

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 Gärtnern 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