

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