

## Inhalt

<b>Wir ziehen hinaus aufs Land . . . . .</b>	<b>Gärtner nach den Mondphasen . . . . .</b>	<b>August . . . . .</b>	<b>94</b>
		<b>September . . . . .</b>	<b>96</b>
		<b>Oktober . . . . .</b>	<b>98</b>
<b>Die Grundlagen der Selbstversorgung . . . . .</b>	<b>Voraussetzungen für eine gute Ernte . . . . .</b>	<b>November/Dezember . . . . .</b>	<b>100</b>
	<b>Der Boden ist die Basis . . . . .</b>		
	<b>Richtige Düngung ist wichtig . . . . .</b>		
<b>Lohnt sich die Selbstversorgung? . . . . .</b>	<b>Gute und schlechte Pflanzennachbarn . . . . .</b>	<b>Das Abc der Nutzpflanzen . . . . .</b>	<b>102</b>
<b>Ökologischer Fußabdruck . . . . .</b>	<b>Pflanzenschutzmaßnahmen . . . . .</b>	<b>Gemüse und Salate . . . . .</b>	<b>102</b>
<b>Die nötige Anbaufläche . . . . .</b>		<b>Blumenkohl . . . . .</b>	<b>102</b>
<b>Teilweise Selbstversorgung . . . . .</b>		<b>Brokkoli . . . . .</b>	<b>104</b>
<b>Weitgehende Selbstversorgung . . . . .</b>	<b>Bessere Ernten durch gute Planung . . . . .</b>	<b>Buschbohnen . . . . .</b>	<b>105</b>
<b>Vollständige Selbstversorgung . . . . .</b>	<b>Der Vorteil von Fruchtwechseln . . . . .</b>	<b>Chicorée . . . . .</b>	<b>106</b>
<b>Wie viel Anbaufläche für welchen Ertrag? . . . . .</b>	<b>Abwechslungsreiche Mischkulturen . . . . .</b>	<b>Chinakohl . . . . .</b>	<b>109</b>
		<b>Eissalat . . . . .</b>	<b>110</b>
<b>Die Gartenplanung . . . . .</b>		<b>Erbsen . . . . .</b>	<b>111</b>
<b>Permakultur . . . . .</b>	<b>Ernteverlängerung und Ertragssteigerung . . . . .</b>	<b>Feldsalat . . . . .</b>	<b>114</b>
<b>Die Einzäunung . . . . .</b>	<b>Witterungsschutz ist wichtig . . . . .</b>	<b>Fenchel . . . . .</b>	<b>115</b>
<b>Was kommt wohin? . . . . .</b>	<b>Intensivnutzung bringt Vorteile . . . . .</b>	<b>Feuerbohne . . . . .</b>	<b>116</b>
<b>Der Nutzgarten . . . . .</b>	<b>Die Samengewinnung . . . . .</b>	<b>Gemüsepaprika . . . . .</b>	<b>116</b>
<b>Der Obstgarten . . . . .</b>	<b>Das Saatgut . . . . .</b>	<b>Grünkohl . . . . .</b>	<b>118</b>
<b>Der Naturgarten . . . . .</b>		<b>Gurken . . . . .</b>	<b>119</b>
<b>Die Hecke . . . . .</b>		<b>Kartoffeln . . . . .</b>	<b>120</b>
<b>Ein Teich . . . . .</b>		<b>Kohlrabi . . . . .</b>	<b>122</b>
<b>Die Wiese . . . . .</b>	<b>Selbstversorgung auch im Winter . . . . .</b>	<b>Kopfsalat . . . . .</b>	<b>124</b>
	<b>Die Ernte haltbar machen . . . . .</b>	<b>Kürbis . . . . .</b>	<b>125</b>
<b>Die wichtigsten Arbeitsgeräte und Hilfsmittel . . . . .</b>	<b>Ernte im Haus: Küchenkräuter und Sprossen . . . . .</b>	<b>Lauch . . . . .</b>	<b>127</b>
		<b>Mangold . . . . .</b>	<b>128</b>
<b>Zur Bodenbearbeitung . . . . .</b>	<b>Ausblick: Weitergehende Selbstversorgung . . . . .</b>	<b>Melde . . . . .</b>	<b>130</b>
<b>Zum Schneiden und Zerkleinern . . . . .</b>		<b>Möhren . . . . .</b>	<b>130</b>
<b>Zum Gießen und Spritzen . . . . .</b>		<b>Neuseeländer Spinat . . . . .</b>	<b>133</b>
<b>Zur Pflege von Obstbäumen . . . . .</b>		<b>Pastinake . . . . .</b>	<b>134</b>
<b>Sonstige Gartengeräte . . . . .</b>	<b>Ein Jahr im Garten . . . . .</b>	<b>Petersiliengurzeln . . . . .</b>	<b>135</b>
<b>Die Aufbewahrung der Geräte . . . . .</b>		<b>Pflück- und Schnittsalat . . . . .</b>	<b>136</b>
	<b>Januar/Februar . . . . .</b>	<b>Puffbohnen . . . . .</b>	<b>137</b>
<b>Wichtige, immer wiederkehrende Gartenarbeiten . . . . .</b>	<b>März . . . . .</b>	<b>Radicchio . . . . .</b>	<b>138</b>
	<b>April . . . . .</b>	<b>Rettich und Radieschen . . . . .</b>	<b>139</b>
<b>Arbeiten im Gemüsegarten . . . . .</b>	<b>Mai . . . . .</b>	<b>Rhabarber . . . . .</b>	<b>141</b>
<b>Arbeiten im Obstgarten . . . . .</b>	<b>Juni . . . . .</b>	<b>Rosenkohl . . . . .</b>	<b>142</b>
<b>Das Schneiden von Obstbäumen . . . . .</b>	<b>Juli . . . . .</b>	<b>Rote Bete . . . . .</b>	<b>143</b>

