

8 Vorwort

11 Allgemeines zur Erzeugung von gesunden Lebensmitteln

- 12 Klima
 - 14 Der Klimawandel und seine Folgen für den Gartenbau
 - 14 Hitzeschäden an Gemüse und Obst
 - 16 Maßnahmen für Hausgärten in Zeiten des Klimawandels
 - 19 Boden
 - 21 Humus
 - 24 Düngung und Nährstoffaufnahme
 - 27 Kompost
 - 39 Terra Preta
 - 43 Gründüngung
 - 50 Mulchen
 - 55 Mischkultur
 - 68 Wurzelsysteme bei Gemüsepflanzen
 - 69 Wie Pflanzen reagieren
 - 72 Wintergemüse
 - 74 Neophyten
 - 75 Dammkultur
 - 77 Permakultur
 - 77 Bewässerung
 - 80 Erlebnisraum Garten
 - 84 Gärtnern mit dem Mond
 - 89 Gentechnik ist keine Lösung
-

95 Natürlicher Pflanzenschutz aus der eigenen Gartenapotheke

- 96 Krankheitserreger, Schädlinge und Nützlinge an Pflanzen
- 106 Lichtverschmutzung
- 107 Was sind Pflanzenstärkungsmittel?
- 108 Grundlagen – Vorbeugung
- 112 Chemisch-synthetischer Pflanzenschutz
- 114 Biologischer Pflanzenschutz
- 116 Feindbild Schädling?
- 117 Natürliche Mittel zur Pflanzenstärkung bzw. zur Schädlings- und Krankheitsabwehr
- 120 Fakten zur Qualität unserer Lebensmittel
- 120 Gesunde Lebensmittel

Inhalt

129 Grundrezepte

- 130 Ernten von Kräutern
 - 131 Trocknen von Kräutern
 - 132 Jauchen
 - 138 Kaltwasserauszug
 - 139 Brühe
 - 140 Tee
 - 142 Extrakt
 - 142 Ausbringung
-

145 Wichtige Kennzahlen und Empfehlungen

- 146 Extrakte
 - 146 Geeignete Behälter für die Herstellung von Jauchen, Brühen etc.
 - 149 Konzentration- und Produkt-Bedarfsumrechnungstabelle
-

151 Pflanzenstärkungs- und pflegemittel

- 152 Zubereitungen und Wirkungen pflanzlicher Stärkungsmitteln
- 154 Ackerschachtelhalm
- 160 Ampfer
- 161 Baldrian
- 163 Basilikum
- 164 Beinwell
- 166 Birke
- 167 Brennnessel
- 171 Eberraute
- 172 Efeu
- 173 Eiche
- 175 Farnkraut
- 178 Fenchel
- 180 Große Klette
- 181 Hirtentäschel
- 182 Holunder
- 183 Kamille
- 186 Kapuzinerkresse
- 187 Knoblauch
- 192 Kohl
- 193 Kren (Meerrettich)
- 195 Lavendel
- 196 Löwenzahn

- 198 Möhren (Karotten)
- 199 Moos
- 201 Niembaum
- 203 Pechnelken
- 204 Pfefferminze
- 205 Rainfarn
- 208 Rhabarber
- 211 Ringelblumen
- 212 Rote Rübe (Rote Bete)
- 213 Sachalinknöterich
- 214 Salbei
- 216 Schafgarbe
- 218 Schnittlauch
- 219 Thuja
- 220 Thymian
- 221 Tomaten (Paradeiser)
- 222 Vergorene Kräuterjauche
- 223 Wermut
- 226 Zwiebeln
- 229 Anmerkungen

231 Tee-Einsatz auf Großflächen

237 Weitere Pflanzenpflegemittel, Pflanzenhilfsmittel und Pflanzenschutzprodukte

265 Saatgutbeizungen

273 Nützlingseinsatz sowie biotechnische und technische Maßnahmen

281 Energetische Methoden

- 282 Homöopathie für Pflanzen
- 295 Biologisch-dynamische Wirtschaftsweise
- 298 Mit Asche kurieren

300 Stichwortregister

309 Literaturnachweis
