

SANDRA JÄGERS

# Pflück dich glücklich!



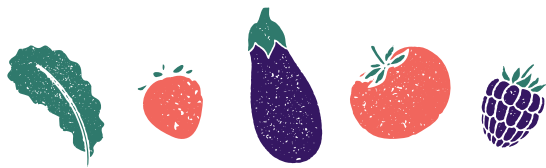
BEEREN, KRÄUTER & GEMÜSE  
DEIN SCHNELLER WEG ZUM NASCHGARTEN

G|U

# Inhalt

|                                   |    |                                   |    |
|-----------------------------------|----|-----------------------------------|----|
| <b>Vorwort</b>                    | 7  | <b>Gemüse</b>                     |    |
| <b>Naschgarten</b>                |    | Gesundes Naschen                  |    |
| Einfach anfangen                  | 8  | direkt vom Beet                   | 50 |
| Warum ein Naschgarten?            | 10 | Die erste eigene Ernte            | 52 |
| Anbaumethoden: Von Kübel bis Beet | 14 | Pflanzenanzucht                   | 68 |
|                                   |    | Standorte: Was wächst wo?         | 74 |
|                                   |    | Herausforderungen im Gemüsegarten | 78 |

|                                 |    |                                 |     |
|---------------------------------|----|---------------------------------|-----|
| <b>Planung</b>                  |    | <b>Obst &amp; Beeren</b>        |     |
| Leicht gemacht                  | 24 | Frisch gepflückt                | 86  |
| Naschgarten anlegen             | 26 | Beliebte Naschbeeren            | 88  |
| Die Magie des wilden Wachsens   | 32 | Obstgehölze im Naschgarten      | 98  |
| Kleine Gärten, große Ernten     | 36 | So gedeiht Obst fast von allein | 106 |
| Mischkultur, Permakultur & Co.  | 42 | Herausforderungen im Obst- und  |     |
| Werkzeug und andere Hilfsmittel | 46 | Beerengarten                    | 108 |



|                                     |     |                                      |     |
|-------------------------------------|-----|--------------------------------------|-----|
| <b>Step-by-Step-Anleitungen</b>     |     | <b>Lecker!</b>                       |     |
| Dünger selbst herstellen            | 16  | Gebratener Kopfsalat mit Joghurtdip  | 57  |
| Naschgartenplanung in 5 Schritten   | 30  | Passata di pomodoro                  | 63  |
| Tischbeet mit Kräutern              | 40  | Fruchtleider aus Fallobst und Beeren | 95  |
| Tomatenanbau leicht gemacht         | 64  | Erfrischender Minze-Zitrus-Tee       | 129 |
| Fruchtwechsel in der Mischkultur    | 72  | Ingwer-Kurkuma-Shot                  | 133 |
| Erdbeeren: So gelingt die Ernte     | 96  | Schnelle Burger-Schüttelgurken       | 157 |
| Kräuterturm für Balkon und Terrasse | 126 | Würzige Gemüsebrühe                  | 163 |



|                                     |     |                                |     |
|-------------------------------------|-----|--------------------------------|-----|
| <b>Kräuter &amp; essbare Blüten</b> |     | <b>Sandras Lieblingssorten</b> | 200 |
| Duftend und gesund                  | 114 | Gurken und Zucchini            | 202 |
| Kräutervielfalt planvoll genießen   | 116 | Tomaten                        | 204 |
| Wohlfühlbereiche für Kräuter        | 120 | Frühes Gemüse                  | 206 |
| Essbare Blüten im Garten            | 134 | Spätes Gemüse                  | 208 |
|                                     |     | Obstbäume                      | 210 |
|                                     |     | Beeren                         | 212 |
|                                     |     | Besonderheiten                 | 214 |
|                                     |     | Kräuter                        | 216 |
|                                     |     | Essbare Blüten                 | 218 |
| <b>Naschen in Klein</b>             |     |                                |     |
| <b>Terrasse, Minibeet, Balkon</b>   | 142 |                                |     |
| Balkon und Terrasse                 |     |                                |     |
| mit allen Sinnen genießen           | 144 |                                |     |
| Der Garten wächst in die Höhe       | 152 |                                |     |
| Mini-Hochbeete im Naschgarten       | 158 |                                |     |
|                                     |     | <b>Sandras Gartenjahr</b>      | 220 |
|                                     |     | Frühling                       | 222 |
|                                     |     | Sommer                         | 224 |
|                                     |     | Herbst                         | 226 |
|                                     |     | Winter                         | 228 |

