

Stauden kulinarisch:

Cottage-Stauden
Dipl. Ing. (FH) Lars Bublitz
Maasbeeker Feld 15
32602 Vlotho

Tel 05733/929022
Fax 05733/929026
LarsBublitz@cottage-stauden.de

www.cottage-stauden.de



Alle verkauften Pflanzen und jegliches Saatgut sind ausschließlich zur Anpflanzung für Zierzwecke bestimmt. Die Angaben zur Verwendung dienen lediglich der Information. Eine darüber hinaus gehende Verwendung ist nur im Rahmen des aktuellen Rechts des jeweiligen Landes zulässig. Angaben zur Heilwirkung/medizinischen Verwendung und zum kulinarischen Gebrauch sind übermittelte/überlieferte Angaben aus der Volksheilkunde. Sie liefern keinerlei Empfehlung zum Gebrauch/Verzehr bzw. zum Nachkochen.

Kirschfarbene Garten-Schafgarbe (Achillea millefolium 'Cassis')

medizinisch: In der Naturmedizin bei Frauen-, Magen-, Gallen- und Darmbeschwerden verwendet, sowie bei Appetitlosigkeit

kulinarisch: Junge Blätter als Salatbestandteil, ältere Blätter geben Suppen und Eintöpfen eine besondere Würze

Bunte Garten-Schafgarbe (Achillea millefolium 'Colorado')

medizinisch: In der Naturmedizin bei Frauen-, Magen-, Gallen- und Darmbeschwerden verwendet, sowie bei Appetitlosigkeit

kulinarisch: Junge Blätter als Salatbestandteil, ältere Blätter geben Suppen und Eintöpfen eine besondere Würze

Garten-Schafgarbe (Achillea millefolium 'Harlekin')

medizinisch: In der Naturmedizin bei Frauen-, Magen-, Gallen- und Darmbeschwerden verwendet, sowie bei Appetitlosigkeit

kulinarisch: Junge Blätter als Salatbestandteil, ältere Blätter geben Suppen und Eintöpfen eine besondere Würze

Paprikafarbene Schafgarbe (Achillea millefolium 'Paprika')

medizinisch: In der Naturmedizin bei Frauen-, Magen-, Gallen- und Darmbeschwerden verwendet, sowie bei Appetitlosigkeit

kulinarisch: Junge Blätter als Salatbestandteil, ältere Blätter geben Suppen und Eintöpfen eine besondere Würze

Pastellfarbene Garten-Schafgarbe (Achillea millefolium 'Summer Pastels')

medizinisch: In der Naturmedizin bei Frauen-, Magen-, Gallen- und Darmbeschwerden verwendet, sowie bei Appetitlosigkeit

kulinarisch: Junge Blätter als Salatbestandteil, ältere Blätter geben Suppen und Eintöpfen eine besondere Würze

Alpen-Steinquendel (Acinos alpinus)

medizinisch: Verdauungsfördernd, fördert die lokale Blutversorgung

kulinarisch: Käsewürze, essbare Blüten

Steinquendel (Acinos arvensis)

medizinisch: Verdauungsfördernd

kulinarisch: Essbare Blüten, als Würze für Fleischgerichte, Teekraut

Panaschierter Giersch (Aegopodium podagravia 'Variegatum')

medizinisch: Innerlich bei Gicht, äußerlich bei Insektenstichen und Verbrennungen

kulinarisch: Junge Blätter als Salat oder Gemüse

Mexikanische Nesselminze (Agastache mexicana 'Sangria')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Duft-Nesselminze (Agastache rugosa)

medizinisch: Appetitanregend, bei Übelkeit, Erbrechen und Verdauungsproblemen, bei Erkältung, fiebersenkend, antibakteriell

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Weißer Nesselminze (Agastache rugosa 'Alba')

medizinisch: Appetitanregend, bei Übelkeit, Erbrechen und Verdauungsproblemen, bei Erkältung, fiebersenkend, antibakteriell

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Dunkelblaue Nesselminze (Agastache rugosa 'Black Adder ®')

medizinisch: Appetitanregend, bei Übelkeit, Erbrechen und Verdauungsproblemen, bei Erkältung, fiebersenkend, antibakteriell

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Blaue Nesselminze (Agastache rugosa 'Blue Fortune')

medizinisch: Appetitanregend, bei Übelkeit, Erbrechen und Verdauungsproblemen, bei Erkältung, fiebersenkend, antibakteriell

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Koreanische Nesselminze (Agastache rugosa 'Korean Zest')

medizinisch: Appetitanregend, bei Übelkeit, Erbrechen und Verdauungsproblemen, bei Erkältung, fiebersenkend, antibakteriell

kulinarisch: Essbare Blüten, kalte & warme Getränke, zum Parfümieren von Obstsalat und anderen Desserts

