

# INHALT

<b>Vorwort:</b> Ein Hoch auf das Hochbeet!	6		
<b>KAPITEL 1</b>		<b>KAPITEL 2</b>	
<b>Hochbeet-Basics</b>	8	<b>Hochbeet-Hardware</b>	18
Viele gute Gründe für ein Hochbeet	10	Kauf, Bau und die Wahl des Materials	20
Hochbeet-Fakten: Standort, Bauweise und Größe	12	Den Untergrund für das Hochbeet vorbereiten	26
Wie viel Arbeit macht ein Hochbeet?	16	<b>Praxis:</b> Ein Hochbeet aus einem Bausatz zusammensetzen	28
		<b>Praxis:</b> Ein einfaches Hochbeet aus Europaletten bauen	32
		Das Hochbeet richtig füllen	36
		Frühbeetaufsätze für das Hochbeet	40
		<b>Praxis:</b> Einen Frühbeetaufsatz aus Holz und Plexiglas bauen	42
		<b>Praxis:</b> Einen Frühbeetaufsatz aus Haselzweigen und Folie bauen	46
		<b>KAPITEL 3</b>	
		<b>Hochbeet-Software</b>	48
		Ausstattung und Grundwissen für die Arbeit am Hochbeet	50
		Basiswissen Saatgut	56
		So gelingt die Jungpflanzenanzucht	62
		<b>Praxis:</b> Schritt für Schritt – Jungpflanzen anziehen	64
		<b>Praxis:</b> Schritt für Schritt – Sämlinge vereinzeln und pikieren	66
		Das Hochbeet bestellen	68

## KAPITEL 4

<b>Pflanzen für das Hochbeet</b>	<b>70</b>
Welche Pflanzen eignen sich?	72
Kräuter: Duft Typen, mit allen Sinnen zu genießen	74
Kohlgemüse: Feines und herzhaftes Gemüse, nicht nur für den Winter	78
Blattgemüse und Salate: Bunt, frisch, knackig – Blätter und Stängel für die gesunde Küche	80
Zwiebel-, Wurzel- und Knollengemüse: Ob roh oder gekocht – aromatisch, erdig oder scharf	84
Fruchtgemüse und Beeren: Pralle Früchte, knackige Schoten und köstliches Obst	86

## KAPITEL 5

<b>Gärtnern im Rhythmus der Jahreszeiten</b>	<b>88</b>
Der phänologische Frühling	90
Der phänologische Sommer	92
Der phänologische Herbst	94
Der phänologische Winter	96

## KAPITEL 6

<b>Hochbeete im Jahreslauf</b>	<b>98</b>
Bepflanzung zum Nachmachen: Themenhochbeete à la carte	100
Das 365-Tage-Hochbeet für saisonales Gemüse	102
Das 365-Tage-Hochbeet für Rohkostfans	112
Das 365-Tage-Hochbeet für den Kräuteraanbau	122
Das 365-Tage-Hochbeet für die italienische Küche	132
Das 365-Tage-Hochbeet für Nasch- und Duftpflanzen	142
Das 365-Tage-Hochbeet für heimisches Superfood	152
Die Bepflanzung selber planen	162
Im Überblick: Gemüse, Salate, Kräuter	166
<b>Service</b>	<b>170</b>
Adressen, Zum Weiterlesen	170
Register	171
Impressum	176