|                                       |     |                    |     |
|---------------------------------------|-----|--------------------|-----|
| <b>Entspannt gärtnern</b>             |     | <b>Anhang</b>      | 232 |
| Natürlich wachsen lassen              | 164 | Register           | 232 |
| Weniger Arbeit, mehr Genuss           | 166 | Adressen/Literatur | 238 |
| Gießen ohne Gießstress                | 170 | Impressum          | 240 |
| Das Gold der Gärtner: Kompostieren    | 178 |                    |     |
| Ein Garten voller Leben               | 182 |                    |     |
| Meine Tricks für entspanntes Gärtnern | 188 |                    |     |
| Erntezeit: Morgens mit Tau gepflückt  | 196 |                    |     |



# Warum ein Naschgarten?

*Die bessere Frage ist: Warum kein Naschgarten? Stellt euch vor, ihr schlendert durch den eigenen Garten oder geht auf euren Balkon. Lasst die Sonne und das Licht auf euch wirken. Ihr atmet tief ein und plötzlich strömt ein Duft von Rosmarin in eure Nase. Oder ihr nehmt den süßlichen Duft reifender Äpfel wahr. Ein Glücksgefühl macht sich breit, ein Lächeln auf den Lippen. Genau das ist die Antwort auf die Frage.*

## Vielfalt und Genuss statt Selbstversorgung

Bei einem Naschgarten geht es nicht (zwingend) um Selbstversorgung. Ein Selbstversorgergarten braucht Platz, Zeit, Planung. Vor allem aber Platz, um Kartoffeln, Zwiebeln, Möhren oder Äpfel in so großen Mengen anzubauen, dass die Ernte das ganze Jahr über ausreicht. Beim Naschgarten geht es vor allem um Genuss und das direkte Erlebnis. Es geht darum, den Garten oder den Balkon im Hier und Jetzt zu erleben und zu genießen. Wie sagt man so schön: Von der Hand in den Mund. Oft reicht dafür ein kleiner Teil des Gartens oder sogar nur ein paar Kübel auf dem Balkon. Der Naschgarten kann ein begrenzter Teil der Gartenplanung sein oder er zieht sich durch das gesamte verfügbare Gelände hindurch. Es gibt keine festen Strukturen, denn er ist so individuell wie seine Besitzer. Gemüse, Obst, Kräuter, sogar essbare Blumen – all das soll im

„ Ich habe mich bewusst für einen Naschgarten entschieden, weil mir der Genuss und das Lebensgefühl wichtig sind.

Naschgarten wachsen. Vor allem aber soll er ganz individuell sein in Bezug auf Größe, Menge und vor allem Pflanzenarten. Es gibt hier absolut kein Richtig oder Falsch. Es gibt Klassiker und sogenannte Must-haves und es gibt einige Pflanzen, die auf den ersten Blick vielleicht etwas überraschen. Wie wäre es denn

beispielsweise mit Wasabi oder Spargel aus dem eigenen Garten?

In unserem Garten wächst eine riesige Vielfalt unterschiedlicher Pflanzen. In Kübeln auf der Terrasse, in Hochbeeten und im Gewächshaus und in verschiedenen angelegten Mischbeeten. Bei uns gibt es kaum eine Ecke im Garten, in der nicht etwas zum Naschen wächst. Wenn ich die Anzahl der verschiedenen Arten und Sorten aufzählen würde, könnte man denken, wir hätten einen unglaublich großen Garten. In Wahrheit aber ist unsere Garten- und Terrassenfläche mit knapp 400 m<sup>2</sup> doch recht überschaubar und dennoch ist die Vielfalt enorm. Denn es geht mir darum, möglichst unterschiedliche Kulturpflanzen anzubauen, statt mich auf wenige Arten und damit große Erntemengen zu konzentrieren. Warum ich das mache? Das ist ganz einfach: Weil es mir große Freude bereitet!

## Natur erleben, entschleunigen und genießen

Die Natur lehrt uns, demütig zu sein. Wir sind oft viel zu sehr mit unserem Alltag beschäftigt. Wir sitzen in klimatisierten Büros, stehen im Stau auf der Autobahn, kümmern uns um tausend kleine Dinge und sind ständig beschallt von Medien. Wie wichtig ist es da, die Natur zu erleben, sich im wahrsten Sinne des Wortes zu erden, kurzzeitig den Moment etwas langsamer wahrzunehmen und den Augenblick in Ruhe zu genießen.