Rote Stockrose (Alcea Rosea-Hybr. 'Mars Magic')

medizinisch:

Innerlich bei Gastritis, Husten und Blasenentzündung, äußerlich bei Halsschmerzen

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißer Stockrose (*Alcea Rosea-Hybr. 'Polarstar'*)

medizinisch: Innerlich bei Gastritis, Husten und Blasenentzündung, äußerlich bei Halsschmerzen

kulinarisch: Essbare Blüten

Gelber Stockrose (*Alcea Rosea-Hybr. 'Sunshine'*)

medizinisch: Innerlich bei Gastritis, Husten und Blasenentzündung, äußerlich bei Halsschmerzen

kulinarisch: Essbare Blüten

Schnittlauch (*Allium schoenoprasum*)

medizinisch: Appetitanregend, verdauungsfördernd und harntreibend.

kulinarisch: Zum Würzen von Ei, Salat, Frischkäse, Quark, Kartoffeln, Suppen u. Saucen, essbare Blüten

Berg-Lauch (*Allium senescens*)

medizinisch: Appetitanregend, verdauungsfördernd und harntreibend.

kulinarisch: Zum Würzen von Ei, Salat, Frischkäse, Quark, Kartoffeln, Suppen u. Saucen, essbare Blüten

Große Ochsenzunge (*Anchusa azurea*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Arznei-Engelwurz (*Angelica archangelica*)

medizinisch: Gicht, Rheuma, Lungenleiden, Darmbeschwerden, Geschwülste und Herzleiden

kulinarisch: Marinaden für Fisch & Meeresfrüchte, Kompott- u. Marmeladenwürze, zum Parfümieren von Milch

Panaschierter Engelwurz (*Angelica archangelica 'Corinne Tremaine'*)

medizinisch: Gicht, Rheuma, Lungenleiden, Darmbeschwerden, Geschwülste und Herzleiden

kulinarisch: Marinaden für Fisch & Meeresfrüchte, Kompott- u. Marmeladenwürze, zum Parfümieren von Milch

Färberkamille (*Anthemis tinctoria 'Sauce Hollandaise'*)

medizinisch:

kulinarisch: Getrocknete Blüten als Tee, frische Blüten als Garnitur, frische Blätter im Kräuterquark

Gelblättriger Wiesenkerbel (*Anthriscus sylvestris 'Golden Fleece'*)

medizinisch:

kulinarisch: Zum Würzen von Salat, Suppen, Eintöpfe, Eierspeisen und Weichkäse

Rotblättriger Wiesenkerbel (*Anthriscus sylvestris 'Ravenswing'*)

medizinisch:

kulinarisch: Zum Würzen von Salat, Suppen, Eintöpfe, Eierspeisen und Weichkäse

Buntblättriger Meerrettich (*Armoracia rusticana 'Variegata'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden, Rheuma, Wunden u. Insektenstichen

kulinarisch: Wurzel gerieben in Verbindung mit Sahne, Käse, Fisch u. Fleisch

Estragon (*Artemisia dracunculus*)

medizinisch: Verdauungsfördernd, gegen Darmparasiten. Äußerlich bei Rheuma und Zahnschmerzen

kulinarisch: Würze für Wild u. Geflügel; dezenter Einsatz in Salat und in Kombination mit Tomaten; Bouquet garni für Fischgerichte (Estragon, Thymian, Petersilie u. Zitronenschale)

Römischer Wermut (*Artemisia pontica*)

medizinisch: Appetitanregend, Förderung der Leberfunktionen. Äußerlich bei Schwellungen, Wunden und Stichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Zum Parfümieren von Getränken.

Gelb-gefleckter Beifuß (*Artemisia vulgaris 'Janlim'*)

medizinisch: Verdauungsfördernd, gegen Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blütenstände als Würze von Ente- und Gansfüllungen

Turiner Waldmeister (*Asperula taurina*)

medizinisch:

kulinarisch: Bowlen- u. Erfrischungsgetränke

Weißer Waldaster (*Aster divaricatus (Eurybia divaricatus)*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Teppich-Aster (*Aster pansos 'Snowflurry'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Niedrige Ödland-Aster (*Aster sedifolius 'Nanus'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißbunte Barbarakresse (*Barbarea vulgaris 'Variegata'*)

medizinisch: Stoffwechselfördernd u. keimhemmend

kulinarisch: Im Salat wie Kresse

Mongolische Bergenie (Sibirischer Tee) (*Bergenia crassifolia*)

medizinisch: Innerlich bei Harnwegsinfekten, Müdigkeit, Darmbeschwerden, Kopfschmerzen

kulinarisch: Teekraut

Panaschierter Ewiger Kohl (*Brassica oleracea* var. *acephala*)

medizinisch:

kulinarisch: Blätter gekocht

Grossblütige Bergminze (*Calamintha grandiflora*)

