

8 Vorwort

11 Allgemeines zur Erzeugung von gesunden Lebensmitteln

- 12 Boden
- 14 Humus
- 17 Düngung und Nährstoffaufnahme
- 20 Kompost
- 33 Terra Preta
- 37 Gründüngung
- 44 Mulchen
- 49 Mischkultur
- 62 Bewässerung
- 65 Erlebnisraum Garten
- 69 Gärtner mit dem Mond
- 74 Krankheitserreger, Schädlinge und Nützlinge an Pflanzen
- 84 Gentechnik ist keine Lösung

91 Natürlicher Pflanzenschutz aus der eigenen Gartenapotheke

- 92 Was sind Pflanzenstärkungsmittel?
- 93 Grundlagen – Vorbeugung
- 97 Chemisch-synthetischer Pflanzenschutz
- 99 Biologischer Pflanzenschutz
- 101 Feindbild Schädling?
- 102 Natürliche Mittel zur Pflanzenstärkung bzw. zur Schädlings- und Krankheitsabwehr
- 105 Fakten zur Qualität unserer Lebensmittel

113 Grundrezepte

- 114 Ernten von Kräutern
- 115 Trocknen von Kräutern
- 117 Jauchen
- 122 Kaltwasserauszug
- 122 Brühe
- 124 Tee
- 126 Extrakt
- 127 Ausbringung

Inhalt

129 Wichtige Kennzahlen und Empfehlungen

- 130 Extrakte
- 130 Geeignete Behälter für die Herstellung von Jauchen, Brühen etc.
- 133 Konzentration- und Produkt-Bedarfsumrechnungstabelle

135 Pflanzenstärkungs- und pflegemittel

- 136 Zubereitungen und Wirkungen pflanzlicher Stärkungsmitteln
- 138 Ackerschachtelhalm
- 144 Ampfer
- 145 Baldrian
- 147 Basilikum
- 148 Beinwell
- 150 Birke
- 151 Brennnessel
- 156 Eberraute
- 157 Efeu
- 158 Eiche
- 160 Farnkraut
- 163 Fenchel
- 165 Hirtentäschel
- 166 Holunder
- 167 Kamille
- 170 Kapuzinerkresse
- 171 Knoblauch
- 176 Kohl
- 177 Kren (Meerrettich)
- 179 Lavendel
- 181 Löwenzahn
- 182 Möhren (Karotten)
- 183 Moos
- 185 Niembaum
- 188 Pechnelken
- 189 Pfefferminze
- 190 Rainfarn

- 193 Rhabarber
- 197 Ringelblumen
- 198 Rote Rübe (Rote Bete)
- 199 Sachalinknöterich
- 200 Salbei
- 202 Schafgarbe
- 203 Schnittlauch
- 204 Thuja
- 205 Thymian
- 206 Tomaten (Paradeiser)
- 208 Vergorene Kräuterjauche
- 209 Wermut
- 212 Zwiebeln
- 215 Anmerkungen
- 217 Tee-Einsatz auf Großflächen

- 223 Weitere Pflanzenpflegemittel, Pflanzenhilfsmittel und Pflanzenschutzprodukte**

- 251 Saatgutbeizungen**

- 259 Nützlingseinsatz sowie biotechnische und technische Maßnahmen**

- 267 Energetische Methoden**

- 268 Homöopathie für Pflanzen**

- 280 Biologisch-dynamische Wirtschaftsweise**

- 285 Literaturnachweis**

- 286 Stichwortregister**