

Rezension von Heike Brunner, HP und Redakteurin *LACHESIS* [redaktion@lachesis.de](mailto:redaktion@lachesis.de)

für LACHESIS e.V. Newsletter 3/15

[Haideé Zindler](#)

**Was nicht nur Kräuterhexen wissen sollten.  
Ein Ratgeber & Rezeptbuch**

Eigenverlag ©Haideé Zindler 2013, 24,90 €, 398 Seiten, Din A 4, ISBN 978-3-00-041055-0  
[www.ayons-welt.de](http://www.ayons-welt.de)



Haideé Zindler, ehemalige Leistungsportlerin und Dispatcherin für Transportwesen, erkrankte an Krebs, was ihr Leben sehr veränderte. Heilkräuter halfen ihr besonders und sie veröffentlichte 2013 ihr zweites Buch „Was nicht nur Kräuterhexen wissen sollten“.

Das Buch hat einen schön gestalteten Umschlag, ist innen schwarz-weiß gehalten, aber auch mit Farbfotos ausgestattet. Es bietet eine große Sammlung an Rezepten für sehr viele (309!) verschiedene (Heil-)Pflanzen. Ob Sirup, Marmelade, Wickel - eine wahre Fundgrube an praktischen und größtenteils wohl auch selbst ausprobierten Rezepten! Zu den kurzen Monographien und den Rezepten pro Pflanze gibt es noch eine Liste mit Farbfotos, um die Pflanzen in der Natur wiederzuerkennen. Garniert ist das Ganze mit mehr oder weniger hübschen kleinen Grafiken, jeder Menge kleiner Sprüche und so mancher schöner Weisheit. Alles in allem ein echtes „Selfmade Journal“, welches aufgrund seiner doch fundierten Recherche nicht oberflächlich ist. Mir ist dieses Buch sehr ans Herz gewachsen, die Kochrezepte sind lecker und als Geschenk hat es auch schon so mancher Freude bereitet.