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Panaschierte Bergminze (*Calamintha grandiflora* 'Variegata')

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Steinquendel (*Calamintha menthifolia* 'Gottfried Kühn')

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Hellvioletter Steinquendel (*Calamintha nepeta* 'Blue Cloud')

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Steinquendel (*Calamintha nepeta* ssp. *nepeta*)

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen), zum Aufpeppen von Gurkensalat

Römische Minze (*Calamintha species*)

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Wald-Bergminze (*Calamintha sylvatica*)

medizinisch: Nervöse Leiden, Verstopfung, fiebrige Erkältung, Menstruationsbeschwerden

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration, Blätter als Tee oder zum Würzen von Fisch-, Pilz- u. Gemüsegerichten (Auberginen)

Lauchkraut Glockenblume (*Campanula alliarifolia*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Bärtige Glockenblume (*Campanula barbata*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Blaue Karpaten-Glockenblume (*Campanula carpatica* 'Blaue Clips')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißer Karpaten-Glockenblume (*Campanula carpatica* 'Weiße Clips')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Riesen-Dolden-Glockenblume (*Campanula lactiflora* 'Lodden Anne')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Blaue Waldglockenblume (*Campanula latifolia* var. *macrantha*)

medizinisch: Blätter von nicht blühenden Pflanzen als Salat

kulinarisch: Essbare Blüten, Blätter als Salat, Wurzeln gekocht als Gemüse

Weißer Waldglockenblume (*Campanula latifolia* var. *macrantha* 'Alba')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, Blätter als Salat, Wurzeln gekocht als Gemüse

Gefüllte Marienglockenblume (*Campanula medium* 'Gefüllte Mischung')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, junge Blätter als Salat u. Gemüse

Polster-Glockenblume (*Campanula poscharskyana* 'Blauranke')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißer Polster-Glockenblume (*Campanula poscharskyana* 'Weißranke')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Japanglockenblume (*Campanula punctata* 'Rubriflora')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Garten-Glockenblume (*Campanula Punctata-Hybride* 'Sarastro')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Acker-Glockenblume (*Campanula rapunculoides*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Rapunzel-Glockenblume (*Campanula rapunculus*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Sarmatische-Glockenblume (*Campanula sarmatica*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Koreanische -Glockenblume (*Campanula takesimana*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Nessel-Glockenblume (*Campanula trachelium* 'Bernice')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, junge Blätter als Salat u. Gemüse

Weißer Spornblume (*Centranthus ruber* 'Albus')

medizinisch:

kulinarisch: Junge Blätter als Salat, essbare Blüten

Rote Spornblume (*Centranthus ruber* 'Coccineus')

medizinisch:

kulinarisch: Junge Blätter als Salat, essbare Blüten

Kerbelrübe (*Chaerophyllum bulbosum*)

medizinisch:

kulinarisch: Wurzeln wie Möhren

Römische Kamille (*Chamaemelum nobile* 'Plenum')

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden, Übelkeit, Schlaflosigkeit und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Hauterkrankungen.

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Graubehaarte Zistrose (*Cistus incanus* ssp. *tauricus*)

medizinisch: Antiviral, schwermetallausleitend, heilt Hautkrankheiten

kulinarisch: Blüten und Blätter als Tee

Gemeine Wirbeldost (*Clinopodium vulgare*)

medizinisch: Verdauungsfördernd, entzündungshemmend, antiviral, antibakteriell

kulinarisch: Frische oder getrocknete Blätter als Speisewürze oder Tee, frische Blätter als Salatbestandteil

Löffelkraut (*Cochlearia officinalis*)

medizinisch: Appetitanregend und verdauungsfördernd, bei Rheuma

kulinarisch: Blätter im Salat, Quark oder in grünen Saucen

Japanische Petersilie (*Cryptotaenia japonica* 'Atropurpurea')

medizinisch:

kulinarisch: Frisch oder kurz gegart passt Jap. Petersilie zu Pilzen, Fisch, Geflügel, Reis, Suppen und Salat

Kartäusernelke (*Dianthus carthusianorum*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißer Heidenelke (*Dianthus deltoides* 'Albus')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Rote Heidenelke (*Dianthus deltoides* 'Leuchtfunk')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Schwefelnelke (*Dianthus knappii*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Pracht-Nelke (Dianthus superbus)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Koreanische Sellerie (Dystaenia takesimana)

medizinisch:

kulinarisch: Zum Würzen von Suppen und Eintöpfe.