Rotkohl . . . . .	145	Schnittlauch . . . . .	182	Sanddorn . . . . .	205
Sellerie . . . . .	146	Thymian . . . . .	182	Schlehen . . . . .	205
Schwarzwurzeln . . . . .	148	Wermut . . . . .	183		
Spinat . . . . .	150	Winterheckenzwiebeln . . . . .	183	»Giftige« Pflanzen im Garten . . . . .	206
Stangenbohne . . . . .	151	Ysop . . . . .	183	Bohnen . . . . .	206
Tomate . . . . .	154			Efeu . . . . .	206
Topinambur . . . . .	157	<b>Wildkräuter</b> . . . . .	184	Eibe . . . . .	208
Weißkohl . . . . .	158	Bärlauch . . . . .	184	Eisenhut . . . . .	206
Winterpostelein . . . . .	161	Beinwell . . . . .	184	Faulbaum . . . . .	206
Wirsingkohl . . . . .	162	Brennnessel . . . . .	185	Feuerdorn . . . . .	206
Zucchini . . . . .	162	Gänseblümchen . . . . .	185	Fingerhut . . . . .	206
Zuckerhut . . . . .	164	Huflattich . . . . .	185	Goldregen . . . . .	206
Zwiebeln . . . . .	165	Löwenzahn . . . . .	186	Heckenkirsche . . . . .	207
		Sauerampfer . . . . .	186	Herbstzeitlose . . . . .	207
<b>Gartenkräuter</b> . . . . .	168	Wegerich . . . . .	186	Holunder . . . . .	207
Anis . . . . .	168	Wiesenschaumkraut . . . . .	187	Liguster . . . . .	207
Baldrian . . . . .	168			Maiglöckchen . . . . .	207
Basilikum . . . . .	169	<b>Beeren</b> . . . . .	188	Oleander . . . . .	207
Bohnenkraut . . . . .	169	Brombeeren . . . . .	188	Schneeball . . . . .	207
Borretsch . . . . .	170	Erdbeeren . . . . .	189	Schnebeere . . . . .	207
Brunnenkresse . . . . .	171	Himbeeren . . . . .	191	Seidelbast . . . . .	207
Currykraut . . . . .	171	Johannisbeeren, rote und weiße . . . . .	192	Vogelbeere . . . . .	207
Dill . . . . .	171	Johannisbeeren, schwarze . . . . .	193	Zwergmispel . . . . .	207
Estragon . . . . .	172	Jostabeeren . . . . .	194		
Fenchel . . . . .	172	Stachelbeeren . . . . .	195	<b>Bauanleitungen</b>	
Kapuzinerkresse . . . . .	173			von Michael Hirsch . . . . .	208
Kerbel . . . . .	173	<b>Baumobst</b> . . . . .	196		
Knoblauch . . . . .	174	Äpfel . . . . .	196	Für den Garten . . . . .	208
Koriander . . . . .	175	Birnen . . . . .	197	Kompostsammeikiste . . . . .	208
Kresse . . . . .	175	Süß- und Sauerkirschen . . . . .	198	Kompostsieb . . . . .	210
Kümmel . . . . .	176	Mirabellen und Renekloden . . . . .	199	Frühbeetkasten . . . . .	210
Lavendel . . . . .	176	Pfirsiche und Aprikosen . . . . .	200	Foliendreieck . . . . .	212
Liebstöckel . . . . .	177	Pflaumen und Zwetschgen . . . . .	201	Chinesische Kartoffelkiste . . . . .	214
Meerrettich . . . . .	177	Quitten . . . . .	202		
Melisse . . . . .	178			<b>Zur Vorratshaltung</b> . . . . .	215
Olivenkraut . . . . .	178	<b>Nüsse</b> . . . . .	203	Apfelhurde . . . . .	215
Oregano . . . . .	178	Haselnüsse . . . . .	203	Dreigeteilte Einlagerungskiste . . . . .	216
Petersilie . . . . .	179	Walnüsse . . . . .	203	Einlagerungskiste für Kartoffeln . . . . .	217
Pfefferminze . . . . .	180				
Pimpinelle . . . . .	180	<b>Wildfrüchte</b> . . . . .	204	Nützliche Links . . . . .	221
Ringelblume . . . . .	180	Hagebutten . . . . .	204	Register . . . . .	218
Rosmarin . . . . .	181	Holunder . . . . .	204	Impressum . . . . .	222
Salbei . . . . .	181	Preiselbeeren . . . . .	205		