

INHALT

Vorwort	6
---------------	---

Einleitung

Fakten zu Alten Sorten	8
Plädoyer für Alte Sorten	14
Alle können ackern	16

Die Gemüse und ihre Rezepte

Blattgemüse	20
Fruchtgemüse	78
Knollen- und Rübengemüse	134
Wurzelgemüse	190
Sprossengemüse	210
Zwiebelgemüse	234
Samengemüse	248
Bowls	284
Süße Früchte	290
Würzen	298

Anhang

Saisonkalender	308
Register	310
Das Sozialunternehmen Acker	312
Die Solawi Zabergäu	314
Die Fotofreunde Neckarsulm	315
Die Autorin Dankeschön	316
Quellen	318
Impressum	319