Bleicher Scheinsonnenhut (Echinacea pallida)

medizinisch: Gegen Hauterkrankungen und Erkältung

kulinarisch: Blütenblätter als Salatdekoration

Niedriger Rosa Sonnenhut (Echinacea purpurea 'Baby Swan Pink')

medizinisch: Gegen Hauterkrankungen und Erkältung

kulinarisch: Blütenblätter als Salatdekoration

Niedriger Weißer Sonnenhut (Echinacea purpurea 'Baby Swan White')

medizinisch: Gegen Hauterkrankungen und Erkältung

kulinarisch: Blütenblätter als Salatdekoration

Etagen-Sonnenhut (Echinacea purpurea 'Doppeldecker')

medizinisch: Gegen Hauterkrankungen und Erkältung

kulinarisch: Blütenblätter als Salatdekoration

Roter Sonnenhut (Echinacea purpurea 'Magnus')

medizinisch: Gegen Hauterkrankungen und Erkältung

kulinarisch: Blütenblätter als Salatdekoration

Gefülltblühendes Sumpf-Mädesüß (Filipendula ulmaria 'Plena')

medizinisch: Säurebedingte Magenprobleme, Rheuma- und Gelenkschmerzen, Grippe, Blasenentzündung

kulinarisch: Blüten als essbare Dekoration, zur Geleebereitung u. zum Aromatisieren von Getränken, Blätter als Zugabe für Salat u. Suppe

Panaschiertes Mädesüß (Filipendula ulmaria 'Variegata')

medizinisch: Säurebedingte Magenprobleme, Rheuma- und Gelenkschmerzen, Grippe, Blasenentzündung

kulinarisch: Blüten als essbare Dekoration, zur Geleebereitung u. zum Aromatisieren von Getränken, Blätter als Zugabe für Salat u. Suppe

Bronze-Fenchel (Foeniculum vulgare 'Rubrum')

medizinisch: Verdauungsfördernd. Bei Halsschmerzen und Zahnfleischentzündungen.

kulinarisch: Das Kraut mit seiner Anisnote passt zu Fischgerichten und Salaten

Gelbfruchtige Monatserdbeere (Fragaria vesca var. semperflorens 'Alpine Yellow')

medizinisch: Innerlich bei Magenbeschwerden und Gicht, äußerlich gegen Sonnenbrand und Hautunreinheiten

kulinarisch: Blätter in Teemischungen

Freiland-Fuchsie (Fuchsia magellanica)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Sumpfgladiole (Gladiolus palustris)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Spanisches Süßholz (Glycyrrhiza glabra)

medizinisch: Innerlich bei Asthma, Bronchitis, Husten, Magengeschwüren, Arthritis, Allergie, äußerlich gegen Herpes, Ekzeme und Gürtelrose

kulinarisch: Wurzel als Tee

Curry-Kraut (Helichrysum italicum)

medizinisch: Bei Husten

kulinarisch: Kurz mitgegart bekommen Gemüse- und Reisgerichte eine dezente Currynote

Rosa Wiesen-Bärenklau (Heracleum sphondylium 'Pink Cloud')

medizinisch: Innerlich bei Husten u. Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Junge Blätter u. Sprosse als Gemüse

Nachtviole (Hesperis matronalis)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, Blätter von nicht blühenden Pflanzen als Salat

Weißer Nachtviole (Hesperis matronalis 'Alba')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, Blätter von nicht blühenden Pflanzen als Salat

Mariengras (Hierochloa odorata)

medizinisch:

kulinarisch: Zum Parfümieren von Getränken und Süßspeisen

Eiszeit-Funkie (*Hosta Hybride 'El Nino' ©*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißrand-Funkie (*Hosta Hybride 'Francee'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Blaublatt Funkie (*Hosta sieboldiana 'Elegans'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Panaschierter Eidechschwanz (*Houttuynia cordata 'Chameleon'*)

medizinisch: Innerlich gegen Luftweg- und Harnwegsinfektionen, äußerlich bei Hautproblemen, Abszessen und Bindehautentzündung

kulinarisch: Wie Koriander

Gefüllter Eidechschwanz (*Houttuynia cordata 'Plena'*)

medizinisch: Innerlich gegen Luftweg- und Harnwegsinfektionen, äußerlich bei Hautproblemen, Abszessen und Bindehautentzündung

kulinarisch: Wie Koriander

Weißer Ysop (*Hyssopus officinalis 'Albus'*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Husten und Verdauungsproblemen. Äußerlich bei Verletzungen

kulinarisch: Essbare Blüten, für Wildgerichte und zum Parfümieren von Kompotten, dezent einsetzen

