

WENIG ZEIT UND TROTZDEM SELBST VERSORGER



GEMÜSEANBAU SO EINFACH
Mit nur
30
Aktionstagen
im Jahr reich ernten
✓
WIE NOCH NIE



G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2023 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2023 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Cornelia Nunn

Lektorat: Christine Weidenweber

Korrekturat: Andrea Lazarovici

Bildredaktion: Judith Starck; Petra Ender und Natascha Klebl (Cover)

Covergestaltung: ki36 Editorial Design

eBook-Herstellung: Pia Schwarzmänn

 ISBN 978-3-8338-8900-4

1. Auflage 2023

Bildnachweis

Coverabbildung: mauritius images/Westend61/Epiximages

Illustrationen: Bella Illenberger; Adobe Stock

Fotos: **Adobe Stock**: /7monarda; /Alexander Rath; /encierro; /kukuruzik; /omika; /Simone; /Наталия Чубакова; **Botanikfoto**/Steffen Hauser; **Flora Press**: /BIOSPHOTO; BIOSPHOTO/Yann Avril; /Christine Ann Föll; /Daniela Kunze; /Dieter Schinner; /Digitalice Images; /flora production; /FocusOnGarden/Jürgen Becker; /Fork Handles; /Gaby Jacob; /Gary Smith; /Helga Noack; /Ingrid Gorr; /Martin Hugh-Jones; /Meyer-Rebentisch; /Nadja Buchczik; /Otmar Diez; Thomas Dupaigne; /Ute Klaphake; **Tammo Ganders**; C96; /Dave Bevan; /Gary Smith; /Howard Rice; /Jason Ingram; /John Swithinbank; /Jonathan Buckley; /Juliette Wade; /Nicola Stocken; /Robert Mabie; /Thomas Alamy; /Tim Gainey; /Victoria Firmston; gartenfoto.eu/ Martin Staffler; **Teresa Herzmann**; **mauritius images**: /Alamy/Les Gibbon; /Alamy/Tim Gainey; /Alamy/Vitalii Marchenko; /Foodcollection; /Julia Thymia; /Maskot; /Pitopia/Alexander Rath; /Science Source/Nigel Cattlin; /Ute Konopka Photographi; **Ina Rimmel**; **Shutterstock**: /Dean Clarke; /eurobanks; /Miriam Doerr Martin Frommherz; /nieriss; **Stocksy/Manu Prats**; **Friedrich Strauß**; /NouN 54.

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-8900 09_2023_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen

vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE

Garantie



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

www.gu.de

Wichtiger Hinweis

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung der Verfasserin dar. Sie wurden von der Autorin nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.



Was es zuvor zu sagen gibt

Dieses Buch ist für alle, die gerne mit dem eigenen Gemüseanbau starten möchten, aber Respekt vor dem Arbeitsaufwand haben. Auch wenn du schon erste Gartenerfahrungen gesammelt hast und nun mit Struktur deine Selbstversorger-Ernte steigern möchtest, dann findest du hier eine gute Anleitung.

Du kannst mit diesem Buch die vermeintliche Hürde nehmen, dass der eigene Gemüseanbau kompliziert und zeitfressend ist. Jeder kann sein eigenes Gemüse anbauen, davon bin ich überzeugt. Und der Garten wird dabei ein gutes „Nebenbei-Hobby“. Auch wenn du nur wenig Zeit im Garten verbringst, lehrt uns dieser vieles über die Natur, unsere Gesellschaft und uns selbst. Wer sich einmal mit der Selbstversorgung vertraut gemacht hat und versucht hat das eigene Gemüse anzubauen, bildet eine neue und nachhaltige Wertschätzung für das tägliche Gemüse.

REZEPTESAMMLUNG GARTEN

Für mich ist Gärtnern ein bisschen wie Kochen oder Backen. Mit einem Rezept kann fast jeder ein passables Gericht kochen und je mehr Übung man hat, umso einfacher gelingt es, auch ohne Anleitung Zutaten zusammenzufügen und sich selbst zu versorgen. Einige werden zum passionierten „Garten-Koch“, probieren ganz intuitiv neue Kombinationen aus und entwickeln ein Gespür dafür, wie viel Flüssigkeit ein Teig benötigt oder welche Würze gut miteinander kombiniert werden kann. Andere wiederum brauchen ihr Leben lang Rezepte und Anleitungen, dennoch machen sie sich die Portion Spaghetti oder die Bratkartoffeln quasi von allein. Was, wenn ich dir sage, dass du nie ein perfekter Gärtner sein wirst, aber deine Zuckerschoten und Salate auch ohne dich wachsen und dich mit leckeren Blättern und Früchten

beschenken? Wenn nicht Perfektion, sondern Lernerfolg und eine ganzheitliche Erfahrung des Gemüseanbaus dein Ziel sind, dann ist mein Buch richtig für dich.

