

# Wildkräuter-Küche



von  
Doris Grappendorf

## Wildkräuter-Küche

Die meisten Menschen leiden unter einem Mangel an Spurenelementen und Mineralien. Das liegt vorwiegend an der Ausbeute unserer Böden. Viele der heute "modernen" Krankheitsbilder werden für diesen Mangel verantwortlich gemacht. Mit Hilfe der Wildkräuter, die wir an Orten sammeln, deren Böden dieser Ausbeute nicht unterlegen sind, können wir hier einen hervorragenden Ausgleich schaffen.

Sie finden in diesem Büchlein eine kleine Auswahl heimischer, essbarer Wildpflanzen und einfache Rezepte dazu.

120 Seiten / Paperback - 10.00 €, 10. Auflage 2016 (1. Auflage 1999)