

CHRISTEL RUPP

BIO GÄRTNERN für Selbstversorger

06 SO WIRD DER GARTEN ZUM BIOGARTEN

- 08 Was heißt biologisch gärtnern?
- 10 Der beste Platz für Obst & Gemüse
- 12 Was gehört in den Biogarten?
- 14 **Extra: Die wichtigsten biologischen Anbaumethoden**



16 PRAXIS FÜR BIOGÄRTNER

- 18 Mein Garten als Standort
- 20 Guter Boden – gesunde Pflanzen
- 24 Schritt für Schritt: Das erste Beet anlegen
- 26 Schritt für Schritt: Ein Hochbeet aus Holz
- 28 **Extra: Das braucht der Biogärtner**
- 30 Kompost gut – alles gut!
- 32 Schritt für Schritt: So klappt's mit dem Kompost
- 34 Düngen – ganz natürlich!
- 38 Gießen mit Gefühl
- 40 Pflanzen stärken & schützen
- 44 Schritt für Schritt: Jauchen, Tees und Brühen
- 46 **Interview mit Petra Boie: Warum Biosaatgut besser ist**



48 DER GEMÜSE- GARTEN

- 50 Lust auf Gemüse
- 52 **FRÜHLING IM GEMÜSEGARTEN**
- 54 Aller Anfang ist leicht
- 56 Schritt für Schritt:
So gelingt die Aussaat
- 58 Anbau unter Vlies und Folie
- 60 Bunt gemischte Sätze
- 62 Säen und pflanzen
- 64 Schritt für Schritt:
Säen und pflanzen im Freiland
- 66 **Frühlingsgemüse:** Salat, Mangold & Spinat, Rettich & Radieschen, Erbsen & Bohnen, Möhren, Rote Bete, Rüben & Kohlrabi, Zwiebeln & Knoblauch
- 80 **SOMMER IM GEMÜSEGARTEN**
- 82 Aus dem Vollen schöpfen
- 84 Nachschlag gefällig?
- 86 **Sommergemüse:** Tomate, Paprika & Peperoni, Aubergine, Zucchini, Gurke & Kürbis, Kartoffel, China-, Spitz- und Butterkohl, Asia-Salat, Fenchel, Zuckermais, Sellerie, Neuseeländer Spinat
- 100 **HERBST IM GEMÜSEGARTEN**
- 102 Kühle Nächte, volle Körbe
- 104 Gut geschützt mit Vlies & Co.
- 106 **Herbstgemüse:** Endivien, Chicorée, Radicchio & Zuckerhut, Feldsalat, Winterpostelein, Pastinake & Wurzelpetersilie, Winterheckenzwiebel, Schnittknoblauch & Lauch, Rosenkohl, Weiß- und Rotkohl, Wirsing, Palm- & Grünkohl, Brokkoli
- 116 **Interview mit Susanne Gura: »Vielfalt hat viele Aspekte«**



172 DER KRÄUTER- GARTEN



- 174 Frische Kräuter rund ums Jahr
- 176 FRÜHLING IM KRÄUTERGARTEN**
- 178 Mit Kräutern gestalten
- 180 Endlich wieder würziges Grün!
- 182 Auf Balkon und Terrasse
- 184 Schritt für Schritt: Kästen und Töpfe bepflanzen
- 186 Frühlingskräuter:** Petersilie & Schnittlauch, Basilikum, Dill, Kerbel, Kresse, Salatrauke, Liebstöckel, Gewürzfenchel, Koriander, Essbare Blüten
- 192 SOMMER IM KRÄUTERGARTEN**
- 194 Hochsaison im Kräutergarten
- 196 Schritt für Schritt:
Kräuter ernten und vermehren
- 198 Mediterrane Kräuter:** Bohnenkraut, Estragon, Currykraut, Minze, Zitronenmelisse, Majoran, Oregano, Lavendel, Thymian, Rosmarin, Salbei, Ysop
- 206 HERBST IM KRÄUTERGARTEN**
- 208 Saisonausklang im Kräutergarten
- 210 Schritt für Schritt: Gut eingepackt
- 212 Topfkräuter überwintern
- 214 Topfkräuter:** Ananassalbei, Strauchbasilikum, Gewürzlorbeer, Zitronenverbene, Süßkraut
- 218 Interview mit Birgit Wonneberger:
Ein Garten für Duftkräuter**

118 DER OBST- GARTEN



- 120 Obstanbau lohnt sich!
- 122 FRÜHLING IM OBSTGARTEN**
- 124 Erst planen, dann pflanzen
- 126 Obst für alle Fälle
- 128 Schritt für Schritt: Einen Obstbaum pflanzen
- 130 So schneiden Sie gut ab
- 132 Schritt für Schritt:
Obstbaumschnitt: die Basics
- 134 **Frühlingsobst:** Erdbeere, Wald- und Monatserdbeeren, Rhabarber
- 138 SOMMER IM OBSTGARTEN**
- 140 Gute Pflege – reiche Ernte
- 142 Beerensträucher in Bestform
- 144 Schritt für Schritt:
Beerenpflege mit der Schere
- 146 **Sommerobst:** Himbeere & Taybeere, Brombeere, Kulturheidelbeere, Johannisbeere, Stachelbeere & Jostabeere, Sauer- & Süßkirsche, Pfirsich & Aprikose
- 158 HERBST IM OBSTGARTEN**
- 160 Erntezeit im Obstgarten
- 162 **Herbstobst:** Apfel, Birne, Pflaume, Zwetschge, Mirabelle & Reneklode, Kiwi & Weintraube
- 170 **Interview mit Hans-Joachim Bannier:
Der Kenner der alten Sorten**

220 EINLAGERN UND KONSERVIEREN



- 222 Obst und Gemüse lagern
- 224 Obst & Gemüse haltbar machen
- 226 Schritt für Schritt: Fangen Sie das Aroma ein!
- 228 **Extra: Pflanzenkrankheiten bei Gemüse**
- 230 **Extra: Pflanzenkrankheiten bei Obst**
- 232 **Extra: Gemüse- und Kräuterfahrplan**
- 234 Nützliche Adressen
- 235 Register
- 240 Impressum