

9 Ein Duft aus alten Zeiten

Die bewegte Vergangenheit der Kräuter 9
Alte Kräuter neu entdeckt 12

15 Ein Platz für frische Kräuter

Der ideale Standort 15
Gestaltung eines Kräutergarten 16
Duftende Rabatten und Hecken 18
Gefährten der Sommerblumen 20
Kleiner Küchengarten am Haus 22
Bunte Gewürzmischung im Balkonkasten 24
Kräuter auf der Fensterbank 26

27 Anlage eines Kräutergarten

Die Vorbereitung des Bodens 27
Kompost ist unentbehrlich 27
Keine Wohlstandskost für Kräuter 29
Die Aussaat der einjährigen und zweijährigen Kräuter 30
Vorkultur empfindlicher Kräuter 32
Das Auspflanzen der mehrjährigen Kräuter 34
Die eigene Vermehrung 35
Kräuter-»Quellen« 37

38 Die biologische Pflege des Kräutergarten

Grundlagen für gesundes Wachstum 38
Kräuter helfen Kräutern 40
Biologischer Pflanzenschutz mit natürlichen Mitteln 42
Bio-Tips für den Notfall 43

48 Kräuter halten den Garten gesund

Kräuter in der Mischkultur 48
Kräuter als Bienenweide 51

53 Ernten und aufbewahren

Ernten und aufbewahren 53
Erntezeitpunkt und Schnitt 53

Trocknen 54
Konservieren in Essig und Öl 57
Einfrieren 59
Frische Kräuter im Winter 60
Damit Sie auf den Geschmack kommen 61
Rezepte für die Küche 61
Rezepte für Heil-Öle 62
Rezepte für den Alltag 63

65 Kräuter stellen sich vor

Einjährige Kräuter 66

Anis 66 – Dill 66 – Kerbel 67 – Koriander 68 – Schnittsellerie 69 – Basilikum 70 – Bohnenkraut 71 – Majoran 72 – Kamille 73 – Ringelblume 74 – Kresse 75 – Kapuzinerkresse 76 – Portulak 76 – Winterportulak 77 – Melde 78 – Boretsch 79 – Knoblauch 80 – Zwiebel 82

Zweijährige Kräuter 83

Kümmel 83 – Petersilie 84 – Löffelkraut 85 – Winterkresse 86 – Stiefmütterchen 87 – Königskezze 88

Mehrjährige Kräuter 89

Angelika 89 – Fenchel 89 – Liebstöckel 90 – Bergbohnenkraut 91 – Lavendel 92 – Melisse 93 – Monarda 94 – Pfefferminze 95 – Rosmarin 96 – Salbei 97 – Thymian 98 – Ysop 99 – Alant 100 – Balsamkraut 101 – Beifuß 102 – Eberraute 102 – Estragon 103 – Rainfarn 104 – Schafgarbe 105 – Wermut 106 – Meerrettich 107 – Brennessel 108 – Tripmadam 108 – Pimpinelle 109 – Weinraute 110 – Zitronengeranie 111 – Malve 112 – Johanniskraut 113 – Beinwell 114 – Baldrian 114 – Veilchen 115 – Sauerampfer 116 – Schnittlauch 117

118 Kurzer Kräuterwegweiser

126 Bezugsquellen

127 Register