

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 Kräutergartens 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 Kräutergartens

- 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 Kräutergartens

- 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 – Korian-
der 68 – Schnittsellerie 69 – Basi-
likum 70 – Bohnenkraut 71 – Majo-
ran 72 – Kamille 73 – Ringelblume 74 –
Kresse 75 – Kapuzinerkresse 76 –
Portulak 76 – Winterportulak 77 –
Melde 78 – Boretsch 79 – Knob-
lauch 80 – Zwiebel 82

Zweijährige Kräuter 83

- Kümmel 83 – Petersilie 84 – Löffel-
kraut 85 – Winterkresse 86 – Stief-
mütterchen 87 – Königskerze 88

Mehrfährige Kräuter 89

- Angelika 89 – Fenchel 89 – Lieb-
stöckel 90 – Bergbohnenkraut 91 – La-
vandel 92 – Melisse 93 – Monarda 94 –
Pfefferminze 95 – Rosmarin 96 –
Salbei 97 – Thymian 98 – Ysop 99 –
Alant 100 – Balsamkraut 101 –
Beifuß 102 – Eberraute 102 – Estrag-
on 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