Rosa Ysop (*Hyssopus officinalis 'Roseus'*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Husten und Verdauungsproblemen. Äußerlich bei Verletzungen

kulinarisch: Essbare Blüten, für Wildgerichte und Suppen. Passt auch zu Gerichten mit Hülsenfrüchten. Zum Parfümieren von Kompotten und alkoholischen Getränken, dezent einsetzen

Zwerg-Ysop (*Hyssopus officinalis ssp. aristatus*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Husten und Verdauungsproblemen. Äußerlich bei Verletzungen

kulinarisch: Essbare Blüten, für Wildgerichte und zum Parfümieren von Kompotten, dezent einsetzen

Echter Alant (*Inula helenium*)

medizinisch: Innerlich bei Bronchitis, Heuschnupfen, Reizhusten, Asthma, Tuberkulose, Pleuritis und Katarrh

kulinarisch: Wurzel als Gemüse, kandiert oder zum aromatisieren von Likör

Taubnessel (*Lamium maculatum 'Beacon Silver'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Taubnessel (*Lamium maculatum 'Roseum'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Taubnessel (*Lamium maculatum 'White Nancy'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Große Taubnessel (*Lamium orvala*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Weißblühender Lavendel (*Lavandula angustifolia 'Alba'*)

medizinisch: Bei Migräne, Erschöpfung, Depressionen, Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen und Bronchitis. Äußerlich bei Stichen, Verbrennungen, Hautleiden und Muskelschmerzen.

kulinarisch: Huhn, Kaninchen, Lamm, zum Parfümieren von Zucker und als besonderes I-Tüpfelchen im Schokoeis

Lavendel (*Lavandula angustifolia 'Hidcote Blue'*)

medizinisch: Bei Migräne, Erschöpfung, Depressionen, Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen und Bronchitis. Äußerlich bei Stichen, Verbrennungen, Hautleiden und Muskelschmerzen.

kulinarisch: Huhn, Kaninchen, Lamm, zum Parfümieren von Zucker und als besonderes I-Tüpfelchen im Schokoeis

Lavendel (*Lavandula angustifolia 'Hidcote Superior'*)

medizinisch: Bei Migräne, Erschöpfung, Depressionen, Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen und Bronchitis. Äußerlich bei Stichen, Verbrennungen, Hautleiden und Muskelschmerzen.

kulinarisch: Huhn, Kaninchen, Lamm, zum Parfümieren von Zucker und als besonderes I-Tüpfelchen im Schokoeis

Rosablütiger Lavendel (*Lavandula angustifolia 'Rosea'*)

medizinisch: Bei Migräne, Erschöpfung, Depressionen, Schlaflosigkeit, Verdauungsproblemen und Bronchitis. Äußerlich bei Stichen, Verbrennungen, Hautleiden und Muskelschmerzen.

kulinarisch: Huhn, Kaninchen, Lamm, zum Parfümieren von Zucker und als besonderes I-Tüpfelchen im Schokoeis

Schopflavendel (*Lavandula stoechas*)

medizinisch:

kulinarisch: Blüten als Teekraut

Ausdauernde Kresse (*Lepidium latifolium*)

medizinisch:

kulinarisch: Wasabiaroma, in Salaten u. Dips

Maca (*Lepidium peruvianum*)

medizinisch:

kulinarisch: Kressearoma, in Salaten u. Dips

Liebstockel, Maggikraut (*Levisticum officinale*)

medizinisch: Innerlich bei Appetitlosigkeit, Verdauungsproblemen, Koliken, Blähungen, Blasenentzündungen u. Menstruationsbeschwerden, äußerlich bei Halsschmerzen

kulinarisch: Junge Triebe als Gemüse, Stiele kandiert, Blätter in Salaten, Eintöpfen u. Suppen, Samen als Suppen-, Brot- u. Gebäckwürze

Blauer Lein (*Linum perenne*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten u. Triebe, Samen in Backwaren

Weißer Lein (*Linum perenne 'Album'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten u. Triebe, Samen in Backwaren

Blauer Zwerg-Staudenlein (*Linum perenne Nanum 'Blau Saphir'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten u. Triebe, Samen in Backwaren

Weißer Zwerg-Staudenlein (*Linum perenne Nanum Album 'Diamant'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten u. Triebe, Samen in Backwaren

Weißer Andorn (*Marrubium vulgare*)

medizinisch: Bedeutendes Heilkraut gegen Bronchitis, Erkältung und Husten. Wirkt positiv auf Leber, Galle und Herz

kulinarisch: Likör- und Brauwürzkraut.

