

Inhalt

Vorwort	5
SELBSTVERSORGUNG GANZ EINFACH	7
Was du in diesem Buch findest	8
Geduld und Leidenschaft	8
Du und dein Garten – beste Freunde?	9
Zeit-Spar-Tipps	10
Ist das Permakultur?	11
Deine Selbstversorger-Ernte	11
Gartenrundgang	12
Die Gemüseporträts	13
Buschbohnen	14
Kartoffeln	15
Knoblauch	16
Kohlrabi	17
Kürbis	18
Mangold	19
Pflücksalat	20
Radieschen	21
Rote Bete	22
Rotkohl	23
Tomaten	24
Zucchini	25
Zuckerschoten	26
Zwiebeln	27
30 Aktionstage	28
Wichtiges Gut: Der Boden	30
Und Jetzt: Action	30
Aktionstage im Januar	33
Kein Garten? Trotzdem Selbstversorgung!	34
Flächenerkundung und Bodencheck	36
Beetplanung	40
Aktionstage im Februar	47
Einkauf von Saatgut und Gartengeräten	48
Beet anlegen und Bodenbearbeitung	52
Aktionstage im März	59
Alles beginnt mit dem Vorziehen	60
Kartoffeln vorkeimen	66
Gemüsereihen markieren	68
Aussaaten im Frühjahr	70

Aktionstage im April	77	ANHANG	
Rankhilfen aufstellen	78	Glossar	168
Pflanzenjauchen herstellen und düngen	82	Register	170
Ran an die Hacken	86	Adressen und Bücher	172
Kartoffeln legen	90	Über die Autorin, Dank, Bildnachweis	174
		Impressum	176
Aktionstage im Mai	95		
Direktsaat ins Beet	96		
Beete vor Schädlingen schützen	100		
Wärmeliebende Kulturen auspflanzen	106		
Mulchen	110		
Aktionstage im Juni	115		
Wasser marsch!	116		
Beim Wachsen unterstützen: jetzt wird angehäufelt	120		
Tomaten ausgeizen und pflegen	122		
Aktionstage im Juli	127		
Wintergemüse aussäen	128		
Gründüngung aussäen	132		
Aktionstage im August	135		
Tomatensauce einkochen	136		
Saatgut gewinnen	138		
Aktionstage im September	145		
Neue Gartenelemente entstehen	146		
Rotkohl einkochen	150		
Abernten vor dem Winter	152		
Aktionstage im Oktober	157		
Über Winter oder mehrjährig	158		
Garten winterfest machen	162		
Rückblick auf die Gartensaison	166		