

So wird der Herbst zum zweiten Frühling. 6

DAS POTENZIAL EINER VERGESSENEN JAHRESZEIT 8

Wann wirklich Winter ist 10

Saisonal & regional:

Beiträge zum Klimaschutz. 14

Wiederentdeckung der Wintergemüse 16

Winterhärte der Gemüse 22

Auf die Sorte kommt es an 26

WINTERGEMÜSE – SO GEHT’S 28

Aussaat- und Pflanztermine 30

Fruchtwechsel 32

Hilfsmittel gegen Kälte und Frost 34

Wintergemüse im Frühbeet. 36

Wintergemüse im Hochbeet 38

Wintergemüse im Gewächshaus 40

Wintergemüse im Balkonkasten. 42

WINTERGEMÜSE VORGESTELLT 44

Asia-Salate	46
Blattrettich	48
Bremer Scheerkohl	50
Chicorée	52
Chinakohl	54
Erbsensprossen	56
Erdbeerspinat	58
Endiviensalat	60
Ewiger Kohl, Strauchkohl	62
Feldsalat	64
Fenchel	66
Fleischkraut	68
Gartenmelde	70
Grünkohl	72
Haferwurzel	74
Herbstrüben	76
Hirschhornwegerich	78
Knollenziest	80
Kohlrabi	82
Kopfkohl	84
Löwenzahn	86
Mangold	88
Möhren	90
Pak Choi	92
Pastinake	94
Porree	96
Radicchio und Blattzichorien	98
Radieschen	100

Rosenkohl	102
Rote Bete	104
Rucola	106
Salate, Wintersalate	108
Schwarzwurzel	110
Sellerie	112
Spinat	114
Steckrübe	116
Stielmus	118
Topinambur	120
Winterheckenzwiebel	122
Winterportulak	124
Winterrettich	126

WINTERKRÄUTER	128
Blattsellerie	128
Gartenkresse	129
Petersilie	130
Rosmarin	131
Salbei	132
Sauerampfer	133
Schnittlauch	134
Thymian	135

SERVICE	136
Zum Weiterlesen	138
Adressen & Bezugsquellen	139
Schnell nachgeschlagen	140