

E = ELINTARVIKE R = RAVINTOLISÄ Y = YRTTITEE M = MAUSTE A = ANNOSKORISTE

KASVI	KASVINOSA	
<b>AHOMANSIKKA</b> <i>Fragaria vesca</i>	• marjat/(epä)hedelmät	E
	• lehdet	R Y A
<b>HEINÄRATAMO</b> <i>Plantago lanceolata</i>	• maanpäälliset osat	R Y
<b>HUMALA</b> <i>Humulus lupulus</i>	• (emi) kukinnot/tähkät	E
<b>ISLANNIN- eli ISOHIRVENJÄKÄLÄ</b> <i>Cetraria islandica</i>	• koko kasvi	R Y M A
<b>ISOKARPALO</b> <i>Vaccinium oxycoccos</i>	• marjat	E
	• lehdet	R
<b>ISOTAKIAINEN</b> <i>Arctium lapa</i>	• koko kasvi	R
	• juuret	R Y
<b>JAUHOSAVIKKA</b> <i>Chenopodium album</i>	• lehdet	E
<b>JUOLAVEHNÄ</b> <i>Elymus repens, Agropyron repens</i>	• juuret/juurakot	R Y M
<b>JUOLUKKA</b> <i>Vaccinium uliginosum</i>	• marjat	E
	• lehdet	R Y
<b>KAMOMILLASAUNIO</b> <i>Matricaria recutita, Matricaria chamomilla</i>	• (juuri puhjenneet) kukat/ kukinnot/mykeröt	R Y
	• kaikki muut kasvinosat	R
<b>KANERVA</b> <i>Calluna vulgaris</i>	• kukat/nuput, kukkivat versolatvat/kukkaversot	R Y A
	• (nuoret) versot, varret	R Y
<b>KANGASAJURUOHO</b> <i>Thymus serpyllum</i>	• lehdet	E
	• muut maanpäälliset osat	R Y M
<b>KATAJA</b> <i>Juniperus communis</i>	• marjat/kävyt (mustina, kypsinä, noin 2 vuoden ikäisinä)	E
	• nuoret vuosikasvaimet (kerkät) nuoret versot, puuaines, lehdet/neulasat	R Y M
	• pihka/hartsit, juuret	R
<b>KEHÄKUKKA</b> <i>Calendula officinalis</i>	• terälehdet	E
<b>KETOHANHIKKI</b> <i>Potentilla anserina</i>	• maanpäälliset osat	R Y
	• kaikki muut kasvinosat	R
<b>KETO-ORVOKKI</b> <i>Viola tricolor</i>	• maanpäälliset osat	R Y A
<b>KISSANKÄPÄLÄ</b> <i>Antennaria dioica</i>	• kukat	E
<b>KOIRANRUUSU</b> <i>Rosa canina</i>	• marjat	E
	• kukat	R Y M A
	• (nuoret) versot, lehtisilmut	R
<b>KOIVUT (raudus- ja hieskoivu)</b> <i>Betula pendula, Betula pubescens</i>	• mahla	E
	• (nuoret) lehdet, silmut	R Y M A
	• kuori, kukat, siemenet, hartsit	R
<b>KULTAPIISKU</b> <i>Solidago virgaurea</i>	• kukkiva versonlatva, kukat/kukinnot	R Y
<b>KUMINA</b> <i>Carum carvi</i>	• hedelmät/siemenet	E
<b>KURTTURUUSU</b> <i>Rosa rugosa*</i>	• terälehdet	E
<b>KÄENKAALI eli KETUNLEIPÄ</b> <i>Oxalis acetosella</i>	• lehdet	E
	• muut maanpäälliset osat	R A
<b>LAKKA</b> <i>Rubus chamaemorus</i>	• marjat/hedelmät	E
	• lehdet	Y
<b>LILLUKKA</b> <i>Rubus saxatilis</i>	• lehdet	Y
<b>LUTUKKA</b> <i>Capsella bursapastoris</i>	• maanpäälliset osat	R Y
<b>(METSÄ)KUUSI</b> <i>Picea abies</i>	• nuoret vuosikasvaimet (kerkät)	E
	• lehdet/neulasat/havut, silmut	R Y
	• kukat, kävyt, pihka/hartsit	R
<b>METSÄLEHMUS</b> <i>Tilia cordata</i>	• kukat, lehdet	R Y
	• kaikki muut kasvinosat	R
<b>MAAHUMALA</b> <i>Glechoma hederacea</i>	• koko kasvi	E
<b>MAITOHORSMA</b> <i>Epilobium angustifolium</i>	• (nuoret) versot/varret	E
	• muut maanpäälliset osat	R Y M A
<b>MERIRATAMO</b> <i>Plantago maritima</i>	• lehdet	E
<b>MESIANGERVO</b> <i>Filipendula ulmaria</i>	• lehdet, kukinnot/kukat	R Y
	• kaikki muut kasvinosat	R