Dieses Gartenbuch ist eine Rezeptesammlung für deine ersten Beete. Das Ziel ist, mit möglichst einfachen und sogenannten extensiven – also pflegeleichten – Gemüsearten das eigene Grün ernten und die Grundtechniken des Gärtnerns umsetzen zu können. Stellst du nach deinem ersten Gartenjahr fest, dass du zum passionierten Gärtner werden möchtest, dann kannst du die erlernten Anbaumethoden auf weitere Arten und Sorten übertragen und nach und nach deinen grünen Daumen weiterentwickeln.

Du lernst deinen Garten kennen und findest heraus, welches Gemüse dort gut wächst. Du entwickelst ein Gefühl für die Menge an Gießwasser, für die Nährstoffe, die deine Pflanzen benötigen und für den Boden als Gesamtsystem. Nach der Lektüre sind Mulch, Nachtschattengewächse, Eisheilige, Grubber und Gesteinsmehl keine Fremdwörter mehr für dich.

Ich freue mich, dass ich dich auf deiner Gartenreise begleiten darf und dir die wunderbare, geheimnisvolle und beruhigende Welt des Gemüseanbaus zeigen darf.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'J. Reel', with a long, sweeping horizontal stroke extending to the right.



SELBSTVERSORGUNG GANZ EINFACH

Kartoffeln, Tomaten, Zuckerschoten & Co. liefern dir reiche Erträge und sind bestens für deinen Selbstversorger-Garten geeignet. Du musst nur noch loslegen.





Was du in diesem Buch findest

Learning by doing – das ist die Devise meines Buches. Hier geht es nicht um Theorie, wir steigen gleich in die Praxis ein. Um dich bei einem möglichst erfolgreichen Garteneinstieg zu begleiten, konzentriert sich dieses Buch auf 14 Gemüsearten, die du auf jeden Fall ernten wirst. Für weitere Arten gibt es immer wieder Tipps und sicherlich wird dein Entdeckergeist auch noch andere Dinge ausprobieren wollen. Mit den vorgestellten Gemüsearten wendest du unterschiedliche Kulturtechniken an, welche du später auf andere Arten ganz leicht übertragen kannst.

Nach der Vorstellung der Gemüsearten kommt schon der Hauptteil des Buches: Aufgeteilt in Kapitel von Januar bis Oktober gibt es für jeden Monat verschiedene Aktionstage. Bei den jeweiligen Aktionen findest du immer eine Zeitangabe, damit du einschätzen kannst, wie aufwendig die Arbeit ist. Du wirst aber nie einen ganzen Tag für eine Aufgabe brauchen, teilweise sogar nur 30 Minuten.

Das Buch ist auf das Gärtnern in klassischen Bodenbeeten ausgelegt, einfach deshalb, weil sie leicht anzulegen und auch mit wenig Zeit gut zu bewirtschaften sind. Hochbeete, Topfkulturen oder Hügelbeete haben je nach Platzverfügbarkeit oder Bodenqualität ihre

Berechtigung. Beachte jedoch, dass sie einen höheren Gießaufwand mit sich bringen.

GEDULD UND LEIDENSCHAFT

Mir ist es sehr wichtig, dass du geduldig mit dir und deinem Garten bist. Geduld und Hoffnung sind Eigenschaften, die einen guten Gärtner ausmachen. Das Wissen und der Glaube daran, dass aus dem kleinen Saatkorn irgendwann eine große Pflanze heranwächst, sind notwendig, denn teilweise musst du vier Wochen warten, bis du erste Erfolge siehst. Gibst du aber nach zwei Wochen auf, weil du denkst, es ist nichts geworden, und gräbst das Beet um, dann hast du deine Ernte sprichwörtlich im Keim erstickt. Und um noch mal einen Bezug zum Kochenlernen zu bringen: Du warst auch nicht das erste Mal, als du Spaghetti in einen Topf geworfen hast, direkt ein Profi-Koch. Es braucht Zeit, Erfahrungen und neunmalklugen Tipps von denen, die es schon länger machen.



Gemeinsames Gärtnern und der Austausch mit anderen Gärtnern machen Spaß und bringen neue Ideen.

