

B. BRÜGGEMANN-NIEMANN | W. GANDERS | D. HAFERKORN | N. KIRCHBAUMER

QUICKFINDER HOCHBEET UND GEMÜSEGARTEN

Was mache ich wann?
Der Jahresplaner für reiche Ernte



Vorfrühling
Erstfrühling
Vollfrühling
Frühsommer
Hochsommer
Spätsommer
Frühherbst
Vollherbst
Spätherbst
Winter



Von der Hand in den Korb: Selbstversorgung aus dem eigenen Garten macht glücklich.



Aus zarten Pflänzchen eine Mahlzeit wachsen zu sehen, ist Teil des Abenteuers Selbstversorgung.



So üppig kann es aussehen: Hochbeete versprechen reiche Ernte auf kleinem Raum.

Vorwort

Selbstversorgung ist mehr als nur ein Trend!

In einer Welt, in der wir uns vermehrt auf externe Ressourcen verlassen, stärkt das Gärtnern von frischem Gemüse unsere Verbindung zur Natur und zu uns selbst. Mit den Mietgärten von *meine ernte* konnten wir bereits mit mehr als 100.000 Menschen erfahren, dass es beim Gärtnern nicht nur darum geht, zu wissen, woher

unsere Nahrung kommt, sondern auch darum, wieder in Interaktion mit der Natur zu treten, wenn wir an der frischen Luft mit den Händen in der Erde graben, dabei krabbelnden Bodenlebewesen begegnen und erleben, wie aus einem Saatkorn eine Mahlzeit heranwächst. Die Selbstversorgung aus dem Garten ist ein direkter Weg, um ressourceneffizienter zu leben, gesündere Lebensmittel zu

genießen und unseren ökologischen Fußabdruck zu verkleinern. Selbstversorgung ist mehr als nur ein Trend – sie ist eine lebensverändernde Entscheidung. Dazu ist nicht immer ein großer Garten nötig. Auch ein Hochbeet ermöglicht reiche Ernte an vielfältigem Gemüse, Kräutern und Beeren, selbst bei begrenztem Platz. Unsere Vision ist, dass sich jeder Mensch ein Stück weit selbstversorgen kann.

Inhalt

Quickfinder	4
Schneller Überblick über alle anfallenden Tätigkeiten – von der Aussaat über die Pflanzung und Pflege bis hin zum Ernten der Gemüse und Kräuter – sowohl im Garten als auch im Hochbeet. Die Schlagwörter sind alphabetisch sortiert.	
Der Selbstversorgergarten	16
Etwas Theorie	18
Praxisteil	32
Vorfrühling	34
Erstfrühling	58
Vollfrühling	72
Frühsommer	90
Hochsommer	110
Spätsommer	126
Frühherbst	142
Vollherbst	160
Spätherbst	176
Winter	190
Serviceteil	204
Tabellen	204
Arten- und Sachregister	211
Adressen und Literatur	215
Impressum	216

DER RICHTIGE ANZUCHTBEHÄLTER FÜR JEDEN ZWECK

Anzuchtbehälter	Maße (Durchmesser x Höhe/ Länge x Breite)	Beschreibung	Anzuchtbeispiele für Pflanzen
Anzuchttopfe	5 x 5 bis 10 x 10 cm	kleine Einzeltöpfe aus Kunststoff oder biologisch abbaubarem Material für Sämlinge	Tomaten, Paprika, Basilikum, Zucchini
Anzuchtschalen	30 x 20 bis 50 x 30 cm	flache rechteckige Behälter mit zahlreichen kleinen Aussparungen für die Aussaat der Samen	Blumen, Kohl, Brokkoli, Salat
Anzuchtwannen	40 x 25 bis 60 x 40 cm	breite, flache Behälter, die Platz für mehrere Sämlinge bieten, oft mit einem Deckel für optimales Keimklima	Kräuter, Radieschen, Spinat, Lauch
Presstöpfe aus Kokosfasern	verschiedene Größen erhältlich	biologisch abbaubare Töpfe aus Kokosfasern, die direkt in die Erde gepflanzt werden können	Blumen, Erdbeeren, Chili, Auberginen
Mini-Gewächshaus	20 x 20 bis 50 x 30 cm	kleines Gewächshaus mit transparenter Abdeckung, das die Feuchtigkeit und Temperatur reguliert; ideal für die Anzucht	Gurken, Melonen, Kürbis, Blumen
Eierschale	einzelnen etwa 5 cm hoch	leere Eierschale kann als natürlicher Anzuchttopf dienen; sie kann in die Erde gesetzt werden	Kresse, Petersilie, Schnittlauch
Wiederverwendbare Behälter	unterschiedliche Größen	Dazu gehören Kunststoffschalen, Joghurtbecher und andere recycelte Container, die mehrfach verwendet werden können	Bohnen, Erbsen, Rucola, Rüben
Biodegradable Töpfe	verschiedene Größen verfügbar	biologisch abbaubare Töpfe aus Materialien wie Maisstärke oder Holz, die in die Erde gepflanzt werden können	Möhren, Sellerie, Blumenkohl
Kokosquelltöpfe	verschiedene Größen verfügbar	Töpfe aus gepressten Kokosfasern, die Samen keimen lassen und später in die Erde gepflanzt werden können	Bohnen, Mais, Zucchiniplanzen



Richtig aussäen

Eine richtige Aussaat ist der erste Schritt zum Ernteerfolg. Da es draußen noch zu kalt ist, nutzen Sie die Fensterbank.

Füllen Sie dazu zunächst die Aussaaterde in die sauberen Anzuchtbehälter und drücken Sie sie sanft mit der Hand an, um eine ebene Oberfläche zu erhalten. Geben Sie dann die Saatkörner in die Erde. Sie können ohne Bedenken mehrere Samen in denselben Anzuchtbehälter geben und eine Auslese der Sprosslinge vornehmen,

sobald sie gekeimt sind. Der Abstand zwischen den Samen im Topf sollte ungefähr bei der drei- bis sechsfachen Korngröße liegen. Auf der Samentüte finden Sie Informationen darüber, ob die Saat mit Erde bedeckt werden muss oder nicht.

- Sogenannte **Lichtkeimer** liegen offen auf der Erde.