

Presseinformation

(Abdruck frei – bitte senden Sie uns im Falle einer Veröffentlichung ein Belegexemplar zu.)



Neu im Conrad Stein Verlag:

Essbare Wildpflanzen

von Hartmut Engel & Iris Kürschner

ISBN 978-3-86686-393-4

9., überarbeitete Auflage 2021

160 Seiten, 91 farbige Abbildungen, 77 Illustrationen

€ 9,90

Erscheinungstermin: Juli 2021

Die besten Rezepte aus der Natur: ein Überblick über essbare Wildpflanzen

Wer seine Küche mit frischen Pflanzen bereichern oder sich auf einer Outdoortour direkt aus der Natur ernähren will, findet in unseren Wäldern und Wiesen genug Essbares. Doch oft mangelt es an der Artenkenntnis – und das kann gefährlich werden. Welche Pflanzen man bedenkenlos essen kann, wie sie aussehen und wo man sie findet, erklärt das OutdoorHandbuch „Essbare Wildpflanzen“ aus dem Conrad Stein Verlag.

Nach einigen allgemeinen Hinweisen zum Sammeln wilder Pflanzen und ihrer Anwendung als Heilpflanzen stellt der Autor Hartmut Engel, Biologe und Naturschützer, knapp 80 essbare Arten vor, die in Nordeuropa zu finden sind. Die Beschreibungen werden durch zahlreiche Farbfotos und Illustrationen von Iris Kürschner ergänzt, die es erleichtern, die Pflanzen in der Natur zu erkennen. Vorschläge zur Zubereitung, Rezepttipps und Hinweise auf heilende Wirkungen helfen bei der richtigen Verwendung. Besonders nützlich sind auch die Hinweise auf ähnlich aussehende Arten, mit denen (unter Umständen gefährliche) Verwechslungen vermieden werden können, und die Warnungen vor möglichen Gefahren, z. B. durch übermäßigen Genuss. Die Angaben zum Verbreitungsgebiet helfen zusätzlich bei der Suche. So entdeckt man neue Pflanzen, Kräuter und Wildgemüse und kann sich die Pflanzenwelt in seiner Umgebung auf eine nutzbringende Art erschließen. Dank des handlichen Formats eignet sich das Buch auch perfekt zum Mitnehmen.

Die Autoren: **Hartmut Engel** ist Autor mehrerer Reise- und Sachbücher. Als Biologe arbeitet er im Bereich des Natur- und Artenschutzes. Für den Conrad Stein Verlag hat er bereits mehrere Bücher geschrieben, u. a. „Schottland: West Highland Way“, „Schweiz: Jakobsweg vom Bodensee zum Genfersee“ und „Spuren & Fährten“. **Iris Kürschner** arbeitet als Autorin, Grafikerin und Fotografin für verschiedene Medien und hat ebenfalls schon einige Titel für den Conrad Stein Verlag verfasst. Für das OutdoorHandbuch „Essbare Wildpflanzen“ hat sie die Abbildungen der Pflanzen gezeichnet.

Benötigen Sie weitere Texte, Bilder oder sonstiges Material? Dann melden Sie sich bei mir!

Conrad Stein Verlag, Kiefernstraße 6, 59514 Welter, www.conrad-stein-verlag.de

Ansprechpartnerin: Ricarda Kuschma, Tel.: 02384/963912, r.kuschma@conrad-stein-verlag.de

