

מגדלים עשבים ירוקים:
ערוגת סלט
מגוון צמחים טעימים בנוף הנאכל שלך

שורשי מאכל – עוקרים למאכל שומר - פקעת בצל יבש תפוחי אדמה שום ארטישוק חזרת קומפרי שורש סלרי שעועית לאב לאב (רב שנתית) ארטישוק ירושלמי (חמנית) הפקעות אספרגוס בטטה צמחי תבלין אוג הבורסקאים (סומאק), זעתר (שכולל בעצם 7 צמחים שונים : אזוב, קורנית, מיורן, אורגנו, ציתרה, ציתרנית, טימין) רוזמרין בלו לאגון, מינים שונים של מרווה זוטא, ריחן (בזיליקום	עלים ירוקים – קטיפ קל קוטפים מסביב את העלים, ולא בבת אחת וכך הגינה ממשיכה להניב בחורף: כרוב, קייל, כרוב סיני פאק-צ'ואי כוסברה ופטרוזיליה ראשד (גרגיר נחלים) שומר - לעלים שמיר חסה ממינים שונים ומצבעים שונים רוקט חרדל צנונית וצנון (הפירות והעלים, ולא השורש) תרד, מנגולד, סלק עלים עולש סלרי עלים בקיץ: צלף (גם העלים, גם הניצנים) ריחן עשב לימון ירבוז קורנית, אזוב עלים של בטטה כל השנה: רובראב (אוכלים את הגבעולים) צ'ארד, מנגולד ועלי סלק (זנים שונים של אותו דבר) עירית שומית רב שנתית (תונברגיה) כוסברה בצל ירוק (מבצלים שנבטו לך
--	--

	במטבח)
--	--------

פרחים אכילים

בוראג' רפואי (מזריע עצמו ללא עזרה, הפרחים הסגולים לסלט ולמיץ),
 במבוק ("חיזור", קנים צעירים),
 דיכונדרה,
 כובע הנזיר (מזריע עצמו משנה לשנה, אוכלים את העלים והפרחים),
 עלי נענע,
 רגלת הגינה (ריג'לי, מזריעה עצמה)

(