



Geraldene Holt



# KRAUTER KRAUTER Kit VIII

- in Garten und Küche -

für Gesundheit und Schönheit -

- als Duft und Dekoration -

Fotos von Deborah Patterson

vsfl



*Mi*



Christian Verlag

# INHALT



## TEIL 1

### KRÄUTERGÄRTEN

Einführung 8

#### **Klassische Kräutergärten**

Die Geschichte der Kräuter 14

Heilkräutergärten und Kloster-  
gärten 18

Würzkräutergärten 22

Formale Kräutergärten 28

Duftkräutergärten 32

#### **Gestaltung von Kräutergärten**

Ein Kräutergarten 38

Pflanzenauswahl 42

Ein gepflasterter Kräutergarten 44

Ein Küchenkräutergarten 48

Ein formaler Kräutergarten 52

Ein Duftkräutergarten 56

Kräuter in Töpfen und Kübeln 60

Kräuter vermehren 64

#### **Verzeichnis der Würzkräuter**

66

## TEIL 2

### KRÄUTERKÜCHE

Einführung

90

Suppen und Vorspeisen

92

Fisch und Meeresfrüchte

102

Fleisch, Geflügel und Wild

110

Nudeln, Reis, Eier und Käse

120

Salate und Gemüse

130

Desserts und Erfrischungen

140

Brote, Kuchen und Kleingebäck

150

Hausgemachtes für die Vorratskammer

158

## TEIL 3

### KRÄUTERZAUBER

Einführung

170

Kräutergärten im Haus

172

Kräuter als Dekoration

180

Aromatische Kräuter

192

Kräuter für die Schönheit und  
die Gesundheit

204

Verzeichnis der Heilkräuter

210

#### **Wuchsbedingungen und Eignung**

218

#### **Adressen**

220

#### **Beschwerden und ihre Heilmittel**

220

#### **Register**

221