Pflanze			Anwendungsmöglichkeiten
Schafgarbe *Achillea millefolium*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, trockene bis leicht feuchte Böden	Blätter und Blüten zum trocknen	schleimhautabschwellend; entzündungshemmend; Gurgelwasser bei Zahnfleischerkrank.; Anregung der Magen- & Gallesaftsekretion bei Appetitmangel
Frauenmantel *Alchemilla vulgaris*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, schwere, gern feuchte Böden	Blätter trocknen	Tee gegen Unterleibsbeschwerden bei Frauen
Echter Eibisch *Althaea officinalis*	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, gern leicht feuchte Böden	Blätter und Wurzeln trocknen	reizmildernd und entzündungshemmend in Tee und Sirup bei Husten, Erkältungen und Magenschleimhautentzündungen
Wegwarte *Cichorium intybus*	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort	Blätter und Wurzeln trocknen	Umschläge aus Blättern entzündungshemmend, Aufguss aus Wurzeln mild abführend
Roter Wasserdost *Eupatorium purpurea*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, möglichst feuchte Böden	Wurzeln trocknen	Aufguss der Wurzeln schweißtreibend und kräftigend
Echter Alant *Inula helenium*	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, Boden gern feucht	Wurzeln trocknen	reizmildernd, auswurffördernd, schleimlösend für Hustenteemischungen, harntreibend, verdauungsanregend
Indianernessel *Monarda didyma*	Winterhart, mehrjährig, sonnig, leicht schattiger Standort, Boden etwas feucht, lockere Erde	Blätter und Blüten trocknen	Tee hilft bei Übelkeit, Schlaflosigkeit, Blähungen
Gewöhnliche Nachtkerze *Oenothera biennis*	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, trockener Boden	Blätter, Wurzeln und Samen trocknen	Tee hilft bei Husten, Öl aus Samen hilfreich bei Schuppenflechte
Oregano, Dost *Oreganum vulgare*	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, trockener fruchtbarer Boden	Blätter trocknen, in Öl oder Essig einlegen	Verdaungsfördernd, auch als reizmilderner Bestandteil für Hustentees, für antiseptische Umschläge und Bäder schlecht heilender Wunden
Großer Wiesenknopf *Poterium sanguisorba*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort	Blätter trocknen	getrocknet als Tee – unterstützt die Verdauung, leicht harntreibend; frische Blätter zum Salat (viel Vitamin C und leicht nach Gurke schmeckend)
Gemeines Seifenkraut *Saponaria officinalis*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, gern feuchtere Böden	Blüten, Blätter, Stengel, Wurzel trocknen	Pflanzenteile in unbehandeltem Regenwasser kochen, mit der gewonnenen Seifenlauge können Textilien gewaschen werden (nicht verzehren!)
Gemeiner Beinwell *Symphytum officinale*	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, gern feuchte Böden	Blätter und Wurzeln trocknen	fr. Blätter entzündungsh., reizmildernd; heiße Umschläge u. a. bei Entzündungen, Schwellungen, Gliederschmerzen; Tee bei inneren Geschwüren & Erkältung
Mutterkraut *Tanacetum parthenium*	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, trockener Boden	Blüten und Blätter trocknen	Tee beruhigend und appetitanregend
Rainfarn *Tanacetum vulgare*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort	Blüten und Blätter trocknen	verdauungs-und appetitanregend; altes Wurmmittel (Bei Schwangeren nicht anwenden!)
Baldrian *Valeriana officinalis*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, feuchte lehmhaltige Böden	Wurzeln trocknen	als Tee oder alkoholische Tinktur; Beruhigungsmittel bei Schlaflosigkeit; bei nervösen Herzbeschwerden; krampflösend bei Magen-, Darmbeschwerden
Großblumige Königskerze *Verbascum densiflorum*	Winterhart, zweijährig, sonniger Standort, nährstoffarme Böden	Blüten trocknen	Hustenteemischungen; reizmildernd und auswurffördernd
Goldrute *Solidago virgaurea*	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort	Kraut zur Blütezeit trocknen	als Tee bei Nierenleiden stark harntreibend
Echtes Mädesüß *Filipendula ulmaria*	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, gern feuchte Böden	Blüten trocknen	in Blasen-und Nierentees harntreibend; schweißtreibend in Grippetees