



# ASK & LIV

FLYTTER BOPLADS

# DET GRØNNE SPÍSEKAMMER

- FRA SKOV OG KRAT

Spis kun vilde planter som du med sikkerhed ved hvad er.  
Sank kun fra rene steder og kun det du skal bruge.  
\*Skal koges først



SKVALDERKÅL



MÆLKEBØTTE



SKOVSYRE



RAMSLØG



BRÆNDENÆLDE



HYLDEBLOMST



HYLDEBÆR\*



LØGKARSE



BOG



SKOVÆBLE



HINDBÆR



HASSELNØD



MIRABEL



RØNNEBÆR\*



AGERN\*



BROMBÆR