Mir gelingt das am besten in der Natur. Bei einem Spaziergang mit unserer Hündin, einer Wanderung durch die Berge oder, wie könnte es anders sein, im Garten. Vielleicht ist auch deswegen unser Garten etwas wilder, natürlicher und nicht komplett durchdacht und strukturiert. Die Wildheit ist dennoch selbst mir





# Tischbeet mit Kräutern

*Kastenähnliche Pflanzkübel, Holzkisten oder Balkonkästen eignen sich bestens, um eine essbare Tischdeko zu pflanzen. So kann der Naschgarten direkt mit an den Gartentisch geholt werden.*



# 1

## Kräuter auswählen:

Ich bepflanze zwei voneinander getrennte Kräuterbeete, damit die Kräuter jeweils ähnliche Bedingungen bekommen. Ein Kübel wird mit mediterranen Kräutern wie Rosmarin, Thymian und Salbei bepflanzt. In den anderen Kübel kommen Schnittlauch, Petersilie, Basilikum und Französischer Estragon.



# 2

## Kübel vorbereiten:

Da unser Kräuterbeet später auf dem Tisch stehen soll, müssen wir auf Ablauflöcher verzichten und das Pflanzgefäß von innen mit Vlies oder Folie abdichten. Unten in das Pflanzgefäß kommt eine Drainageschicht aus Blähton oder kleinen Steinen, damit die Wurzeln Luft bekommen und sich überschüssiges Wasser darin sammeln kann.



# 3

## Pflanzen pflegen:

Das mediterrane Kräuterbeet wird selten gegossen, wenn die Erde oberflächlich bereits gut abgetrocknet ist. Unser zweites Beet darf es gerne etwas feuchter haben, aber ohne dass Staunässe entsteht.



# 4

## Genuss vom Tisch:

Das Tischbeet mit Kräutern soll nicht nur etwas fürs Auge sein. Wir selbst sowie unsere Gäste dürfen sich daran jederzeit bedienen. Eine Kräuterschere liegt immer griffbereit!

*Einige Kräuter wirken abschreckend auf Mücken, weshalb ein solches Tischbeet nicht nur schön anzusehen ist, sondern vor allem in den heißen Sommermonaten auch sehr nützlich sein kann. Die ätherischen Öle von Basilikum, Lavendel, Minze, Zitronenmelisse, Rosmarin und Thymian können die stechenden Plagegeister fernhalten.*



Schnellwachsendes Gemüse für Ungeduldige

Im Gemüsegarten muss man sich mitunter gedulden. Ich gebe zu, auch mir fällt das oft schwer und ich kann es kaum erwarten, bis endlich die erste Ernte im Körbchen landet und das Gemüse aus dem eigenen Anbau genussvoll vernascht wird. Für genau solche Fälle von Ungeduld gibt es ein paar Gemüsearten, die bereits nach wenigen Wochen erntereif sind. Sie können den Erntekorb bereits gut füllen und überbrücken die Wartezeit, bis anderes Gemüse im Erntekorb landet.



Während der Saison ziehe ich verschiedene Gemüsearten vor, um immer Nachschub zu haben, wenn im Beet Platz frei wird.

Von Aussaat bis Ernte

| Kulturdauer<br>3–8 Wochen | Kulturdauer<br>8–10 Wochen |
|---------------------------|----------------------------|
| › Asiasalat               | › Bohnen                   |
| › Gartenkresse            | › Erbsen                   |
| › Pflücksalat             | › Feldsalat                |
| › Radieschen              | › Kohlrabi                 |
| › Rettich                 | › Mangold                  |
| › Rucola                  | › Rote Bete                |
|                           | › Salate                   |
|                           | › Spinat                   |
|                           | › Zucchini                 |

Vor allem fruchtbildende Gemüsearten sowie Kartoffeln und viele Kohl- und Wurzelsorten können durchaus eine Kulturdauer von mehr als 20 Wochen haben. Bei solchen Kulturen wird die Geduld mitunter auf die Probe gestellt.

Mehrjähriges Gemüse

Die meisten Gemüsepflanzen sind einjährig. Das heißt, sie werden im Frühjahr aus Samen gezogen, durchleben innerhalb weniger Monate ein rasantes Wachstum, bilden Früchte, Blätter, Knollen oder Wurzeln und sterben nach der letzten Ernte oder bei frostigen Temperatu-

Lecker!

