

Übersicht von Kräutern

Name	Alter	Höhe	Verwendbare Pflanzenteile	Standort Ansprüche	Erntezeit	Inhaltsstoffe
Bärlauch (Allium ursinum)	Mehrjährig	20-30cm	Frischen oberirdischen Teil, Blätter	Schattigen Platz, feucht	Frühjahr	Ätherische Öle, Vitamine, Allicin, Glykoside
Basilikum (Ocimum basilicum)	Einjährig	25-60cm	Blätter, getrocknet, gefroren	Sehr sonnig und warm	ganzjährig	Ätherische Öle
Bohnenkraut	Einjährig	10-40cm	Kraut, frisch getrocknet, Blätter	Sehr sonnig und warm	Sommer	Ätherische Öle, Gerbstoffe, Schleimstoffe
Borretsch (Borrago officinalis)	Einjährig	50-80cm	Blätter, Blüten, frisch	Sonnig	Sommer	Schleimstoffe, Gerbstoffe, Saponine, Kieselsäure, Zucker, Mineralsalze, Vitamin C
Dill (Anethum graveolens)	Einjährig	50-120cm	Kraut, Samen, frisch, gefroren, getrocknet, Junge Blätter	Sehr sonnig	Sommer	Ätherische Öle, Kalium, Kalzium, Natrium, Kieselsäure, Vitamine
Estragon (Artemisia dracunculus)	Mehrjährig	60-100cm	Blätter, Kraut, frisch, gefroren	Sonnig bis halbschattig, Boden feucht und durchlässig	ganzjährig	Ätherische Öle, Cumarin, Tannine
Kerbel (Anthriscus cerefolium)	Einjährig	30-60cm	Getrockneten Blättern	Tiefgründigen, humusreichen Boden, Halbschattig	ganzjährig	Magnesium, Eisen, Flavonoide, Zink, Ätherische Öle, Bitterstoffe

Übersicht von Kräutern

Name	Alter	Höhe	Verwendbare Pflanzenteile	Standort Ansprüche	Erntezeit	Inhaltsstoffe
Knoblauch (<i>Allium sativum</i>)	Mehrjährig	20-60cm	Zwiebel, Blätter, frisch	Sonnig, Nährstoffreicher Boden	Herbst	Ätherische Öle, Fermente, Flavone, Vitamine
Koriander (<i>Coriandrum sativum</i>)	Einjährig	50-60cm	Samen, Früchte	Humusreichen Boden, sonnig und windgeschützt	Sommer	Ätherische Öle, Tannine, Pflanzenschleim
Lavendel (<i>Lavandula angustifolia</i>)	Mehrjährig	60-100cm	Blätter, Blüten	Sonnigen Standort, kalkhaltiger Boden	Herbst	Ätherische Öle, Cumarin, Urolsäure, Rosmarinsäure
Liebstockel (<i>Levisticum officinale</i>)	Mehrjährig	100-200cm	Blätter, Wurzel	Sonniger Standort, humosen Boden	Sommer	Ätherische Öle, Zucker, organische Säuren, Vitamine C
Majoran (<i>Majorana hortensis</i>)	Mehrjährig, einjährig	40-50cm 25-40cm	Blüte, Blätter, Kraut, frisch, gefroren	Sehr sonnig, Boden durchlässig	Sommer	Ätherische Öle, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Karotine, Vitamin C
Melisse (<i>Melissa officinalis</i>)	Mehrjährig	80-100cm	Blätter	Sonnig bis halbschattig	Sommer	Ätherische Öle, Harze, Bitterstoffe
Meerrettich	Einjährig, Mehrjährig	100-120cm	Wurzel	Volle Sonne bis leichten Schatten	Herbst	Glucosinolate, Flavonoide, Vitamine C, B1 und B2

Übersicht von Kräutern

Name	Alter	Höhe	Verwendbare Pflanzenteile	Standort Ansprüche	Erntezeit	Inhaltsstoffe
Petersilie (<i>Petroselinum crispum</i>)	zweijährig	30-90cm	Kraut, Stängel, Blätter, frisch, getrocknet, gefroren	Halbschattig, Boden feucht, keine Selbstverträglichkeit	ganzjährig	Ätherische Öle, Provitamin A, Vitamin C
Rosmarin (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	Mehrjährig Bedingt winterhart	100-300cm	Blätter (Nadeln), Triebe, getrocknet, frisch	Sehr sonnig,	ganzjährig	Ätherische Öle, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Triterpensäure, Flavonide
Salbei (<i>Salvia officinalis</i>)	Mehrjährig Bedingt winterhart	20-60cm	Blätter, Stängel, Kraut, frisch	Sehr sonnig, Boden kalkhaltig, trocken und durchlässig	ganzjährig	Ätherische Öle, Bitterstoffe, Harze, Tannine
Schnittlauch (<i>Allium schoenoprasum</i>)	Mehrjährig	20-30cm	Blätter, frisch, gefroren	Sonnig bis halbschattig, Boden feucht	ganzjährig	Ätherische Öle, Vitamin C, Provitamin A, Vitamin B2, Mineralstoffe
Thymian (<i>Thymus vulgaris</i>)	Mehrjährig	20-30cm	Kraut	Sonniger Standort, kalkhaltiger Boden	ganzjährig	Ätherische Öle, Gerbstoffe, Bitterstoffe
Ysop (<i>Hyssopus officinalis</i>)	Mehrjährig	50-70cm	Blätter, Triebe, Blüten	Sonniger Standort, kalkhaltiger Boden	Sommer	Ätherische Öle,