

Inhalt

Vorwort & Anleitung	4		
Zentrales Legeelement (Sechseck)	5-6		
Küchenkräuter	7	Gewürzkräuter	11
• Petersilie		• Basilikum	
• Schnittlauch		• Rosmarin	
• Dill		• Thymian	
• Kerbel		• Oregano	
• Kresse		• Liebstöckel	
• Borretsch		• Majoran	
• Pimpinelle		• Estragon	
Teekräuter	15	Heilkräuter	19
• Pfefferminze		• Ringelblume	
• Zitronenmelisse		• Arnika	
• Kamille		• Beinwell	
• Brennnessel		• Lavendel	
• Salbei		• Kümmel	
• Ackerschachtelhalm		• Schafgarbe	
• Baldrian		• Fenchel	
Wildkräuter	23	Weitere Kräuter	27
• Löwenzahn		• Beifuß	
• Bärlauch		• Ackersenf	
• Gänseblümchen		• Waldmeister	
• Sauerampfer		• Koriander	
• Giersch-Geißfuß		• Wacholder	
• Spitzwegerich		• Johanniskraut	
• Vogelmiere		• Weißer Gänsefuß	
Farbtafel Kräuter			35-38
Steckbrief			39