

# ***Inhalt***

- 7      Gemüse – mehr als nur Beilage
- 9      Plant to dish – von der Pflanze auf den Teller
- 11     Über die Zutaten
- 13     Kräuter und Wildpflanzen
- 19     Haltbar gemacht
- 20     Microgreens
  
- 23     Frühling
- 95     Sommer
- 139    Herbst
- 167    Winter
  
- 205    Danke
- 206    Rezeptregister
- 208    Über den Autor