

l»^v c*

Gertrud Franck

Gesunder Garten durch Mischkultur

Gemüse, Kräuter, Obst und Blumen

SÜDWEST VERLAG MÜNCHEN

Inhaltsverzeichnis

- 8 Wie die Mischkultur entwickelt wurde**
- 9 Grundgedanken und Grundsätze**
- 11 Der Mischkulturen-Gemüsegarten im Jahreslauf**
 - 11 Vorbild Natur
 - 12 Praxis der Reihenkultur
 - 13 Frühling und Frühsommer
 - Spinatensaat • Der Anbauplan • Frühe Saaten/Beispiele für richtige Nachbarschaften • Ungünstige Nachbarschaften • Sellerie und Tomate als Abwehrpflanzen • Vorteile der Direktsaat • Keine Fruchtfolgeprobleme!
 - 22 Spätsommer, Herbst und Winter
 - Ernte der Nachfrüchte • Das „Nicht-mehr-Umgraben“ • Senfeinsaat • Frostsaat für vorgezogene Frühjahrsernte
 - 26 Zusammenstellung der Mischkulturen
 - 27 Beispiele zur Aufstellung eines Mischkulturen-Gartenplanes
- 30 Gartenprobleme - leicht lösbar durch Mischkultur**
 - 30 Erntezeiten
 - 31 Zwiebelanbau
 - 33 Tomatenanbau
- 35 Mischkultur auf Beeten**
- 37 Immergrüne Kultur und Bodenbedeckung**
 - 37 Voraussaaten
 - Senf • Ackerbohne • Andere Voraussaaten
 - 40 Flächenkompost
 - Der Wald als Vorbild • Geeignete Materialien • Kohlensäureversorgung der Pflanzen
- 45 Boden und Düngung - Grundlagen des Pflanzenwachstums**
 - 45 Bodenzustand - gepflegt und ungepflegt
 - 46 Was alles kann den Boden schädigen?
 - 48 Haufen- oder Mietenkompost

49 Häcksel

- 49 Zusammensetzung
- 50 Verwendung
- 51 Bedeutung des Häckselns für die Bodengesundheit

53 Haushalten mit Wasser und Wässerung

55 Die Vermehrung der Regenwürmer im Mischkulturengarten

57 Unkraut im Garten

- 57 Was sind Unkräuter?
- 58 Funktion der Unkräuter
- 58 Unkräuter als Bodenanzeiger
- 60 Aufwertungspflanzen
- 60 Ein biologischer Kreislauf
- 61 Wildkräuter und Falter
- 62 Jauchen aus Wildkräutern und ihre Wirkung

65 Der Anbau von Heil- und Küchenkräutern

- 65 Kräuteranbau im System des Mischkulturengartens
- 66 Einjährige Kräuter
Dill • Kerbel • Bohnenkraut • Basilikum • Boretsch • Senf • Ringelblume
Petersilie • Zwiebel • Gartenkresse • Schnittsellerie
- 69 Ausdauernde Kräuter
Wermut • Baldrian
- 71 Pflanzvorschläge für ausdauernde Kräuter
Lavendel • Rosmarin • Salbei • Ysop • Thymian • Pimpernel • Zitronenmelisse
Estragon • Weinraute • Schnittlauch • Liebstöckel • Beifuß
- 74 Was geschieht mit dem Schnittgut?
- 75 Kräuterjauchen
Wie werden Jauchen aus Kräutern hergestellt? • Anwendung
- 77 Sonderjauchen • Mischkultur - schematisch dargestellt

79 Tiere im Garten

- 80 Mikrofauna
- 80 Größere Tiere
- 83 Die Zusammensetzung der Tiergesellschaft
- 83 Gegenseitige Abhängigkeiten
- 84 Wenn Tiere zu Schädlingen werden
Schnecken • Blattläuse • Ameisen • Sonstige Tiere als Schädlinge

89 Obst im Mischkulturengarten

89 Beerenobst

Standort, Düngung, Bodenpflege • Begleitpflanzen • Himbeeren
Johannisbeeren • Erdbeeren

95 Baumobst

Neupflanzung von Obstbäumen • Bodenbedeckung, Düngung, Stammpflege
Blattläuse • Bienenweidepflanzen

99 Garten und Ernährung

100 Gartenkräuter für den täglichen Bedarf

Einjährige Kräuter • Ausdauernde Kräuter • Alle Kräuter enthalten Vitamine

103 Sauerkrautherstellung

103 Frische Salate

Blattsalate • Tomate • Gurke • Rettich • Sauerkraut • Sellerie

107 Gekochte Gemüsegerichte

Mohren • Rote Rüben • Kohl • Kartoffeln • Spinat • Sellerie • Bohnen
Erbsen • Gemüsepaprika • Chicoree • Zwiebeln • Lauch

115 Gemüsebrühe und Suppen

118 Erdbeeren und einige weitere Obstarten

120 Fleischgerichte - immer mit Kräutern

Sud • Braten • Diverse Fleisch- und Fischgerichte • Soßen

124 Vorsorge für den Winter

Einkochen • Einsäuern • Überwinterung • Einwintern von Wurzeln • Trocknen

129 Blumen, Sträucher, Rosen im Mischkulturengarten

129 Vorbild „Alter Bauerngarten“

129 Im Ziergarten ist manches schwieriger als im Gemüsegarten

130 Geeignete und ungeeignete Untersaaten und -pflanzungen

131 „Monokulturen“ und Modeblumen meiden!

132 Zusammenpflanzungen für Stauden- und Rosenbeete

135 Wenn der Garten eines Tages zu groß wird ...

136 Heilkräuter- und Küchenkräuter-Abc

142 Sach- und Pflanzenregister