Gemeinschaftlich gärtnern

Du kannst die Aktionstage in deinem eigenen Garten durchführen oder auch in einem gemeinschaftlichen Garten umsetzen. Für Aktionstage, die besser in Gemeinschaft funktionieren, findest du jeweils zu Beginn des Kapitels einen Hinweis. Bist du einmal ein Gärtner, dann wirst du die großartige Gemeinschaft und Unterstützung von anderen Gärtnerinnen und Gärtnern oder Interessierten erfahren und wertschätzen. Es macht einfach Spaß, gemeinsam etwas anzubauen, zu ernten, zu verarbeiten und vielleicht sogar gemeinsam zu essen. Ich habe noch keine vergleichbare Spezies kennengelernt wie die passionierte Gärtnerin, die am liebsten die neuesten Dünge-Tipps oder alten Saatgutsorten austauscht, an jedem Gemüsegarten stehen bleiben muss und ihre Begeisterung immer beibehält.

DU UND DEIN GARTEN - BESTE FREUNDE?

Du und dein Garten – ihr müsst euch langsam anfreunden, denn eigentlich habt ihr sehr unterschiedliche Bedürfnisse. Du möchtest vielleicht Gemüse auf einer Fläche anbauen, die jahrzehntelang eine Wiese war oder die von Brombeeren überwuchert wurde. Dein Gartenboden ist darauf aber erst mal gar nicht vorbereitet und kann sich nicht so schnell umstellen. Er ist noch auf Wiese programmiert und aus diesem Grund werden über einen längeren Zeitraum immer wieder schlummernde Samen von Beikräutern zwischen deinem Gemüse aufkeimen. Die gute Aussicht: Mit jedem Jahr, in dem du deinen Garten und die Gemüsebeete pflegst, wird es besser. Der Boden wird humoser und lockerer und lässt du die Beikräuter im Garten zukünftig nicht mehr aussamen, dann werden es langsam weniger werden. Und natürlich gibt es auch jede Menge Beikräuter, die schon früh im Jahr aus der Erde spitzen und durchaus genießbar und außerdem sehr gesund sind. Du kannst sie für den ersten Salat, die erste Kräutersuppe oder einen Quark verwenden.

FRÜHLINGS-BEIKRÄUTER FÜR DIE KÜCHE

- ✓ *Brennnessel: roh für den Salat oder Quark, als Gemüse, für die Suppe*
- ✓ *Giersch: roh im Salat oder Quark, im Smoothie, als Gemüse*
- ✓ *Löwenzahn: roh im Salat oder Quark, im Smoothie*
- ✓ *Vogelmiere: roh im Salat oder Quark, als Gemüse*

Deine Aufgabe im Gemüseanbau ist es, deinen Pflanzen eine gute Grundlage und einen perfekten Start im Beet zu geben und danach deinem Garten und den Pflanzen zu

vertrauen, dass sie – außer ein paar Pflegemaßnahmen deinerseits – die restliche Arbeit übernehmen. Die Balance aus Zuwendung und Nichtstun wird dein Garten dir mit neuem Bodenleben, Artenreichtum und einer reichen Ernte danken. Damit sich die Anlage und Instandhaltung deines Gemüsebeets nicht wie ein Kampf anfühlt, wirst du lernen, mit dem Wetter und den klimatischen Bedingungen zu gärtnern. Es ist nämlich viel einfacher und erfolgreicher mit der Natur als Partner zu gärtnern, als gegen sie anzukämpfen. Viele Dinge, die man im Gemüsegarten machen könnte, wirst du nach meinem Fahrplan einfach auslassen und dennoch oder vielleicht gerade deswegen eine reiche Ernte einfahren.

Zeit-Spar-Tipps

Mithilfe dieses Buches wird dein Zeit- und Arbeitsaufwand im Gemüsebeet möglichst gering gehalten. Dennoch: Natürlich macht ein Garten Arbeit. Du wirst an ihn denken, wenn es besonders kalt oder heiß ist, du wirst dir eine Ferienvertretung suchen und du wirst höchstwahrscheinlich irgendwann mit Zucchini um dich schmeißen, weil du nicht mehr weißt, wohin damit. Zeit zu sparen, bedeutet nicht, dass du durch deine Gartenaufgaben durchhetzen musst oder das Gemüsebeet nur halbherzige Beachtung bekommt. Mit dem Fokus auf extensive und einfache Gemüsearten und mit einer strukturierten Anlage deines Beetes kannst du im Laufe der Gartensaison auf viele typische Gartenarbeiten verzichten und dem Gemüse beim Wachsen zuschauen. Es gibt viele Dinge im Garten, die du nicht tun musst, und Zeiten, in denen dein Garten ganz von allein wächst und gedeiht.