Weißer Garten-Levkoje (*Matthiola incana 'Pillow Talk'*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Panaschierte Zitronenmelisse (*Melissa officinalis 'Variegata'*)

medizinisch: Bei Depressionen und Verdauungsproblemen. Äußerlich bei Stichen und Herpes..

kulinarisch: Desserts, Fisch & Huhn, Tee, Longdrinks

Bananenminze (*Mentha arvensis 'Banana'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Rossminze (*Mentha longifolia*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Lavendel-Minze (*Mentha spec. 'Lavandula'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Basilikumminze (*Mentha species 'Basilmint'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Erdbeerminze (*Mentha species 'Erdbeere'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Mojito-Minze (*Mentha species 'Nemorosa'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Buntblättrige Apfelminze (*Mentha suaveolens 'Variegata'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Grapefruit-Minze (*Mentha suaveolens x piperita*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Zitronenminze (*Mentha x gentilis var. citrata*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Limonenminze (*Mentha x piperita v. citrata 'Limone'*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Orangenminze (*Mentha x piperita* v. *citrata* 'Orange')

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Schokoladenminze (*Mentha x piperita* v. *piperita* 'Schoko')

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Tee, Fisch- u. Hühnchengerichte

Bärwurz (*Meum athamanticum*)

medizinisch:

kulinarisch: Likörwürzkraut und Schnittgrün für Kräuterquark

Goldmelisse, Oswego Tee (*Monarda didyma*)

medizinisch: Bei leichten Verdauungsbeschwerden

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Indianernessel (*Monarda fistulosa*-Hybride 'Marshall's Delight')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Süssdolde (*Myrrhis odorata*)

medizinisch: Innerlich bei Husten, Verdauungsbeschwerden und Blutarmut

kulinarisch: Feines Kerbelaroma, kurz gegart zu Fisch oder in Joghurtsaucen, nimmt Fruchtdesserts die Säure

Echte Katzenminze (*Nepeta cataria*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden, fiebriger Erkältung oder Grippe, nervösen Leiden

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Zitronen-Katzenminze (*Nepeta cataria* ssp. *citrodora*)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden, fiebriger Erkältung oder Grippe, nervösen Leiden

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Duft-Katzenminze (*Nepeta govaniiana*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten, Tee- u. Erfrischungsgetränke

Weißer Katzenminze (*Nepeta x faassenii* 'Alba')

medizinisch:

kulinarisch: Süßspeisen, Blüten als Salatdekoration

Katzenminze (*Nepeta x faassenii* 'Six Hills Giant')

medizinisch:

kulinarisch: Süßspeisen, Blüten als Salatdekoration

Katzenminze (*Nepeta x faassenii* 'Walkers Low')

medizinisch:

kulinarisch: Süßspeisen, Blüten als Salatdekoration

Duftende Nachtkerze (*Oenothera odorata* 'Sulphurea')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Schweizer Oregano (*Origanum laevigatum* 'Aromatico')

medizinisch: Appetitanregend und verdauungsfördernd. Bei Erkältung, Grippe und Bronchitis.

kulinarisch: Pizza, Pasta, gebratenes Gemüse u. Fleischgerichte

Gelblaubiger Garten-Dost (*Origanum vulgare* 'Aureum')

medizinisch: Appetitanregend und verdauungsfördernd. Bei Erkältung, Grippe und Bronchitis.

kulinarisch: Pizza, Pasta, gebratenes Gemüse u. Fleischgerichte

Rasiger Dost (*Origanum vulgare* 'Compactum')

medizinisch: Appetitanregend und verdauungsfördernd. Bei Erkältung, Grippe und Bronchitis.

kulinarisch: Pizza, Pasta, gebratenes Gemüse u. Fleischgerichte

Japanische Blütenkresse (*Orychophragmus violaceus*)

medizinisch:

kulinarisch: Blüten, Blätter u. Stängel im Salat wie Kresse

Goldbaldrian (*Patrinia scabiosifolia*)

medizinisch: Antibakteriell, regt Leber- u. Nierenfunktion an

kulinarisch: Essbare Blätter u. Knospen im jungen Zustand

Lauch-Scheibenschötchen (*Peltaria alliacea*)

medizinisch:

kulinarisch: Salatzugabe, Saucen u. Dips

Blauraute (Perovskia atriplicifolia)

medizinisch:

kulinarisch: Fleisch- u. Fischwürze, Einmachgewürz

Panaschierte Flammenblume (Phlox paniculata 'Nora Leigh')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Bibernelle (Pimpinella saxifraga)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten u. Blätter (u.a. Likörkraut)

