

Inhaltsverzeichnis

VORWORT	7
NUTZGARTEN PLANEN UND ANLEGEN	8
Garten, Hochbeet, Balkongarten oder Gewächshaus	8
Der eigene Garten	8
Ein Hoch auf das Hochbeet	9
Der Balkongarten	19
Das Glashaus	22
Den Garten planen	24
Bodenbeschaffenheit	27
Kompostierung	29
Allgemeines zur Kompostierung	30
7 Methoden der Kompostierung: Der Weg ist das Ziel	31
Beete anlegen: Jetzt geht's los!	37
OBST, GEMÜSE UND KRÄUTER ANBAUEN	40
Obstbäume	40
Strauchobst	63
Gemüse	80
Blattgemüse	121
Kohlgemüse	126
Kräuter	131
Nüsse aus dem eigenen Garten	139
Eigenes Saatgut abnehmen	144
Die richtige Pflege während des Wachstums	147
Nach der Ernte ist vor der Ernte	153

DIE ERNTENATÜRLICH HALTBAR MACHEN	158
Einkochen	158
Marmeladen und Konfitüren	160
Einmachen	164
Fermentieren	165
Einlegen in Essig	169
Einlegen in Alkohol	172
Trocknen und Dörren	175
Obst »einblitzen«	177
Kandieren	179
Einfrieren	182
Wein, Säfte und Sirup	185
LAGERUNG VON OBST UND GEMÜSE	197
Vorratsraum	197
Erdkeller	197
Erdmiete	198
SCHLUSSWORT	200