

# *Inhalt*

<b>Vorwort .....</b>	6	<b>Sauerampfer-Suppe.....</b>	31
<b>Einleitung .....</b>	7	<b>Labkraut .....</b>	33
<b>Brennnessel .....</b>	13	Dickmilch mit Labkraut .....	34
Pfannkuchen mit Brennnessel und		Gurkensüppchen mit Labkraut .....	35
Hähnchenfleisch.....	14		
Brennnesselsuppe.....	15	<b>Weißer Gänsefuß .....</b>	37
<b>Löwenzahn .....</b>	17	Kartoffelgratin mit Gänsefuß .....	38
Löwenzahnsalat.....	19	Buntes Pfannengemüse mit Gänsefuß.....	39
Gebratene Schollenfilets			
mit Löwenzahn.....	22	<b>Wiesenschaumkraut.....</b>	41
Kartoffelsalat mit Löwenzahn .....	23	Quark mit Wiesenschaumkraut .....	42
<b>Giersch .....</b>	25	Heringssalat mit Wiesenschaumkraut und Pellkartoffeln .....	43
Salat aus Giersch und Möhren.....	26		
Maultaschen mit feiner		<b>Beifuß.....</b>	47
Gierschfüllung.....	27	Gänsebraten mit Beifußkraut .....	48
<b>Sauerampfer .....</b>	29		
Spargel und Sauce Hollandaise			
mit Sauerampfer.....	30		

Pilzomelette mit Beifuß .....	49	Unkräuter in der Volksheilkunde .....	73
		Brennnessel.....	74
<b>Gundermann</b> .....	51	Löwenzahn.....	75
Gundermann-Limonade .....	52	Labkraut.....	78
Kartoffelsalat mit Gundermann .....	53	Gänsefuß.....	80
<b>Bärlauch</b> .....	55		
Bärlauchpfannkuchen.....	56		
Bärlauch-Kartoffelpüree .....	57		
<b>Hagebutte</b> .....	61		
Hagebuttengelée.....	62	Wiesenschaumkraut .....	81
Mandelplätzchen mit		Klatschmohn .....	82
Hagebuttengelée.....	63	Spitzwegerich.....	83
<b>Rotklee</b> .....	65	Odermennig.....	86
Rotklee-Gelee.....	66	Schafgarbe.....	87
Rhabarber-Kopott		Beinwell.....	88
mit Rotkleeblüten .....	67	Weißdorn.....	92
 		Hagebutte.....	94
<b>Acker-Kratzdistel</b> .....	69	Rotklee .....	95
Kratzdistel-Gelee.....	70		
Acker-Kratzdistel-Sirup .....	71		