

Inhaltsverzeichnis

Einführung	7
Sammeln und Zubereiten	8
Hinweise zur Benutzung des Buches	10
Pflanzenporträts und Rezepte	12
Vogelmiere	12
Löwenzahn	22
Gundermann	34
Ehrenpreis	42
Scharbockskraut	46
Giersch	52
Brennnessel	64
Sauerampfer	80
Gänseblümchen	92
Hirtentäschel	96
Springkraut	100
Günsel	104
Schafgarbe	108
Taubnessel	114
Knoblauchsrauke	122
Wiesenschaumkraut	134
Spitzwegerich	138
Wiesenklee	144
Vergissmeinnicht	148
Braunelle	154
Gänsefuß	158
Knopfkraut	162
Literaturverzeichnis	166
Register der Rezepte nach Pflanzenarten	167
Register der Rezepte nach Art der Speisen und Getränke	170
Kalender der Sammelzeiten	172
Die Autorin	174