

# Inhalt

<b>Beerenliebe</b> .....	<b>7</b>
<b>Gesunde Beerenschätze</b> .....	<b>10</b>
<b>Was sind Beeren?</b> .....	<b>18</b>
<b>Beeren im Garten</b> .....	<b>20</b>
Johannisbeeren .....	23
Stachelbeeren .....	29
Himbeeren .....	34
Brombeeren .....	40
Gartenerdbeeren und Walderdbeeren .....	46
Waldheidelbeeren und Kulturheidelbeeren .....	54
Preiselbeeren .....	60
Cranberrys .....	64
Schwarze Holunderbeeren .....	70
Sanddornbeeren .....	77
<b>Beeren kaufen und sammeln</b> .....	<b>83</b>
Beeren kaufen .....	83
Wilde Beeren sammeln .....	83
<b>Beeren genießen</b> .....	<b>86</b>
Frische Beeren lagern .....	86
Beeren waschen und putzen .....	87
Backtemperaturen und Backzeiten .....	88
<b>Rezepte mit Beeren</b> .....	<b>89</b>
Rezepte mit Johannisbeeren .....	90
Rezepte mit Stachelbeeren .....	98
Rezepte mit Himbeeren .....	103

---

Rezepte mit Brombeeren .....	112
Rezepte mit Erdbeeren .....	119
Rezepte mit Heidelbeeren .....	132
Rezepte mit Preiselbeeren .....	140
Rezepte mit Cranberrys .....	144
Rezepte mit Holunder .....	154
Rezepte mit Sanddornbeeren .....	157
Rezepte mit gemischten Beeren .....	162
<b>Gefüllte Vorratskammern .....</b>	<b>171</b>
Im Kälteschlaf .....	171
Beerenkompott .....	171
Saft und Sirup .....	173
La vie est dure sans confiture .....	177
<b>Die Autorin .....</b>	<b>187</b>
<b>Rezeptindex .....</b>	<b>188</b>