

Robinie

Sanddorn

Sauerampfer

Schlehe

Schwarzer Holunder

Vogelbeere

Walderdbeere

Waldhimbeere

Waldmeister

Wegwarte

Weißer Taubnessel

## **Natur auf dem Teller**

Bärlauch als Rollbratenfüllung

Bärlauch-Pesto

Bärlauch-Quark

Bärlauchsuppe  
Brunnenkresse-  
Kapuzinerkresse-Pesto  
Brunnenkresse-Kartoffelsalat  
Brunnenkresse-Suppe  
Fliederbeerensuppe  
Gemischter Kresse-Salat  
Guter-Heinrich-Spinat  
Haselnuss-Lammkoteletts  
Haselnuss-Püree  
Haselnuss-Risotto  
Honig-Senf  
Knoblauchsrauke-Aioli  
Knoblauchsrauke-Pesto  
Knoblauchsrauke-Quark  
Löwenzahn-Fritters

Löwenzahnsalat

Meerrettichsauce auf Kassler-  
Basis

Quarkbrot mit Brunnenkresse

Sauerampfer-Pesto

Taubnesselsuppe

Tomatensuppe mit gehackten  
Brennnesseln

Waldheidelbeersauce mit  
Hefeklößen

## **Natur in der Flasche**

### **Smoothies**

Brombeer-Smoothie

Guter-Heinrich-Smoothie

Heidelbeer-Bananen-Smoothie

Heidelbeer-Smoothie

Sanddorn-Smoothie

## **Liköre**

Brombeerlikör

Holunderblütenlikör

Holunderlikör „Weihnachtszeit“

Walderdbeerlikör

## **Weine**

Brombeerwein

Holunderbeerenwein

Löwenzahnblütenwein

## **Sirupe**

Brombeer-Sirup

Fichtennadel-Sirup

Heidelbeer-Sirup

Holunderbeer-Sirup

Mädesüß-Sirup

Misch-Sirup

Robinien-Sirup

Jetzt wird es richtig kalt

## **Natur zum Frühstück**

Brombeerkonfitüre mit Vanille

Felsenbirnenmarmelade

Gelee aus Freyas

Lieblingsblüten

Hagebutten-Mus

Kornelkirschen-Vanille-

Marmelade

Löwenzahnektaraufstrich

Maulbeermarmelade