Ein Permakultur-Gemüsebeet wird im Rahmen der schon bestehenden Strukturen angelegt.

IST DAS PERMAKULTUR?

Einige Gartenaufgaben fallen weg und die Gartenarbeit wird als ganzheitliches System betrachtet – ist das Permakultur? Ja und nein. Die Prinzipien der Permakultur waren sicherlich eine Inspiration für dieses Buch, jedoch gehen sie noch viel weiter. Wir beschäftigen uns hier einzig und allein mit

deinem Gemüsebeet. Doch dein Garten kann so viel mehr beinhalten: Obst- und Nussbäume, essbare Hecken, Ast- und Laubhaufen als Unterschlupf für Tiere. Möchtest du deinen gesamten Garten im Rahmen der Permakultur gestalten, dann benötigst du zu Beginn einiges an Planungsaufwand. Es müssen Erdarbeiten vorgenommen und eventuell Bäume versetzt werden – Permakultur ist die enkeltauglichste Variante, seinen Garten und sein Umfeld für sich und seine Nachkommen zu gestalten. Gute Anregungen zur Gestaltung deines gesamten Gartens über das Gemüsebeet hinaus findest du in Permakultur-Ratgebern.



Viele Beikräuter, wie Brennnesseln, können im Garten sinnvoll und vielfältig eingesetzt werden.

DEINE SELBSTVERSORGER-ERNT

Die Versorgung mit eigenem Gemüse ist übrigens auch mit weniger als 30 Aktionstagen gut möglich. Ein Fokus auf extensivem Gemüse und eine Versorgung „nur“ mit Kartoffeln, Bohnen und Kürbissen ist möglich, doch um möglichst viele Anbautechniken abzubilden und kennenzulernen und die Gemüsevielfalt zu steigern, werde ich auch spannende intensive Gemüsesorten wie Tomaten vorstellen.

Mit der „Rezeptesammlung“ in diesem Buch kannst du lernen, dein Gemüse anzubauen, zu verarbeiten und zu lagern. Der Aktionstag „Abernten vor dem Winter“ (siehe [≥](#)) ist nur für das Thema „Ernte“ vorgesehen. Ich erkläre dir genau, was und wie du erntest. Aber je nach Gemüse gilt das natürlich über die gesamte Vegetationsperiode.

Ganz spannend ist außerdem die Saatguternte. Bei verschiedenem Gemüse kannst du Samen ernten und sicherst so Saatgut aus eigener Produktion für das nächste Jahr.



Im Selbstversorger-Garten kannst du jeden Monat die Ernte vielfältiger Gemüsearten genießen.

Fragst du verschiedene Gärtner, wirst du immer unterschiedliche und teilweise widersprüchliche Antworten zu Gartenaufgaben und auch zur Ernte erhalten. Das liegt nicht daran, dass die Gärtner nicht die Wahrheit sagen, sondern daran, dass der Anbau von Fläche zu Fläche unterschiedlich ist und abhängig von äußeren Umständen, nämlich wie das Wetter regional ist, wann es im Durchschnitt Frühling wird, wie die Bodenbeschaffenheit ist und vieles mehr. Eigentlich kann man nur im Groben umreißen, was zu tun ist und worauf geachtet werden muss. Es kann keine 1:1-Anleitung für deinen Garten geben, denn nur du kennst deinen Garten genau. So unterscheiden sich auch die Erntezeitpunkte je nach Klimaregion, Boden, Saatgut und Pflege.

Ernte lieber etwas kleiner als gar nicht. Ich neige manchmal dazu, mein Gemüse im Garten so hübsch zu

finden, dass ich den Erntezeitpunkt verpasse. Ist es dann zu spät, dient es nur noch als Futter für die Regenwürmer im Kompost oder die Blüte als Nahrung für die Insekten im Garten.



Ein genauer Blick auf deine Pflanzen sagt dir, was du am jeweiligen Tag im Garten zu tun hast.

GARTENRUNDGANG

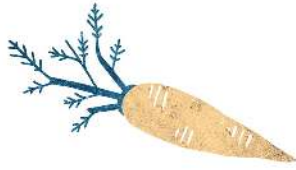
In den Gemüseporträts findest du Angaben zum Erntezeitpunkt der Gemüsearten.

