

# **Inhaltsverzeichnis**

Geliebt, vergessen, neu entdeckt	7
Erhalten und genießen	9
<b>ALTE GEMÜSESORTEN</b>	11
<b>Gemüseporträts mit Tipps zu Anbau, Einkauf &amp; Zubereitung</b>	12
Blattgemüse	12
Salatvielfalt: Rote Teufelsohren, Indianerperlen, bunte Forellen ...	22
Grüner Spargel	28
Gurken	30
Zwiebelgewächse	32
<b>Teufelszungen bringen Farbe ins Bohnenbeet</b>	34
<b>Wurzelgemüse &amp; Knollen</b>	36

<b>JUNGE REZEPTE</b>	51
Soßen, Dressings & Snacks	52
Knackige Salate	63
Smoothies & Suppen	76
Beilagen	86
Hauptgerichte	107
Pflanzenverzeichnis	124
Rezeptverzeichnis	125
Bezugsquellen für Saatgut und Gemüse	126