

Inhaltsverzeichnis

Über den Autor	9
Widmung	10
<i>Einführung</i>	21
Über dieses Buch	21
In diesem Buch verwendete Konventionen	22
Törichte Annahmen über den Leser	22
Wie dieses Buch aufgebaut ist	22
Teil I: Grundlagen des Obst- und Gemüseanbaus	22
Teil II: Den Boden vorbereiten	23
Teil III: Leckerer Gemüse anbauen	23
Teil IV: Den eigenen Obstsalat anbauen	23
Teil V: Der Top-Ten-Teil	23
Symbole, die in diesem Buch verwendet werden	24
Wie es weitergeht	24
<i>Teil I</i>	
<i>Grundlagen des Obst- und Gemüseanbaus</i>	25
<i>Kapitel 1</i>	
<i>Der Weg zur Selbstversorgung</i>	27
Die Vorteile der Selbstversorgung	27
Geld sparen	27
Frisches essen	28
Nahrung nur wenige Meter von der Haustür entfernt anbauen	29
Mehr Vielfalt genießen	29
Genuss ohne Chemie	30
Ein Blick auf das größere Ganze	30
Werkzeug: Die richtige Ausstattung	30
Die Anbaufläche	34
Der eigene Garten	34
Blumentöpfe und andere Gefäße	34
Schrebergärten	35
Wissen, was Sie anbauen	35
Schmackhaftes Gemüse anbauen	35
Köstliches Obst aus dem eigenen Garten	37

Kapitel 2

Die Anbaufläche in Augenschein nehmen

39

So viel wie möglich aus Ihrem Garten herausholen	39
Mit Hochbeeten arbeiten	39
Obst- und Gemüseanbau in Pflanzgefäßen	41
Anzucht in Beuteln	43
Vertikale Gärten pflegen	44
Geschützter Obst- und Gemüseanbau	44
Anbau im Gewächshaus	44
Anbau im Folientunnel	46
Anbau im Haus	48
Ein Stück Land zum Gärtnern finden	48
Einen Garten finden	49
Einen Garten auswählen	49
Den Garten aufteilen: Tief- oder Hochbeete	50
Typische Fallstricke im Schrebergarten vermeiden	50
Alte Beete säubern	52
Mehrjähriges Unkraut	53
Mehrjähriges Unkraut bekämpfen	54
Einjähriges Unkraut	56
Einjähriges Unkraut bekämpfen	58

Kapitel 3

Entscheiden, was wann, wo und wie angebaut werden soll

61

Entscheiden, was Sie wo und wann anbauen	61
Einen Pflanzkalender erstellen	62
Erfolgsplanung	64
Obst und Gemüse auswählen	64
Reiche Ernte oder bester Geschmack	64
Moderne oder traditionelle Sorten	65
Ein Blick auf Hybridsorten	66
Saatgut oder Jungpflanzen	66
Pflanzen aus Saatgut ziehen	67
Erfolgsversprechende Pflanzen auswählen	75
Pflanzen kaufen, um Zeit zu sparen	77
Den Gemüsegarten planen	77
Die Anordnung der Beete planen	77
Zwischenfrüchte	78
Mischkulturen	78

Teil II	
Den Boden vorbereiten	79
Kapitel 4	
Eine kleine Bodenkunde	81
Ein Überblick über die Bodenzusammensetzung	81
Mineralische Bodenpartikel	81
Organische Substanz	82
Wasser	82
Luft	82
Insekten, Bakterien und Pilze im Boden	82
Den Boden beurteilen	83
Bodenanalyse	83
Ein Blick auf Bodentypen	84
Den Boden verbessern	87
Organische Substanz hinzufügen	88
Kompost herstellen	90
Kapitel 5	
Pflanzen wässern und nähren	93
Pflanzen gießen	93
Erkennen, wann gegossen werden muss	94
Wasser sinnvoll nutzen	95
Den Wasserbedarf reduzieren	96
Gut genährt: Was Pflanzen brauchen	97
Stickstoff	98
Phosphor	98
Kalium	99
Spurenelemente	99
Dünger verwenden	99
Feste Düngemittel	101
Flüssigdünger	102
Biologische Düngemittel	103
Kapitel 6	
Grünes Gärtnern: Der biologische Anbau	105
Für jeden Topf den passenden Deckel: Wie biologisch wollen Sie arbeiten?	106
Die Besonderheiten des biologischen Anbaus verstehen	107
Prioritäten setzen: Der Boden kommt zuerst	107
An die Umgebung anpassen	108
Die richtigen Sorten auswählen	109
Biologisches Saatgut auswählen	109

