------|----|
| Welche Gewürze? ..... | 31 |
|-----------------------|----|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Kräutersalz einfärben ..... | 51 |
|-----------------------------|----|

## Bekannte

|                           |    |
|---------------------------|----|
| Kräuterkompositionen..... | 63 |
|---------------------------|----|

|                              |    |
|------------------------------|----|
| Kräutergewürzmischungen..... | 69 |
|------------------------------|----|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Küchenkräuter veredeln..... | 71 |
|-----------------------------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| Sprossen..... | 75 |
|---------------|----|

|                          |    |
|--------------------------|----|
| Meine Kräutersalze ..... | 79 |
|--------------------------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| Apfelgeranie..... | 80 |
|-------------------|----|

|                  |    |
|------------------|----|
| Aroniabeere..... | 81 |
|------------------|----|

|                |    |
|----------------|----|
| Bärlauch ..... | 82 |
|----------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| Basilikum ..... | 84 |
|-----------------|----|

|             |    |
|-------------|----|
| Beifuß..... | 86 |
|-------------|----|

|                     |    |
|---------------------|----|
| Bockshornklee ..... | 87 |
|---------------------|----|

|                  |    |
|------------------|----|
| Bohnenkraut..... | 88 |
|------------------|----|

|                |    |
|----------------|----|
| Borretsch..... | 90 |
|----------------|----|

|                  |    |
|------------------|----|
| Brennnessel..... | 91 |
|------------------|----|

|             |    |
|-------------|----|
| Chili ..... | 92 |
|-------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| Colakraut ..... | 94 |
|-----------------|----|

|                  |    |
|------------------|----|
| Currykraut ..... | 95 |
|------------------|----|

|            |    |
|------------|----|
| Dill ..... | 96 |
|------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| Eberesche ..... | 97 |
|-----------------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| Estragon..... | 98 |
|---------------|----|

|              |    |
|--------------|----|
| Fenchel..... | 99 |
|--------------|----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| Gänseblümchen..... | 100 |
|--------------------|-----|

|                        |     |
|------------------------|-----|
| Gänsefingerkraut ..... | 101 |
|------------------------|-----|

|              |     |
|--------------|-----|
| Giersch..... | 102 |
|--------------|-----|

|                  |     |
|------------------|-----|
| Gundelrebe ..... | 104 |
|------------------|-----|

|                 |     |
|-----------------|-----|
| Jiaogulan ..... | 106 |
|-----------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Kaffirlimette ..... | 107 |
|---------------------|-----|

|              |     |
|--------------|-----|
| Karotte..... | 108 |
|--------------|-----|

|             |     |
|-------------|-----|
| Kerbel..... | 109 |
|-------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Knoblauchgras ..... | 111 |
|---------------------|-----|

|                |     |
|----------------|-----|
| Knoblauch..... | 112 |
|----------------|-----|

|                     |     |
|---------------------|-----|
| Knoblauchrauke..... | 114 |
|---------------------|-----|

|                 |     |
|-----------------|-----|
| Koriander ..... | 115 |
|-----------------|-----|

|            |     |
|------------|-----|
| Kren ..... | 118 |
|------------|-----|

|                    |     |
|--------------------|-----|
| Brunnenkresse..... | 119 |
|--------------------|-----|

|                      |     |
|----------------------|-----|
| Kapuzinerkresse..... | 120 |
|----------------------|-----|

---

# Inhalt

---

|                                |     |                                       |     |
|--------------------------------|-----|---------------------------------------|-----|
| <i>Keimlingskresse</i> .....   | 121 | <i>Schnittlauch</i> .....             | 165 |
| <i>Kümmel</i> .....            | 122 | <i>Sellerie</i> .....                 | 168 |
| <i>Labkraut</i> .....          | 124 | <i>Senf</i> .....                     | 170 |
| <i>Lavendel</i> .....          | 125 | <i>Spitzwegerich</i> .....            | 172 |
| <i>Liebstockel</i> .....       | 126 | <i>Taubnessel</i> .....               | 173 |
| <i>Lilien</i> .....            | 128 | <i>Thymian</i> .....                  | 174 |
| <i>Lorbeer</i> .....           | 129 | <i>Tomaten</i> .....                  | 176 |
| <i>Löwenzahn</i> .....         | 130 | <i>Veilchen</i> .....                 | 178 |
| <i>Majoran</i> .....           | 134 | <i>Vogelmiere</i> .....               | 180 |
| <i>Mutterkraut</i> .....       | 136 | <i>Wasserpfeffer</i> .....            | 182 |
| <i>Olivenkraut</i> .....       | 138 | <i>Wiesenknopf, Kleiner</i> .....     | 183 |
| <i>Oregano</i> .....           | 139 | <i>Wiesenschaumkraut</i> .....        | 184 |
| <i>Paprika</i> .....           | 142 | <i>Ysop</i> .....                     | 186 |
| <i>Pastinaken</i> .....        | 144 | <i>Zitronenmelisse</i> .....          | 188 |
| <i>Petersilie</i> .....        | 145 | <i>Zitronenverbene</i> .....          | 190 |
| <i>Minze</i> .....             | 148 | <i>Zwiebel</i> .....                  | 191 |
| <i>Pilzkraut</i> .....         | 150 |                                       |     |
| <i>Ringelblume</i> .....       | 151 | <i>Kräuter ernten</i> .....           | 193 |
| <i>Rosmarin</i> .....          | 152 | <i>Kräuter konservieren</i> .....     | 203 |
| <i>Rote Rübe</i> .....         | 154 | <i>Lagerung und Haltbarkeit</i> ..... | 211 |
| <i>Rot- und Weißklee</i> ..... | 155 | <i>Mitgaren</i> .....                 | 215 |
| <i>Salbei</i> .....            | 156 | <i>Geschenkideen</i> .....            | 217 |
| <i>Sauerampfer</i> .....       | 158 |                                       |     |
| <i>Schafgarbe</i> .....        | 160 | <i>Die Autorin</i> .....              | 220 |
| <i>Scharbockskraut</i> .....   | 161 | <i>Quellen</i> .....                  | 223 |
| <i>Schisandra</i> .....        | 162 |                                       |     |
| <i>Schnittknoblauch</i> .....  | 164 |                                       |     |