

Inhalt

- ESSBAR ODER GIFTIG? 5
 - Was du unbedingt wissen solltest 6
 - Haltbar machen & zubereiten 10
- FRÜHLINGSKRÄUTER 19
 - Essbare Blätter von Bäumen 46
- SOMMERKRÄUTER 49
 - Essbare Blüten 76
 - Essbare Wurzeln 78
 - Essbare Samen 80
- GIFTIGE BLÄTTER & BLÜTEN 83
- WILDE FRÜCHTE IM SPÄTSOMMER & HERBST 91
 - Nuss, Kastanie & Co. 122
 - Wildes Obst 124
- GIFTIGE FRÜCHTE 127
- SERVICE 140