

Über dieses Kochbuch	10	<b>HERBST</b>	<b>111</b>
Saisonkalender	12		
Meine Küche – meine Basics	14	Holunder, Zwetschgen & Co.	112
Regionale und Saisonale Küche	14	Äpfel, Birnen & Co.	125
Das Sammeln von Wildpflanzen	14	Kürbis, Quitten & Co.	132
Die Kunst des Haltbarmachens	15		
Welche Möglichkeiten des Haltbarmachens gibt es?	16	<b>WINTER</b>	<b>153</b>
		Kraut & Bete	154
<b>FRÜHLING</b>	<b>19</b>	Äpfel & Orangen	160
		Weihnachten	169
Bärlauch & Wildkräuter	20		
Erdbeeren & Rhabarber	38	Register	180
Holunder, Waldmeister & Co.	48	Dank	182
		Über die Autorin	183
<b>SOMMER</b>	<b>55</b>	Über die Fotografin	183
		Mehr erfahren	185
Kräuter & Gewürze	56	Impressum	186
Zucchini, Karotten & Co.	70		
Brombeeren, Himbeeren & Co.	105		