

Pflanzen Portrait

Wilde Kräuter, Pflanzen
& Blüten



zum kochen

- Wiesenbärenklau
- Knoblauchrauke
- Wiesenkerbel
- Giersch
- Große Klette
- Klettiges Labkraut
- Bennessel
- Löwenzahn
- Schafgarbe
- Wilder Dost (Oregano)
- Beifuß
- Beinwell



zum verzieren

- Platterbse
- Wicke
- Weißer Senf, Sumpfkresse
- Johanniskraut
- Waldziest
- Taubnessel
- Wiesenklees



Manss

Wissenswert

Wildkräuter Lüerwald Juli Saison



Brennnessel

- schmackhaftes, mineralstoff- und vitaminreiches Wildgemüse
- Samen wirken zellregenerierend, Kraut enthält Kieselsäure, gut für Haut und Haare



Knoblauchrauke

- schmeckt sie sehr intensiv nach Knoblauch, obwohl es kein Zwiebelgewächs ist
- PRO: Genuss ,ohne gefürchteten Zwiebel/Knoblauch-Atem!



Wiesenkerbel

- „Urpetersilie“, aber viel aromatischer und natürlich auch vitaminreicher als die gezüchtete Petersilie



Löwenzahn

- Nach dem Ausstechen im heimischen, ungedüngten Rasen am besten direkt waschen und ab in den Salat
- dicke ganze Pflanzenstauden lässt sich super schmoren
- Die Bitterstoffe wirken als ideale Gallenfluss-Anreger, perfekt als Frühjahrskur

