

Spiselige vilde planter

Navn	Nr. fra "Flora i Farver" 1)	Plukketid	Plantedele	Anvendelse	Levested
Ager-Mynte	524	juli-september	bladene	te, krydderier og salat	fugtige steder
Kveller (salturt)		august september	hele planten	som salt	vader strandenge
Blåbær	449	august-september	bær	suppe, marmelade, grød, te, saft tærter og rå	hede, lys skov
Brombær	313	september-oktober	bær, blade om foråret	marmelade, grød, te, saft, tærter og rå	skov og krat
Brøndkarse	241	juni-august	bladene	salat krydderurt	sumplante, sø og åbredder ved rindende vand
Brændenælde	138	maj-august	unge blade og skud, frøene	suppe, stuvning	skov, mark, eng og krat
Bøg	133	maj-oktober	bladene, bognødder	bladene i salat bognødder i bagværk	skov
Cikorie	649	juli-september	bladene og roden	salat, tørret og knust til "kaffe"	markskel og vejkanter
Døvnælde	500	maj-juni	blomsten-bladene	salat	vejkanter
Skvalderkål		april-maj	nye skud	salat og fars	skov, krat haver
Strandkål		juni-juli	nye skud	salat stuvning	strandbredder
Engkarse	244	maj-juni	bladene	salat (har en lidt bitter smag)	enge
Følfod	625	marts-april	unge blade og blomsten	salat, stuvning og fars	Fugtige grøftekanter
Gederams	404	juli-august	blomsten, bladene og rødderne	te, som asparges	åben skov og plantager
Skovsyre		april - maj	bladene	salat	skove
Hassel	131	september-	hasselnød	"slik" oa	skov
1) "Flora i Farver" Politikens Forlag					