Einen Rundgang durch deinen Garten, bei dem du neue Gemüsekeimlinge, Blüten und Tiere beobachtest, machst du

wahrscheinlich schon ganz intuitiv. Du möchtest bestimmt direkt sehen, was sich seit deinem letzten Gartenbesuch verändert hat und ob vielleicht schon etwas erntereif ist. Zu Beginn der Monate findest du einen kurzen Überblick für deinen Gartenrundgang. Hier habe ich zusammengefasst, was gerade im Garten wichtig ist, welche Ernte- und Pflegemaßnahmen anstehen und welche Arbeiten regelmäßig erledigt werden sollten. Auch wenn es wichtig ist, dass du dir im Vorfeld schon überlegst, was du im Garten machst, solltest du immer den aktuellen Stand vor Ort mitberücksichtigen. Als Gärtnerin oder Gärtner ist also auch eine gewisse Flexibilität vonnöten.

Hast du beispielsweise geplant, ein neues Beet anzulegen, aber du stellst bei deinem Gartenrundgang fest, dass deine aktuellen Pflänzchen viel Aufmerksamkeit durch Hacken, Mulchen, Hochbinden und Gießen benötigen, dann hat die Pflege dieser Pflanzen Priorität. Das gilt auch für deine eigene Zeitplanung: Nimm dir nicht zu viel auf einmal vor.

Ziel ist es, deinen intuitiven Blick auf deine Anbaufläche und den Garten insgesamt zu schärfen, sodass du dich bald ohne Unterstützung im Beet zurechtfindest.



Die Gemüseporträts

Der Fokus in diesem Buch liegt auf 14 Gemüsearten, die gut für die Erstanlage eines Beetes geeignet sind, zuverlässig gedeihen und gleichzeitig Vielfalt in dein Gemüsebeet und in deine Ernährung bringen. Extensive Gemüsearten, die wenig Pflege benötigen, wie z.B. Kartoffeln, werden durch intensive Gemüsearten wie Tomaten ergänzt. Die Pflege der Gemüsearten innerhalb einer Pflanzenfamilie ähnelt sich, du kannst also die Anbautechniken aus diesem Buch auf weitere Gemüse übertragen und dein gärtnerisches Wissen so ausweiten. Hast du im ersten Jahr Tomaten erfolgreich großgezogen, so kannst du dich im zweiten Jahr an Paprika und Auberginen wagen. Sind deine Roten Bete gewachsen, dann wird dir bestimmt auch der Anbau von Spinat und Mangold leichtfallen.

In den Gemüseporträts findest du Anhaltspunkte, an denen du erkennen kannst, wann dein Gemüse ausgesät, gepflanzt und gepflegt wird. Die richtigen Zeitpunkte zur Aussaat, Pflanzung und Ernte deiner Gemüse hängen dabei jedoch von deiner geografischen Lage sowie von Wetter und Klima im aktuellen Jahr ab.

Ist eine Spannbreite an Monaten zur Aussaat angegeben, dann orientiere dich zusätzlich an den jahresaktuellen Bedingungen. Lebst du in einer kühleren Region, dann wähle einen späten Zeitpunkt innerhalb der Spannbreite. Ist es bei

dir schon sehr früh im Jahr warm, kannst du natürlich auch früh mit der Aussaat beginnen.

Solltest du dir unsicher sein, wann die idealen Bedingungen in deinem Garten erreicht sind, dann beobachte deine erste Aussaat bis zur Keimung genau. Sind wenig Samen aufgegangen, ist die Keimrate schlecht und du solltest erneut aussäen.

In den Gemüseporträts kannst du dir einen ersten Überblick über die Gemüsearten verschaffen. Die 30 Aktionstage geben einen detaillierten und übersichtlichen Einblick in die einzelnen Tätigkeiten.



Teste in deinem Garten unterschiedliche Sorten einer Gemüseart in Hinblick auf das Wachstum und den Geschmack und finde so deine Lieblingsorten.

BUSCHBOHNEN

Bohnen sind durch ihre positiven Eigenschaften, z. B. den Stickstoffeintrag in den Boden, beliebte Nachbarn im Mischkulturbeet.



Aussaat: Ende April/Anfang Mai bis Juli 2–3 cm tief mit einem Abstand von 8–10 cm direkt ins Beet säen, an sonnige bis halbschattige Plätze. Bei einer Horstsaat werden 3–5 Samen zusammen in ein Pflanzloch gelegt. Weiche die Bohnen vor der Aussaat für einige Stunden in lauwarmem Wasser ein.

