

ROSEMARIE KRANABETTER · CHRISTINE WEIDENWEBER

Für  
Gesundheit  
und  
Genuss

Die Geheimrezepturen der

# Kräuter Bäuerin

blv



# INHALT

<b>IM EINKLANG MIT DER NATUR</b>	<b>6</b>
Das Leben in den Bergen	8
Tradition und modernes Wissen	12
<b>ROSMARIES PFLANZENWELT</b>	<b>18</b>
Fürsorglich gepflanzt	20
Kosmische Kräfte im Visier	28
Wildkräuter – eine Delikatesse	32
Vom Säen und Ernten	36
Kräuter verarbeiten	44
<b>WOHLTUEND GEMISCHT</b>	<b>48</b>
Rosmaries Schatzkästchen	50
Für Körper und Seele	62
Wenn's zwickt und drückt	70
<b>KRÄUTER FÜR DIE KÜCHE</b>	<b>78</b>
Die köstlichen Wilden	80
<b>DUFTENDE SCHÄTZE UND RÄUCHERWERK</b>	<b>94</b>
Kräuterduft liegt in der Luft	96
<b>WÜRZIG UND GESUND</b>	<b>102</b>
Kräutersalze	104
Kräuter für die Schönheit	116
<b>SIRUP UND TINKTUREN</b>	<b>118</b>
Sommer in Flaschen	120
<b>GEBALLTE GEISTIGE KRAFT</b>	<b>130</b>
Kräuterwein und Kräuterlikör	132
<b>EINFACH GUT</b>	<b>138</b>
Alles Essig	140
Kräuteröle	144
Zum Nachschlagen	150
Stichwortverzeichnis	158