

Inhaltsverzeichnis

Rezepte aus der Kräuterküche

Brennnessel	10
Brennnesselsamen-Powerdrink.....	11
Frittierte Brennnessel in Bierteig.....	12
Brennnessel-Aufstrich.....	13
Brennnesselknödel mit Butter.....	15
Giersch	16
Gierschbutter.....	17
Haselnuss-Giersch-Pesto.....	18
Gierschsemmeln.....	19
Spritzige Kräuterschorle.....	21
Kräuter-Kartoffelplätzchen mit Sauerrahmdip.....	23
Gundermann	24
Würziges Apfelchutney.....	25
Kürbiscremesuppe.....	27
Kräuterkartoffeln.....	28
Süße Wiesenpralinen.....	29
Knoblauchsrauke	30
Rührei mit Knoblauchsrauke.....	31
Grüne Pfannkuchen mit herzhafter Topfentülle.....	33
Schafgarbe	34
Rispen Tomaten gefüllt mit Kräuterquark.....	35
Parmesansüppchen.....	36
Wärmender Zaubertrunk.....	37
Holunder	38
Holunderdip.....	39
Holunderbeeregelee.....	41
Hollerröster.....	42
Holunderbeeren-Kräuter-Sirup.....	43
Holunderblütensirup.....	45
Holunderblüten-Rosen-Likör.....	45
Spitzwegerich	46
Wildkräuter-Smoothie.....	47
Neunerlei-Suppe für den Gründonnerstag.....	49
Spitzwegerichtaler.....	51
Vogelmiere	52
Kartoffelsalat mit Gurke.....	53
Topfenspätzle mit Gemüse.....	54
Vogelmieresalat mit Ei.....	55
Wiesenbärenklau	56
Herzhafter Gemüse Eintopf.....	57
Quiche mit Wildkräutermischung.....	59
Kräuter-Kartoffelküchlein.....	61
Wiesenlabkraut	62
Grünkernnockerl.....	63
Wildkräutersalat.....	65
Frischkäsebällchen mit Labkraut und Blüten.....	67
Labkrautsahne zu marinierten Erdbeeren.....	69

Naturkosmetik

Salben, Öle und Tinkturen	70
Grundrezept Frischpflanzensalbe	73
Grundrezept Pflanzentinktur	75
Grundrezept pflegende Ölauszüge	77
Entspannendes Badesalz	79
Lippenpflege selbstgemacht	79
Feine Blütenseife	81
Hausgemachter Franzbranntwein	83

Der Glaswinkler Hof stellt sich vor

Tomis Abenteuer und seine tierischen Gefährten	110
Huhn und Kuh stellen sich vor	113
Alpakas und Lamas – eine wollige Bande	118
Marias Kräuterstüberl	124

Milchkosmetik

Milch und Kräuter für die Schönheit ..	84
Blüten-Milch-Creme	87
Gelbe Rüben-Quarkmaske	89
Glanzkur fürs Haar	91
Milchbad „Samt und Seide“	93
Peeling für die Hände	95

Obstkosmetik

Natürliche Kräfte von Kirschen, Erdbeeren und Co.	96
Aprikosen-Creme für das Gesicht	99
Kirschmaske für das Gesicht	101
Erdbeermaske für Gesicht und Dekolleté	102
Himbeerpackung für den Körper	103
Packung mit Beeren für die Haare	104
Beerenpeeling für das Gesicht	105
Quittenöl für den Körper	106
Zitronenlotion für Nägel, Körper und Haare	107