



WILD FOOD = FREE FOOD

Frühling:

Bärlauch, Beinwell, Brennnessel, Fichtentriebe, Fliederblüten, Frauenmantel, Gänseblümchen, Gundermann, Giersch, Knoblauchsrauke, Klettenlabkraut, Löwenzahn (Blüten & Blätter), Lindenblüten, Sauerampfer, Sauerklee, Schafgarbe, Spitzwegerich, Waldmeister, Wiesenknöterich, Weißdornblätter, Wilder Majoran

Sommer:

Brennnessel, Brombeerblätter, Frauenmantel, Giersch, Gänseblümchen, Holunderblüte, Holunderbeere, Johanniskraut, Kamille, Riesenbovist, Sauerampfer, Schafgarbe, Spitzwegerich, wilde Himbeeren & Brombeeren, Waldpilze nach warmfeuchtem Wetter, wilde Malve, wilde Rose, Wildkräuter, Wiesenchampignons

Herbst:

Bucheckern, Esskastanie, Hagebutte (Früchte), Haselnüsse, Holunderbeeren, Löwenzahnwurzel, Mohnsamen, Mispel & Schlehe (nach 1. Frost), Wacholderbeeren, Waldpilze, Walnüsse

Winter:

Die Natur macht Pause!
Lass das Wenige, das wächst den
Waldtieren und Vögeln

