

Inhalt

<i>Vorwort</i>	3
<i>Wie der Spargel zu uns kam</i>	4
<i>Spargel - ein Luxusgemüse?</i>	7
<i>Das eigene Spargelbeet</i>	12
<i>Anlage eines Beets für weißen Spargel</i>	14
<i>Anlage eines Beets für grünen Spargel</i>	16
<i>Spargelschädlinge</i>	17
<i>Spargelanbau in Nordwestdeutschland</i>	18
<i>Wie der Spargel gegessen werden sollte</i>	20
<i>Spargel, Schinken und Wein</i>	21
<i>Geschichten vom Spargel</i>	
<i>Spargelköpfe schmecken besser</i>	23
<i>Besuch zum Spargelessen</i>	24
<i>Spargelgerichte</i>	
<i>Einkauf des Spargels</i>	26
<i>Zubereitung des Spargels</i>	27
<i>Kochen des Spargels</i>	29
<i>Spargel überbacken</i>	30
<i>Vegetarische Gerichte</i>	31
<i>Gerichte mit Fleisch</i>	32
<i>Gerichte mit Fisch</i>	33