

INHALT

VORWORT	4	
KAPITEL 1		
ERSTE GEDANKEN	7	
Bestandsaufnahme	8	
Wer?	10	
Was?	12	
Wie viel? So vermeidest du Übermengen	13	
Warum?	14	
KAPITEL 2		
GARTENELEMENTE	17	
Elemente und wie du sie im Garten integrieren kannst	18	
Hochbeete vs. Freilandbeete:		
Ein Vergleich	20	
Hochbeete:		
Materialien und ihre Vor- und Nachteile	22	
Anleitung zum Bau eines Hochbeets	24	
Hochbeete befüllen:		
Die 4-Schichten-Methode	28	
Weitere wichtige Hinweise zu Hochbeeten	30	
Freilandbeete anlegen	32	
Insektenschutztunnel für große Beete	34	
KAPITEL 3		
AUS WISSEN WIRD WACHSTUM:		
SO GELINGT DIR DIE ANZUCHT	37	
Meine Must-haves im Garten	38	
Voranzucht vs. Direktsaat	40	
Kalt- und Warmkeimer	42	
Licht- und Dunkelkeimer	46	
Richtig pikieren:		
So werden deine Jungpflanzen stark	48	
Aussaatkalender	50	
Aussaattabelle	55	
Die gestaffelte Aussaat	58	
Mischkultur	60	
Die Bedeutung der Fruchtfolge im Nutzgarten	64	

KAPITEL 4		
BUNTE HOCHBEETE	67	
Intensive Bepflanzung:		
Mehr Ertrag auf kleiner Fläche	68	
Die intensive Bepflanzung planen	72	
Schritt für Schritt zur intensiven		
Bepflanzung	74	
Wöchentliche Pflegeaufgaben	76	
6 Beetpläne für dein buntes Hochbeet	79	
Das bunte Paradies	80	
Gemüsevielfalt	84	
Zuckerschoten-Dream-Team	88	
Farbenspiel	92	
Paprika-Power und Kräuterglück	96	
Das ultimative Beet	100	
KAPITEL 5		
BUNTE BEETE IM FREILAND	105	
Bepflanzung im Freiland	106	
Inka-Beet	108	
Sonnenzauber-Beet	110	
Kreuzblütler-Beet	111	
Buntes Blattwerk-Beet	112	
Kohlgarten	113	
KAPITEL 6		
TO-DOS WÄHREND DER SAISON	115	
Düngen:		
Mein persönlicher Leitfaden für dich	116	
Mein Geheimnis für gesunde Pflanzen:		
Mulchen	120	
Gießen im Gemüsegarten	124	
Wie und wann du deine		
Gartenfrüchte erntest	128	
Wie du deine Gartenfrüchte verarbeitest:		
Einfache und leckere Möglichkeiten	130	
Saatgut selbst gewinnen	134	
Dein Garten, dein Abenteuer	138	
Register	140	
Über die Autorin	142	
Danksagung	143	