

# *Speisekarte*

Lust auf Kräutercafé! 6

Wildkräuter im Alltag 8

*Heiß und Kalt* 16

.....

*Mehr als nur Frühstück* 34

.....

*Die kleine Mahlzeit* 72

.....

*Kaffeeklatsch und Tea Time* 98

.....

*Snacks und Knabbereien* 124

.....

**Service** 134

Zum Weiterlesen 136

Infos aus dem Internet 136

Bezugsadressen 137

Die Autorin 137

Auf einen Blick: Verwendungsmöglichkeiten der Kräuter 138

Register 140