

Speisekarte

Lust auf Kräutercaf ! 6

Wildkräuter im Alltag 8

Heiß und Kalt 16

.....

Mehr als nur Fr uhst ick 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