

Teekräuter selbst sammeln 6

Die Kunst des Teemischens 20

Die richtige Teezubereitung 26

Die Pflanzen im Porträt 32

Von Anisysop bis Zitronenverbene

Nützliches

Sammelkalender 18

Tee-Mischungen 23

Wie Teekräuter wirken 24

Die Pflanzenbestimmung 29

Adressen, Zum Weiterlesen 170

Register 173

Impressum, Bildnachweis 176