

Vorwort: Der Durcheinander-Garten	7	Den Boden verbessern	36
Die natürlichen Regeln im Garten verstehen	9	Düngen: Viel hilft viel?	42
Am Anfang: der Boden	10	In Mischkultur anbauen	45
Weitere Einflüsse im Gemüsegarten	16	Auf die Fruchtfolge achten	48
Den Garten optimieren	19	Das Hochbeet:	
Selbstversorger auf wenig Fläche	20	der Klassiker im Gemüsegarten	49
Beurteilen, was man hat	21	Weitere Beetformen	52
Der neue Gemüsegarten	26		
Mulchen muss sein	30	Vom Samen zum Gemüse	55
Der Wurm macht's	32	Vorkultur bringt (nur) Vorteile	56
<i>Eine Wurmkiste bauen für besten Vermi-Kompost</i>	34	Das braucht man zur Aussaat	63
		Aussäen Schritt für Schritt	66
		Pikieren, wie geht das?	70
		Aus Sämlingen werden Jungpflanzen	72
		Das Frühbeet: der Name ist Programm	74
		<i>Kleines Haus, großes Glück:</i>	
		<i>Das Kleingewächshaus</i>	78
		Für einen gesunden Garten	81
		Schädling oder Nützling?	82
		Gesunde Pflanzen durch Vorbeugung	84
		Die richtigen Beetnachbarn gegen	
		Schädlinge	87
		Jauchen und Co.: die Garten-Hausapotheke	89
		<i>Ein Kraut für alles:</i>	
		<i>Beinwell hilft</i>	94
		Nützlinge im Pflanzenschutz	96
		Die Gemüsearten	101
		Amaranth	102
		Artischocke und Cardy	104
		Asia-Salat und Asia-Gemüse	105
		Aubergine	109
		Blumenkohl und Brokkoli	110
		Bohnen	112
		Erbosen	116
		Feldsalat	118
		Gurken	120
		Kartoffeln	124
		Knoblauch	125

Kohl: Weißkohl, Grünkohl und Co.	128
Kohlrabi	131
Kürbis	132
Löwenzahn	134
Mairüben und Co.	136
Mais	138
Mangold	139
Möhren (Karotten)	140
Paprika und Chili	141
Physalis: Andenbeere und Tomatillo	146
Porree	147
Radieschen und Rettich	148
Rauke (Rucola)	151
Rote Bete	153
Salat	156
Sellerie	163
Spinat und Neuseeländer Spinat	164
Tomaten	168
Zucchini	177
Zwiebeln	179
<i>Es gibt viel mehr: Ungewöhnliches</i>	
<i>Gemüse</i>	182
Bezugsquellen, Literatur	186
Quellen	187
Register	188
Der Autor	190
Impressum	192