

Inhalt

| | |
|-----------------------------|-----|
| Vorwort | 6 |
| Einleitung | 8 |
| 1. Im Kontakt mit der Natur | 13 |
| 2. Geerntet | 21 |
| 3. Gewachsen | 39 |
| 4. Gefunden | 69 |
| 5. Gesammelt | 91 |
| 6. Wiederverwertet | 105 |
| Schlussgedanken | 123 |
| Weiterführende Literatur | 124 |
| Weitere Informationen | 125 |
| Register | 126 |
| Dank, Bildnachweis | 128 |
| Über die Autorin | 128 |