

Inhalt

Wichtige Informationen und Tipps vorab	7
Einführung	8
Pflanzen bestimmen – in freier Natur mit allen Sinnen	9
Der Lebenszyklus der Pflanzen: Wann können wir ernten?	9
Kochkunst und Gesundheit	11
Geschmack und therapeutische Eigenschaften	11
Ein paar Worte zum Abschluss	12
Erklärung der verwendeten Symbole	13
Ergänzungen des deutschen Herausgebers	14
Das sollten Sie wissen: Gefährdung und Schutz der Arten	14
Wie Sie mit diesem Buch umgehen	15
Pflanzenportraits: Essbare Wildpflanzen von A bis Z	17
Anhang	249
Index der Wildpflanzen	250
Standorttabellen	254
Die Blattformen	254
Die Blütenfarben	257
Die verschiedenen Standorte	258
Literaturempfehlungen ...	267
... und Fotonachweise	268