

| | |
|--|----|
| 1. Bärlauch – die Frühlingspflanze mit Bärenkräften | 8 |
| 2. Brennessel – große Heilerin, üppige Nahrungsquelle, voll mit Vitalstoffen | 12 |
| 3. Frauenmantel – die wichtigste Heilpflanze der Frauenheilkunde | 16 |
| 4. Gänseblümchen – klein und fein, aber doch so wertvoll. | 20 |
| 5. Giersch – mach den Feind in deinem Garten zu deinem Freund! | 24 |
| 6. Gundermann – klein und unscheinbar, aber mit großer Wirkung. | 28 |
| 7. Johanniskraut – leuchtet wie die Sonne und lässt auch uns strahlen | 32 |
| 8. Kamille – das »Allround-Heilkraut« | 36 |
| 9. Knoblauchsrauke – Gewürz- und Heilpflanze in einem | 40 |
| 10. Kornblume – leuchtende Ackerschönheit | 44 |
| 11. Kriechender Günsel – bitter im Geschmack, lecker in der Verwendung. | 48 |
| 12. Labkraut – ein Star in der Wildkräuterküche | 52 |
| 13. Löwenzahn – leuchtend wie die Sonne | 56 |
| 14. Mädesüß – fein im Duft, groß in der Wirkung | 60 |
| 15. Schafgarbe – die Augenbraue der Venus | 64 |
| 16. Spitzwegerich – Wiesenpflaster und Schleimlöser | 68 |
| 17. Vogelmiere – ganzjährige Powerpflanze | 72 |
| 18. Waldmeister – der Meister aller Düfte des Waldes. | 76 |
| 19. Wiesenbärenklau – Kraftpflanze der Urvölker | 80 |