Gebratener Kopfsalat mit Joghurdip

Wenn ich zu viel Kopfsalat gepflanzt habe und alles zeitgleich erntereif wird, gibt es ein köstliches und schnelles Gericht: Gebratener Kopfsalat mit erfrischendem Joghurdip. Die festen Kopfsalatherzen werden halbiert oder, je nach Größe, geviertelt und mit der Schnittseite nach unten in etwas Olivenöl wenige Minuten gebraten. Für den Joghurdip mische ich Naturjoghurt mit Salz, Pfeffer, Schnittlauch, etwas Zucker sowie Zitronensaft und rühre alles zu einem gleichmäßigen Dip. Den gebratenen Kopfsalat auf Tellern anrich-

ten, mit Joghurdip beträufeln und schon genießen wir ein schnelles und leckeres Gericht aus dem Naschgarten. Gebratener Kopfsalat ist auch eine tolle Beilage für einen Grillabend auf der Terrasse. Salat mal anders – das wird Freunde und Familie bestimmt überraschen und kann zudem eine Salatschwemme schnell abwenden.





” Der Beerenschnitt trägt enorm dazu bei, möglichst viele köstliche Früchte zu ernten. Daher ist er für mich keine Pflicht, sondern Kür.

## Beerensträucher schneiden

Ich kann es im Frühsommer kaum erwarten, bis die ersten Beeren reifen. Wir haben eine Auswahl verschiedener Arten und Sorten gepflanzt, um über einen möglichst langen Zeitraum ernten zu können. Damit unsere Beerensträucher aber auch verlässlich jedes Jahr gut tragen, brauchen sie ein wenig Pflege. Die wichtigste Maßnahme dabei ist der jährliche Pflegeschnitt, der bei allen Beeren etwas unterschiedlich funktioniert. Das konnte ich mir anfangs nur schlecht merken, weshalb es mir sehr geholfen hat, die jeweilige Schnittmaßnahme zu notieren und in die entsprechende Jahreszeit zu terminieren. So kann ich nichts vergessen und weiß genau, wann ich was zu tun habe.

### Die wichtigsten Tipps zum Beerenstrauchschnitt

Ein regelmäßiger, also jährlicher Schnitt ist wichtig, um die Sträucher gesund und ertrag-

reich zu halten. Beerensträucher werden je nach Art entweder nach der Ernte im Sommer geschnitten oder im Spätwinter vor dem Austrieb. Dabei werden alte und kranke Äste bodennah entfernt und zumeist junge Äste gekürzt. Außerdem sollten immer noch innen wachsende und sich überkreuzende Äste entfernt werden, da sie andere fruchttragende Äste in ihrer Entwicklung behindern. Die jeweilige Schnitttechnik ist dabei von der Beerenart abhängig.

### Himbeeren

Himbeeren weisen eine Besonderheit auf, denn es gibt zwei Arten von Himbeeren: Sommer-

## Sandras Tipp

**Frisch gepflanzt! Ab wann wird geschnitten?** – Im ersten Standjahr muss zumeist noch nicht geschnitten werden, da die Gärtnereien die Pflanzware so gut vorbereiten, dass sie bereits bestmöglich geschnitten ist. Vergisst man den Schnittpunkt mal, ist es auch nicht dramatisch, ein Jahr auszusetzen. Es kann sich dann zwar auf die Erntemenge auswirken, schadet der Pflanze grundsätzlich aber nicht. Im nächsten Jahr erfolgt dann wieder die entsprechende Schnittmaßnahme und belohnt mit einer üppigen Ernte.



Himbeeren ernten wir gern und regelmäßig im Garten. Brombeeren sammeln wir meist von wild wachsenden Sträuchern, denn die Pflanzen sind sehr wuchsfreudig und würden in unserem Garten zu viel Platz einnehmen.

und Herbsthimbeeren. Sie unterscheiden sich im Wesentlichen im Erntezeitraum und in den Schnittmaßnahmen. Ich pflanze beide Arten, denn so kann ich über einen möglichst langen Zeitraum ernten.

