

Löwenzahn

MERKMALE	10
HEILWIRKUNG	12
REZEPTE & HEILMITTEL	
Löwenzahn-Marmelade	16
Löwenzahn-Salat	18
Löwenzahn-Pesto	20
Löwenzahn-Sirup	24
Löwenzahn-Tee	26
Löwenzahn-Salbe	28
Löwenzahn-Saft	32

Brennnessel

MERKMALE	38
HEILWIRKUNG	40
REZEPTE & HEILMITTEL	
Brennnessel-Chips	44
Brennnessel-Spinat	48
Brennnessel-Suppe	50
Brennnessel-Omelette	52
Brennnessel-Tee	56
Brennnessel-Shampoo	58
Brennnessel-Tinktur	62

Gänseblümchen

MERKMALE	68
HEILWIRKUNG	70
REZEPTE & HEILMITTEL	
Gänseblümchen-Brötchen	74
Gänseblümchen-Fruchtgelee	78
Gänseblümchen-Quark	80
Gänseblümchen-Salat	82
Gänseblümchen-Salbe	84
Gänseblümchen-Tinktur	86
Gänseblümchen-Tee	88

Spitzwegerich

MERKMALE	94
HEILWIRKUNG	96
REZEPTE & HEILMITTEL	
Spitzwegerich-Kekse	100
Spitzwegerich-Honig	100
Spitzwegerich-Butter	102
Spitzwegerich-Hustenbonbons	104
Spitzwegerich-Salbe	108
Spitzwegerich-Hustensaft	110

Klee

MERKMALE	116
HEILWIRKUNG	118
REZEPTE & HEILMITTEL	
Klee-Dip	122
Klee-Quiche	124
Klee-Brot	126
Klee-Tee	128
Klee-Öl	130
Klee-Tinktur	130

Kamille

MERKMALE	136
HEILWIRKUNG	138
REZEPTE & HEILMITTEL	
Kamillen-Zucker	142
Kamillen-Honig	146
Kamillen-Sirup	148
Kamillen-Baguette	150
Kamillen-Limonade	152
Kamillen-Tee	154
Kamillen-Frucht-Duschgel	156
Dankeschön	158
Impressum	160