

11 Wozu ein Gemüsegarten?

- 12 Zur gesunden Ernährung der Familie
- 16 Um unabhängig zu werden
- 20 Um die Kinder zu bilden
- 24 Zum Schutz der Umwelt und der Artenvielfalt
- 28 Als Ausdruck des Selbst
- 30 Ein Gemüsegarten verändert das Leben
- 33 Ein Gut, das nie an Wert verliert
- 34 Was kostet das Gemüse?

39 Gärtner werden

- 40 Fachkenntnisse erwerben
- 46 Einen Gemüsegarten planen
- 54 Einen Obstgarten integrieren
- 59 Geeignete Gartengeräte auswählen
- 64 Regenwasser auffangen
- 66 Nützlinge anlocken und beherbergen
- 78 Und der Rasen?
- 82 Ein geschlossener Kreislauf
- 88 Schädlinge bekämpfen

93 Erst nachdenken, dann handeln

- 94 Erste Samen, erste Pflanzen
- 100 Vielfalt
- 108 Vermehrung und Veredelung
- 120 Ein Aussaatplan zur ganzjährigen Ernte
- 122 Vorbereitung der Urlaubszeit
- 124 Die Winterkulturen nicht vernachlässige
- 128 Wintervorräte anlegen: Lagern, Konservieren ...
- 134 Gärtnern mit dem Mond – warum nicht!
- 138 Monatskalender (für die anfallenden Arbeiten)

145 Das Gemüse im Garten

- 147 Gartenkräuter
- 157 Beerenfrüchte
- 163 Zwiebelgemüse
- 169 Wurzelgemüse
- 185 Blattgemüse
- 205 Blütengemüse
- 211 Fruchtgemüse
- 223 Hülsenfrüchte und Mais
- 232 Bilanz eines Erntejahres

238 Das kommende Anbaujahr

- 239 Verbesserung der Gartenpraxis
- 242 Künftige Erzeugnisse
- 244 Die Bienenhaltung fortsetzen
- 246 Die Einrichtung fertigstellen
- 249 Gewöhnung an den reifen Garten
- 250 Ein Resümee

252 Service

- 252 Register
- 254 Literaturverzeichnis
- 255 Nützliche Adressen
- 255 Online-Shops
- 256 Dank
- 256 Bildnachweis