Sorgfältige Zeitplanung für Nutzpflanzen	110
Gärtnern ohne Chemie	110
Reduzieren, Wiederverwenden, Recyceln	114
Beinwell anbauen	115
Mit Unvollkommenheit leben	116
Gärtnern mit der Natur	116
Vor- und Nachteile des biologischen Anbaus abwägen	121

Kapitel 7

Anzeichen für Probleme erkennen **123**

Möglichen Problemen vorbeugen	123
Passende Obst- und Gemüsearten auswählen	123
Die Vorteile der Fruchtfolge nutzen	124
Verbreitete Probleme erkennen	126
Klimatische Probleme in Betracht ziehen	126
Bodenprobleme lösen	130
Typische Schädlinge	131
Typische Krankheiten bekämpfen	135
Pflanzenspezifische Probleme unter Kontrolle halten	138
Für glückliches Gemüse sorgen	139
Schädlinge und Krankheiten von Obst fernhalten	148

Teil III

Leckeres Gemüse anbauen **157**

Kapitel 8

Blattgemüse anbauen **159**

Saftige Salate	159
Einen herzhaften Salat servieren: Kopfsalat	159
Nicht unterzukriegen: Pflücksalat	162
Weitere Salate, die Sie auch wie Pflücksalat anbauen können	164
Andere Pflanzen wie Salat anbauen	165
Lange Ernte: Wintersalate	166
Hübsche Blüten: Essbare Blumen	167
Die Kohlfamilie kennenlernen	169
Schön wie eine Rose: Rosenkohl	170
Ein Gemüse für alle Jahreszeiten: Weiß-, Rot- und Spitzkohl	172
Kraus und niedlich: Grünkohl	175
Langsam, aber hervorragend: Brokkoli	176
Weiße Pracht für Ihren Garten: Blumenkohl	178
Hübsch in Giftgrün: Romanesco	180
Der Geschmack des Fernen Ostens: Asiatisches Kohlgemüse	180

Weitere Blattgemüsearten	183
Immer noch in guter Erinnerung: Mangold	183
Nicht nur für Matrosen: Spinat	185
Die Pflanze der Zukunft: Amaranth	186
Kapitel 9	
<i>Wurzelgemüse anbauen</i>	187
Grundnahrungsmittel anbauen	187
Die bescheidene Knolle: Kartoffeln	188
Schlicht und einfach: Rüben	197
Knackig und farbenfroh: Möhren	198
Süß und nussig: Pastinaken	202
Der große Cousin der Zwiebel: Lauch	204
Zum Weinen gut: Zwiebeln und Schalotten	207
In Purpur gekleidet: Rote Bete	212
Ein Gruß aus Skandinavien: Steckrüben	214
Schnell und einfach: Radieschen und Rettich	215
Außerirdisch gut: Kohlrabi	218
Gar kein so hässliches Entlein: Knollensellerie	219
Ein einzigartiger Geschmack: Gemüfefenchel	221
Exotisches Gemüse genießen	222
Schlank und rank: Haferwurzeln und Schwarzwurzeln	222
Überdurchschnittlich süß: Süßkartoffeln	224
Kapitel 10	
<i>Gemüse für jede Jahreszeit</i>	227
Würziges Blattgemüse anbauen	227
Eine lohnende Ernte: Endivien	227
Zwei, die sich ähnlich sind: Chicorée und Radicchio	228
Schmackhaftes Sommergemüse genießen	230
Aufreizend lecker: Tomaten	230
Mehr Würze auf dem Teller: Paprika	238
Scharf, schärfer, am schärfsten: Chilis	240
Tiefviolett: Auberginen	242
Die Ruhe selbst: Gurken	244
Umwerfende Kürbisse	247
Fruchtbare Produzenten: Zucchini	248
Bereit für eine Rekordernte: Sommerkürbisse	251
Nicht nur für Halloween: Winterkürbisse	253

Kapitel 11

Hülsenfrüchte und Getreide anbauen 257

Nahrhafte Bohnen heranziehen	257
Gesund und robust: Dicke Bohnen	258
Fein und köstlich: Grüne Bohnen	261
Hoch hinaus: Feuerbohnen	265
Eine ansprechende Hülsenernte: Erbsen	268
Prächtiges Getreide anbauen	272
Süß wie Zucker: Zuckermais	272
Öfter mal was Neues: Amaranth und Quinoa	274