Hohe Schlüsselblume (Primula elatior)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Heimische Schlüsselblume (Primula veris)

medizinisch: Innerlich bei Bronchitis, Katarrh, Husten, Asthma, Arthritis, Schlaflosigkeit, Kopfschmerz und Unruhe, äußerlich bei Gelenkschmerzen, Sonnenbrand und Migräne

kulinarisch: Essbare Blüten

Amerikanische Bergminze (Pycnanthemum pilosum)

medizinisch: Bei Verdauungsbeschwerden, Fieber und Husten

kulinarisch: Joghurts, Dips, Salate, kalte Suppen, Saucen und Chutneys, Longdrinks, Fisch- u. Hühnchengerichte

Gewürzrosmarin (Rosmarinus officinalis)

medizinisch: Bei Kopfschmerzen, Erschöpfung, Kreislaufstörungen, Depressionen und Verdauungsproblemen. Äußerlich bei Hautleiden, Haarausfall, Wunden, niedrigem Blutdruck und Muskelschmerzen

kulinarisch: Fleisch- sowie Gemüsegerichte. Für Kräuteröl und -essig

Bronze-Ampfer (Rumex flexuosus 'Copper Sword')

medizinisch:

kulinarisch: Sahnige Saucen u. Dips, Salat, Suppe, Eier- u. Frischkäsespeisen

Blütenloser Sauerampfer (Rumex rugosus 'Profusion')

medizinisch:

kulinarisch: Sahnige Saucen u. Dips, Salat, Suppe, Eier- u. Frischkäsespeisen

Blutampfer (Rumex sanguineus var. sang.)

medizinisch:

kulinarisch: Sahnige Saucen u. Dips, Salat, Suppe, Eier- u. Frischkäsespeisen

Weinraute (Ruta graveolens 'Jackman's Blue')

medizinisch: Bei Rheumatismus und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Augenleiden, Rheuma und Rückenschmerzen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Essig- und Spirituosenwürze

Panaschierte Weinraute (Ruta graveolens 'Variegata')

medizinisch: Bei Rheumatismus und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Augenleiden, Rheuma und Rückenschmerzen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Essig- und Spirituosenwürze

Kriechender Salbei (Salvia nevadensis)

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Apothekersalbei (Salvia officinalis)

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Buntblättriger Salbei (Salvia officinalis 'Aurea')

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Großblättriger Garten-Salbei (Salvia officinalis 'Berggarten')

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Cremeweißer Gartensalbei (Salvia officinalis 'Creme De La Creme')

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Purpur-Gartensalbei (Salvia officinalis 'Purpurascens')

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Dalmatischer Gartensalbei (Salvia officinalis ssp. major)

medizinisch: Förderung der Verdauungs- und Leberfunktionen. Äußerlich bei Infektionen von Haut, Rachen, Mund und Zahnfleisch. Bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Wiesensalbei (*Salvia pratensis* 'Twilight Serenade')

medizinisch:

kulinarisch: Fleisch-(z.B. Saltimbocca), Polenta- und Pastagerichte

Muskatellersalbei (*Salvia sclarea*)

medizinisch:

kulinarisch: Blätter als Tee (gelegentliche Nutzung), Blüten zum Aromatisieren von Desserts u. Getränken

Großer Wiesenknopf (*Sanguisorba officinalis*)

medizinisch: Zur Heilung von Wunden u. Blutungen, bei Durchfallerkrankungen

kulinarisch: Wie Pimpinelle für Saucen, Salate, Fisch- u. Geflügelgerichte und zum Marinieren

Garten-Wiesenknopf (*Sanguisorba officinalis* 'Arnhem')

medizinisch: Zur Heilung von Wunden u. Blutungen, bei Durchfallerkrankungen

kulinarisch: Wie Pimpinelle für Saucen, Salate, Fisch- u. Geflügelgerichte und zum Marinieren

Garten-Wiesenknopf (*Sanguisorba officinalis* 'Blackthorn')

medizinisch: Zur Heilung von Wunden u. Blutungen, bei Durchfallerkrankungen

kulinarisch: Wie Pimpinelle für Saucen, Salate, Fisch- u. Geflügelgerichte und zum Marinieren

Großer Wiesenknopf (*Sanguisorba officinalis* 'Red Thunder')

medizinisch: Zur Heilung von Wunden u. Blutungen, bei Durchfallerkrankungen

kulinarisch: Wie Pimpinelle für Saucen, Salate, Fisch- u. Geflügelgerichte und zum Marinieren

Purpur-Wiesenknopf (*Sanguisorba officinalis* 'Tanna')

medizinisch: Zur Heilung von Wunden u. Blutungen, bei Durchfallerkrankungen

kulinarisch: Wie Pimpinelle für Saucen, Salate, Fisch- u. Geflügelgerichte und zum Marinieren

Heiligenkraut (*Santolina chamaecyparissus*)

medizinisch: Gegen Darmparasiten. Bei Verdauungs- und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Stichen, Entzündungen und Wunden.

kulinarisch: Kurz mit gegart bekommen Fisch- und Fleischgerichte eine würzige Note.

