

INHALT

Einleitung 6

Alles beginnt mit dem Boden 10

No Dig: Weniger tun, mehr erreichen 12

Zum Vertiefen Das Universum unter uns 16

Die Bedeutung von Kompost 18

Zum Vertiefen Natürliche Nahrung 24

Unkräuter verstehen 26

Vorteile von No-Dig-Beeten 28

Zum Vertiefen Boden: Speicher & Struktur 30

Erste Schritte 32

Den Anbau planen 34

Beete planen 38

Unkräuter fernhalten 40

Ein No-Dig-Beet planen, anlegen und pflegen 42

Pflanzen vorziehen 48

Zum Vertiefen Gutes Saatgut 50

Eigenen Kompost herstellen 52

Geräte 58

Grundlagenwissen für Gemüsegärtner 62

Aussaaten planen 64

Fruchtfolge 66

Vorziehen 74

So wird gesät 76

Aussaaten pflegen 81

Auspflanzen 84

Pflanzabstände 86

Gießen 88

Vliese und Schutznetze 92

Schnecken bekämpfen 95

Anbau unter Glas und Folie 96

Ernten 98

Zum Vertiefen Wie die Anbaubedingungen den Geschmack beeinflussen 100

Einlagern der Ernte 101

Saatgut gewinnen 104

Gemüse und Kräuter 108

Bohnen, Erbsen 110

Kohlarten, Radieschen, Rüben 126

Knoblauch, Porree, Zwiebeln 152

Zucchini, Gurken, Melonen, Kürbis 166

Möhren, Sellerie, Fenchel, Pastinake, Kerbel, Koriander, Dill, Petersilie 182

Rote Bete, Mangold, Spinat 202

Gartensalate, Kohlgewächse, Wintersalate 214

Aubergine, Paprika und Chili, Basilikum, Kartoffeln, Zuckermais, Tomaten 240

Mehrrjährige Kulturen 264

Register 280

Bezugsquellen und Literatur 286

Danksagung 288