Meine Sommerhimbeeren werden direkt nach der Ernte geschnitten. Dabei entferne ich alle abgetragenen Ruten bodentief. Bereits neue Triebe, die an ihrer hellgrünen Farbe und noch nicht verholzten Ruten erkennbar sind, lasse ich stehen und dünne bei Bedarf auf acht bis zehn Ruten aus. Sie sollten an einem tragfähigen Drahtgerüst oder an stabil gespannten Schnüren befestigt werden. Sie wachsen über den Herbst bereits sehr stark und ich spreche aus Erfahrung, dass bei mehreren Ruten schnell mal der Überblick verloren gehen kann, wenn sie nicht entsprechend sortiert und an einem Gerüst geführt werden.

Herbsthimbeeren tragen oft ihre Früchte bis in

den November hinein. Sie werden daher im Herbst nicht mehr zurückgeschnitten, um mögliche Frostschäden zu vermeiden. Sämtliche Ruten der Herbsthimbeeren schneide ich im Spätwinter vor dem Neuaustrieb bodentief ab. Die Pflanzen bilden im Frühjahr neue Ruten, an denen sich die diesjährigen Früchte bilden.

### Heidelbeeren

Im Naschgarten werden zumeist Kulturheidelbeeren angebaut, die größere Früchte bilden als unsere natürlich vorkommenden Waldheidelbeeren. Die bei uns heimischen Wald- oder Wildheidelbeeren wachsen eher bodendeckend und bilden zahlreiche kleine Früchte. Kulturheidelbeeren stammen ursprünglich aus Nordamerika und werden in Europa seit den 1930er-Jahren kultiviert. Solche Sträucher können sehr groß werden und eine Höhe von





„Glücksgefühle  
machen sich breit,  
wenn der Erntekorb voller  
und voller wird.“

aber auch konserviert lässt sich bei vielen Kräutern das Aroma für einen längeren Zeitraum einfangen. Ich habe über die Jahre gelernt, dass bei der Ernte nicht nur das Wie, sondern vor allem das Wann darüber entscheidet, ob Kräuter ihr volles Aroma behalten. Wenn ich an einem sonnigen Morgen durch meinen Naschgarten gehe, warte ich noch ein kleines Weilchen ab. Denn kurz bevor die Mittagshitze die ätherischen Öle verflüchtigt, ist der richtige Moment für die Ernte. Der Tau auf den Blättern ist getrocknet, sie sind aber noch nicht vom Tag aufgeheizt. Mit der Schere in der Hand fühlt es sich an, als würde ich den gesamten Duft einfangen.

#### Im Rhythmus der Jahreszeiten

Auch im Jahreslauf gibt es optimale Zeitpunkte. Mehrjährige Kräuter wie Thymian oder Oregano ernte ich gerne kurz vor der Blüte. Zu dieser Zeit stecken die Blätter voller Aroma. Minze oder Zitronenmelisse dagegen schneide ich gleich mehrmals im Sommer zurück. Das sorgt dafür, dass die Pflanzen immer wieder frisch austreiben. Im Spätsommer gehe ich gerne noch einmal durch den Garten und nehme mit, was sich einlagern lässt: Petersilie, die noch kräftig dasteht, Rosmarinzweige, die bis zum Winter durchhalten. Es ist wie ein letztes Einpacken von Grün, bevor die Kälte kommt.

#### Trocknen, würfeln, einlegen

Direkt nach der Ernte beginnt das Konservieren. Kräftige, holzige Kräuter binde ich zu kleinen Sträußen und hänge sie zum Trocknen auf, um den Sommerduft für die kalten Monate des Jahres zu bewahren. Zarte Sorten wie Schnittlauch oder Petersilie hacke ich klein und friere sie in kleinen Portionen ein. Wenn es

#### Morgens geerntet: für Frische, Aroma und Haltbarkeit

- › **Salate, Spinat, Mangold, Rucola:** Besonders frisch mit weniger Bitterstoffen.
- › **Zuckererbsen, Bohnen, Gurken, Zucchini:** Zarter und süßer im Geschmack.
- › **Tomaten:** Wenn die Pflanzen abgetrocknet sind, schmecken die Früchte intensiver und sind lagerfähiger. Allerdings sind sonnengewärmte Tomaten für den Direktverzehr viel aromatischer.
- › **Kohlarten:** Morgens schneiden, dann sind sie fester, knackiger und vitaminreicher.
- › **Basilikum, Minze, Zitronenmelisse, Thymian, Oregano:** Ätherische Öle konzentrieren sich über Nacht.
- › **Erdbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren:** Saftiger, voller im Geschmack und weniger druckempfindlich.
- › **Äpfel, Birnen, Pflaumen:** Morgens gepflückt, sind sie fester und leichter zu lagern.
- › **Steinobst:** Bei Tau pflücken vermeidet Druckstellen und Oxidation.