Berg-Bohnenkraut (*Satureja montana*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Halsschmerzen, Verdauungsproblemen und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Essbare Blüten, Gemüse- u. Fleischgerichte, Hülsenfrüchte, Fisch, Kohl

Zitroniges Bergbohnenkraut (*Satureja montana* ssp. *citriodora*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Halsschmerzen, Verdauungsproblemen und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Essbare Blüten, Gemüse- u. Fleischgerichte, Hülsenfrüchte, Fisch, Kohl

Kriechendes Bohnenkraut (*Satureja repandra*)

medizinisch: Bei Bronchitis, Halsschmerzen, Verdauungsproblemen und Menstruationsbeschwerden. Äußerlich bei Insektenstichen. Nicht für Schwangere geeignet!!

kulinarisch: Essbare Blüten, Gemüse- u. Fleischgerichte, Hülsenfrüchte, Fisch, Kohl

Gold-Tripmadam (*Sedum reflexum* 'Angelina')

medizinisch:

kulinarisch: Triebspitzen als Würze für Dips und Kräuterbutter

Tripmadam (*Sedum reflexum* (*rupestre*))

medizinisch:

kulinarisch: Triebspitzen als Würze für Dips und Kräuterbutter

Purpurrotes Fettblatt (*Sedum telephium* Hybr. 'Matrona')

medizinisch:

kulinarisch: Junge Blätter u. Triebe als Salat

Hohe Fetthenne (*Sedum telephium* ssp. *ruprechtii* 'Hab Gray')

medizinisch:

kulinarisch: Junge Blätter u. Triebe als Salat

Griechischer Bergtee (*Sideritis syriaca*)

medizinisch: Entzündungshemmend (Halsschmerzen)

kulinarisch: Teekraut

Rosablühender Löwenzahn (*Taraxacum pseudoroseum*)

medizinisch: Innerlich bei Appetitlosigkeit, Gallenblasen- u. Verdauungsproblemen, Gicht, Hautproblemen, Gelenksbeschwerden, Harnwegsbeschwerden, Gelbsucht

kulinarisch: Blüten als Salatdekoration u. zur Wein- & Geleebereitung, Blätter als Salat oder Gemüse, Wurzeln als Kaffeeersatz

Zitronen-Thymian weißrandig (*Thymus citriodorus* 'Silver King')

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Schopfiger Thymian (*Thymus comosus* 'Doone Valley')

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Orangen-Thymian (*Thymus fragrantissimus*)

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Kriechender Zitronenthymian (*Thymus herba-barona* v. *citriodorus*)

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Breitblättriger Thymian (*Thymus longicaulis* ssp. *odoratus*)

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Echter Quendel (*Thymus pulegioides*)

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Rosenduft-Thymian (*Thymus spec.*)

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Tee, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Kompakter Gewürz-Thymian (*Thymus vulgaris* 'Compactus')

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Gold-Thymian (*Thymus x citriodorus* 'Aureus')

medizinisch: Bei Atemwegsbeschwerden und Verdauungsstörungen

kulinarisch: Desserts, Bowlen, Marmeladen, mit Rotwein für Fleischmarinaden, Würze für Eintöpfe, Terrinen, Pasteten, Saucen (Tomate) und Suppen

Purpurklee (*Trifolium rubens*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Französische Königskerze (*Verbascum chaixii* f. *album* 'Wedding Candles')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Mehlige Königskerze (*Verbascum lychnitis*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Kandelaber-Königskerze (*Verbascum olympicum*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Königskerze (*Verbascum phoeniceum* 'Violetta')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Horn-Veilchen (*Viola cornuta* 'Boughton Blue')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Hohes Veilchen (*Viola elatior*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Labrador Veilchen (*Viola labradorica*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Prärieveilchen (*Viola pedatifida*)

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten

Gesprenkeltes Pfingstveilchen (*Viola sororia* 'Freckles')

medizinisch:

kulinarisch: Essbare Blüten