Pflege: Für einen stabilen Stand solltest du die Stängelbasis mit Erde anhäufeln. Mithilfe von Knöllchenbakterien an den Wurzeln können Bohnen Stickstoff aus der Luft binden, eine

BERATUNG UND INFORMATIONEN RUND UMS GEMÜSE

Stiftung Pro Specie Rara

Unter Brüglingen 6

CH-4052 Basel

Tel. +41 61 545 99 11

info@prospecierara.ch

prospecierara.ch

Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e. V.

Uhlandstr. 57

D-45468 Mülheim an der Ruhr

Tel.: +49 208 74 04 99 25

geschaeftsstelle@nutzpflanzenvielfalt.de

nutzpflanzenvielfalt.de

Bildungsstätte Gartenbau

Gießener Str. 47

D-35305 Grünberg

Tel.: +49 6401 91 01-0

info@bildungsstaette-gartenbau.de

bildungsstaette-gartenbau.de

Bayerische Gartenakademie

An der Steige 15

D-97209 Veitshöchheim

Tel.: +49 931 98 01-0

poststelle@lwg.bayern.de

lwg.bayern.de

aid infodienst

Ernährung, Landwirtschaft,

Verbraucherschutz e. V.

Heilsbachstr. 16

D-53123 Bonn

Tel.: +49 228 849 90
aid@aid.de
aid.de

Gartenakademie Baden-Württemberg e. V.

Diebsweg 2
69123 Heidelberg
Grünes Telefon: +49 (0)900 1042290
Tel.: +49 (0)6221 7484810
gartenakademie@lvgl.bwl.de
gartenakademie.info

„Natur im Garten“ Mecklenburg-Vorpommern

Das Gartentelefon
Tel.: +49 (0)39934 899646
Jeden Montag von 13-17 Uhr
info@natur-im-garten-mv.de

gARTenakademie Sachsen-Anhalt e. V.

Salzwedeler Torstr. 34
39638 Hansestadt Garelegen
Tel.: +49 (0)1573 6888 488
info@gartenakademie-sachsen-anhalt.de
gartenakademie-sachsen-anhalt.de

ARCHE NOAH

Obere Str. 40 A-3553 Schiltern
info@arche-noah.at
arche-noah.at

Labore für Bodenanalysen

findest du im Internet. Vergleiche vor der Wahl am besten die Preise der Anbieter. Bodenuntersuchungen nehmen aber auch die Landwirtschaftlichen Untersuchungs- und Forschungsanstalten der Länder vor. Einige Anbieter leihen auch einen Bohrstock zur Probenentnahme aus, wenn er vor

Ort abgeholt wird. Suchst du Anbieter in deiner Region können dir die Gartenakademien und Landwirtschaftskammern sicher weiterhelfen.

EMPFEHLENSWERTE BÜCHER

Arche Noah Bio-Gemüse-Ratgeber

Andrea Heisteringer Einfach anbauen. Vielfalt ernten edition loewenzahn, Innsbruck

Mehrfähriges Gemüse - einmal pflanzen, dauernd ernten

Philippe Collignon, Bernard Bureau
Verlag Eugen Ulmer, Stuttgart

Nachhaltig gärtnern: biologisch, ressourcenschonend, klimafreundlich

Burkhard Bohne
Gräfe und Unzer Verlag, München

Gemüse für alle! Das Gartenbuch mit Erntegarantie für Einsteiger

Natalie Kirchbaumer, Wanda Ganders, Ina Remmel
Gräfe und Unzer Verlag, München

Der Boden - Das verborgene Universum zu unseren Füßen

Ina Sperl
Gräfe und Unzer Verlag, München

DANK

Nun möchte ich ein Dankeschön an alle richten, die ein Teil des Buches und Teil meines Gartenlebens sind.

Der Macherin Kati möchte ich meinen besonderen Dank ausrichten. Gemüseanbau ohne dich wäre nur halb so effektiv und Spaßig.

Danke an Steffi, die mich so selbstverständlich in ihren Garten eingeladen hat und mir ihr großes Vertrauen für Veränderungen entgegengebracht hat.

Danke an meine zauberhaften Nachbarn für den Austausch von Tipps, Gartengeräten und Gemüse über den Staketenzaun hinweg.

Danke an Teresa für die schönen Momente, die du eingefangen hast. Danke an alle Menschen, die mit ihrem Besuch dem Garten Leben und neue Impulse geben und mit denen ich viele wertvolle Gartenmomente erleben darf.