

Inhalt

Einführung	3
Sicherer Umgang mit Heilkräutern	5
Inhaltsstoffe und ihre Wirkung	6
Sammeln von Heilkräutern	8
Trocknen und Aufbewahren	10
Zubereitung von Kräuterarzneien	10
Kräuter von A–Z	12
Register	328