Kapitel 12

Abenteuerlust: Ungewöhnliches Gemüse anbauen 277

Eins-a-Artischocken anbauen	277
Ein Gemüse für Gourmets: Artischocken	278
Eine tolle Knolle: Topinambur	280
Ein Hauch von Fernem Osten: Knollenziest	282
Kulinarische Leckerbissen anbauen	283
Der Höhepunkt des Frühlings: Grünspargel	283
Bei der Stange bleiben: Stangensellerie	286
Ein Gruß von der See: Meerkohl	288

Teil IV

Den eigenen Obstsalat anbauen 291

Kapitel 13

Blitzschnell wachsendes Obst anbauen 293

Sommerleckerbissen genießen	293
Saftiger Sommertraum: Erdbeeren	293
Obst für alle: Himbeeren	299
Obst aus Samen ziehen	304
Nicht nur ein hübsches Gesicht: Kapstachelbeeren	304
Vielseitiger, als vielleicht gedacht: Melonen	306
Knackig und saftig: Wassermelonen	310

Kapitel 14
Einfach köstlich: Johannis- und andere Beeren und Nüsse 313

Gesunde Beeren anbauen	313
Dunkel und köstlich: Brombeeren	314
Aus zwei mach eins: Loganbeeren	318
Nicht zu vernachlässigen: Stachelbeeren	319
Besser als Heidelbeeren: Schwarze Johannisbeeren	323
Sommerjuwelen: Rote und Weiße Johannisbeeren	326
Auf dem Weg ganz nach oben: Heidelbeeren	328
Zeit für Weihnachten: Cranberrys	330
Gruß aus Skandinavien: Preiselbeeren	332
Etwas Neues ausprobieren: Ungewöhnliche Beeren aus dem eigenen Garten	332
Erste Schritte mit Goji-Beeren	332
Auf geht's: Maulbeeren	334
Nüsse aus dem eigenen Garten	335
Eine langfristige Herausforderung: Walnüsse	336
Ideal für kleinere Gärten: Haselnüsse	337

Kapitel 15
Langsam wachsendes Baumobst anbauen 339

Ein Blick auf Samen und Unterlagen	340
Entscheidung für eine Baumform	341
Säulen	341
Hochstämme und Halbstämme	344
Büsche	344
Spalierbäume	345
Stepover-Spalier	346
Fächer	346
Apfelbäume im eigenen Garten	347
Ein Blick auf Unterlagen	348
Den Doktor fernhalten: Äpfel im eigenen Garten anbauen	349
Birnen aus dem eigenen Garten	356
Ein Blick auf Unterlagen	357
Der perfekte Partner für den Apfel: Birnen anbauen	357
Stolzer Duft: Quitten	359
Viel geschmäht: Mispeln	360
Süßer Erfolg: Steinobst	362
Geschmack des Sommers: Pflaumen, Renekloden und Zwetschgen	362
Sommerliebend: Kirschen	366
Spätsommerüberraschung: Aprikosen	368
Ein hübsches Paar: Pfirsiche und Nektarinen	371

Kapitel 16

Obst im Gewächshaus anbauen 375

Kletterfrüchte kultivieren	375
Die Frucht des Weins: Trauben	376
Die chinesische Stachelbeere: Kiwis	381
Pure Lebensfreude: Zitrus- und andere exotische Früchte anbauen	384
Früchte, die nach Sonne schmecken: Orangen, Zitronen und Limetten	385
Der Geschmack des Paradieses: Feigen	388
Farbenfrohes Wachstum: Granatäpfel	390
Für etwas Leidenschaft im Leben: Passionsfrüchte	392
Ein erworbener Genuss: Tamarillos	394
Absolut tropisch: Papayas	395

Teil V

Der Top-Ten-Teil 397

Kapitel 17

Zehn Projekte für Ihren Garten 399

Salat anbauen	399
Drei verschiedene Bohnen in einem Container anbauen	400
Kürbis, Bohnen und Zuckermais auf traditionelle amerikanische Art	401
Erdbeeren ohne Garten anbauen	402
Kräuter länger genießen	403
Essbare Blüten für mehr Farbe auf dem Teller	405
Keimlinge von der Fensterbank	406
Möhren auf der Terrasse anbauen	408
Hoch hinaus: Wände bepflanzen	409
Pflanzen in Hängkörben	409

Stichwortverzeichnis 411