**MESIMARJA***Rubus arcticus*

- marjat/hedelmät E
- kukat Y A
- marjojen kannat, lehdet, versot Y

**MUSTAHERUKKA***Ribes nigrum*

- marjat/hedelmät, lehdet E
- silmut, kukat, siemenet R

**MUSTIKKA***Vaccinium myrtillus*

- marjat/hedelmät E
- (nuoret) lehdet,  
(nuoret) versot/varret R Y

**MÄNTY***Pinus sylvestris*

- nila- ja jälsikerros eli pettu E
- nuoret vuosikasvaimet/  
versot (kerkät), neulasat R Y
- kävyt, silmut, kaarna/kuori R

**NIITTYSUOLAHEINÄ***Rumex acetosa*

- maanpäälliset osat E
- kaikki muut kasvinosat R

**NOKKONEN***Urtica dioica*

- nuoret versot, lehdet E
- siemenet R Y M
- juuret R Y
- kaikki muut kasvinosat R

**PAKURIKÄÄPÄ***Inonotus obliquus*

- sienen aiheuttama kasvannainen  
(pakuri) R Y

**PELTOKORTE***Equisetum arvense*

- maanpäälliset osat R Y

**PELTO-ORVOKKI***Viola arvensis*

- kukat Y A

**PIHARATAMO***Plantago major*

- maanpäälliset osat R Y M

**PIHATATAR***Polygonum aviculare*

- maanpäälliset osat R Y

**PIHATÄHTIMÖ eli VESIHEINÄ***Stellaria media*

- lehdet, varret, kukat E

**(KOTI)PIHLAJA***Sorbus aucuparia*

- marjat/hedelmät E
- lehdet, silmut, kukat R Y M
- siemenet R

**POIMUHIERAKKA***Rumex crispus*

- lehdet E
- muut maanpäälliset osat R

**POIMULEHTI***Alchemilla vulgaris*

- (nuoret) lehdet, varret R Y
- muut maanpäälliset osat, juuret R

**PUNA-APILA***Trifolium pratense*

- maanpäälliset osat R Y M A

**PUNAPEIPPI***Lamium album*

- maanpäälliset osat E

**PUOLUKKA***Vaccinium vitis-idaea*

- marjat/hedelmät E
- lehdet R Y
- kukat, nuoret versot R

**PYÖREÄLEHTIKIHOKKI***Drosera rotundifolia*

- maanpäälliset osat R

**RUISKAUNOKKI***Centaurea cyanus*

- kukat E

**SIANKÄRSÄMÖ***Achillea millefolium*

- kukat ja lehdet E

**SIANPUOLUKKA eli SIANPUOLA***Arctostaphylos uva-ursi*

- lehdet R

**SIKURI***Cichorium intybus*

- lehdet, juuret E
- muut kasvinosat R

**SINIMAILANEN***Medicago sativa*

- lehdet, varsi E
- muut maanpäälliset osat R

**TUOKSUMATARA***Galium odoratum*

- kukat ja lehdet E

**TYRNI***Hippophae rhamnoides*

- marjat, lehdet, kukat E

**VADELMA***Rubus idaeus*

- marjat/hedelmät E
- lehdet, lehtisilmut, nuoret versot R Y

**VALKOAPILA***Trifolium repens*

- maanpäälliset osat R Y M A

**VALKOPEIPPI***Lamium album*

- maanpäälliset osat E

**VARIKSENMARJA***Empetrum nigrum*

- marjat E

**VIHANNESKRASSI***Lepidium sativum*

- lehdet E
- muut kasvinosat R

**VOIKUKKA***Taraxacum officinale*

- koko kasvi E

**VUOHENPUTKI***Aegopodium podagraria*

- (nuoret) aluslehdet/lehdet, versot E
- muut maanpäälliset osat R

**VÄINÖNPUTKI***Angelica archangelica*

- (nuoret) varret, (nuoret) lehdet,  
ruudit E
- juurakot/juuret, hedelmät/siemenet R Y M

\* HUOM! Kurturuusu on hävitettävä vieraslaji, ja vain tarhakurturuusua saa viljellä.