

## Hondsdrif

- ❖ Voor vlinders en wilde bijen
- ❖ Blauw in het voorjaar
- ❖ Verstikt je planten niet, bedekt alleen de kale bodem ertussen, want dat is beter voor bodemleven!

## Robertskruid

- ❖ Voor vlinders, hommels, wilde bijen en roofinsecten
- ❖ Bedekt kale aarde, want dat is beter voor bodemleven!

## Smalle weegbree

- ❖ Anti-muggenbulten door blad over jeuk te wrijven
- ❖ Jong blad voor in omelet, quiche, etc
- ❖ Zaad geroosterd in salade of in plaats van lijnzaad

## Duizendblad

- ❖ Voor vlinders, de honingbij en roofinsecten
- ❖ Het blad kan in de soep
- ❖ Gebruik het blad als verband om blaren onderweg!

## Brandnetel

- ❖ Zonder deze planten véél minder vlinders! Rupsenvoer
- ❖ Voor vlinders en roofinsecten
- ❖ Blad kan in de soep, omelet of quiche en verliest dan zijn prik
- ❖ Zaad geroosterd in salade

## Stinkende gouwe

- ❖ Wilde bijenplant!
- ❖ Kneus een blad en wrijf het over een wrat, herhaal regelmatig en de wrat verdwijnt

## Basterdwederik

- ❖ Voor (nacht)vlinders
- ❖ Bedekt kale aarde, want dat is beter voor bodemleven!
- ❖ Blad en bloem in salade, als spinazie, in smoothies, in omeletten, op de pizza... etc!

## Paardenbloem

- ❖ Voor wilde bijen, vlinders, roofinsecten
- ❖ Zaden voor vogels
- ❖ Blad in salades/ smoothies
- ❖ Bloem voor siroop
- ❖ Thee v/d wortel = gezond!

## Koninginnekruid

- ❖ Vlinderplant bij uitstek!
- ❖ Ook voor wilde bijen, roofinsecten en allerlei kleine insecten die weer voedsel zijn voor andere dieren

## Bijvoet

- ❖ Zonder deze planten véél minder vlinders! Rupsenvoer
- ❖ Voor nachtvlinders
- ❖ Roofinsectenmagneet! Dus goed tegen bladluizen en zelfs slakken

## Muurleeuwenbek

- ❖ Voor wilde bijen
- ❖ Insecten verstoppen zich erin
- ❖ Vermindert de opwarming van stenen en kale aarde bij hitte en beschermt kale grond tegen uitdroging.

## Overblijvende ossentong

- ❖ Vlinder-, hommels-, wilde bijen- én roofinsectentrekker!
- ❖ Penwortel zorgt diep in grond voor bodemleven en verbetert de waterinfiltratie

## Paarse dovenetel

- ❖ Voor vlinders, hommels, wilde bijen en roofinsecten
- ❖ In z'n geheel in de salade of de soep

## Akkerdistel

- ❖ Zonder deze planten véél minder vlinders! Rupsenvoer
- ❖ Voor vlinders, wilde bijen en roofinsecten
- ❖ Geschilde stengels rauw of gekookt

## Kweekgras

- ❖ Zonder deze planten véél minder vlinders! Rupsenvoer
- ❖ Beschermt de bodem tegen uitdroging en erosie
- ❖ Blad voor in sapjes

## Zevenblad

- ❖ Bloeit voor vlinders, hommels en wilde bijen
- ❖ Roofinsectenmagneet! Dus goed tegen bladluizen en zelfs slakken
- ❖ Blad voor pesto, soep en salade

## Grote weegbree

- ❖ Anti-muggenbulten door blad over jeuk te wrijven
- ❖ Jong blad voor in omelet, quiche, etc
- ❖ Zaad geroosterd in salade of in plaats van lijnzaad

## Gehoornde klaverzuring

- ❖ Blad smaakt naar citroen
- ❖ Bron van vitamine C
- ❖ Ontsnapt als sierplant uit onze woonkamers!