Basilikum im Überfluss gibt, verwandelt er sich bei mir meistens in Pesto oder wandert zusammen mit Öl ins Eisfach und wird zu würzigen Kräutereiswürfeln.



# Essbare Blüten



## 1 Taglilie

Die wunderschönen Blüten der Taglilie blühen zwar nur einen Tag, dafür bilden sich jeden Tag neue Blüten. Da sie essbar sind, dürfen sie in unserem Naschgarten keineswegs fehlen und erfreuen uns im Sommer mit ihren zahlreichen Tagblüten.

**Erntezeit:** Mai bis August |  
**Wuchshöhe:** ca. 30–120 cm |  
**Pflanzabstand:** ca. 30–60 cm

## 2 Kapuzinerkresse

Der Klassiker unter den essbaren Blüten ist die Kapuzinerkresse. Es gibt sie in ganz unterschiedlichen Farben mit einfarbigen und panaschierten Blättern. Dadurch können ganz bunte Beete gepflanzt werden. Essbar sind nicht nur die Blüten, sondern auch die Knospen und jungen, grünen Samenstände, die eingelegt als »falsche Kapern« bekannt sind.

**Erntezeit:** Juni bis Dezember |  
**Wuchshöhe:** ca. 20 cm, als Kletterpflanze bis zu 3 m lange Ranken |  
**Pflanzabstand:** ca. 15–30 cm

## 3 Schnittlauch

Wenn Schnittlauch in die Blüte geht, zieren bei uns die gezupften rosa bis lilafarbenen Blütenblätter köstliche Sommersalate, dekorieren belegte Brote oder werden zu Blütenbutter verarbeitet.

**Erntezeit:** Mai bis August |  
**Wuchshöhe:** ca. 20–50 cm |  
**Pflanzabstand:** ca. 20–30 cm

## 4 Gewürztagetes

Bei einem Saatguttausch habe ich vor Jahren Samen der Gewürztagetes bekommen. Seither wächst diese wunderbar duftige Pflanze bei uns Jahr für Jahr – meist durch Selbstaussaat. Von der Pflanze können sowohl Blüten wie auch Blätter verwendet werden. Ihr anisartiger Geruch und Geschmack ist sehr speziell und gerade deswegen ein beliebter Gast in unseren Naschbeeten.

**Erntezeit:** Juli bis Oktober |  
**Wuchshöhe:** ca. 40–70 cm |  
**Pflanzabstand:** ca. 20–30 cm

## 5 Safran

Ein ganz besonderes Gewürz, das auch in unseren heimischen Gärten angebaut werden kann, ist Safran. Die rötlichen Staubfäden werden im Herbst geerntet und getrocknet. Safrankrokusse wachsen aus Zwiebeln, die im Spätsommer wunderschön lila-blau blühen.

**Erntezeit:** Oktober bis November |  
**Wuchshöhe:** ca. 10–20 cm |  
**Pflanzabstand:** ca. 8–10 cm





# Ein Garten voller Leckerbissen

Wenn Sandra Jägers durch ihren Naschgarten streift, wächst ihr das Glück buchstäblich entgegen: in Form von knackigem Gemüse, saftigen Beeren und duftenden Kräutern. »Mehr genießen, weniger jäten« lautet das Credo der beliebten Greenfluencerin, die in den sozialen Medien Zehntausende Follower mit ihrer Expertise und ihrer entspannten Herangehensweise bei der Gartenarbeit begeistert.

»Pflück dich glücklich!« ist eine Einladung an alle, die ihren Garten in ein kleines Paradies voller Vielfalt, Farben und Geschmackserlebnisse verwandeln möchten. Mit Sandras bewährten Tipps gelingt das auch Anfängern problemlos – ganz ohne Leistungsdruck und sogar auf dem kleinsten Stadtbalkon.

- Von Artischocke bis Zitronenmelisse: Gemüse, Obst, Beeren, Kräuter und essbare Blüten einfach selbst anbauen
- Ganz einfach umzusetzen – auch in kleinen Gärten, im Hochbeet oder auf dem Balkon
- Mit Sandras Lieblingssorten im Porträt, leckeren Rezepten und praktischem Saisonplaner für ein genussvolles Naschjahr

[www.gu.de](http://www.gu.de)

€ 34,00 [D]

ISBN 978-3-8338-9969-0

