

DORIS KAMPAS

DAS SENSATIONELLE WINTERHOCHBEET

Ernten bis
zum Abfröhen

Wunderschön
illustriertes Poster
mit Anbau- und
Erntekalender



löwenzahn



UND DER FROST KANN KOMMEN:

Erfolgsrezept für die Winterernte

Hast du einen Plan?.....
90/60/90? Die perfekten Winterbeetmaße.....
Trendsetter Winterhochbeet.....
Das erwartet dich in diesem Buch.....

Lass mich auch im Winter wachsen

Adieu Vorurteile! – Hallo Vorteile!.....
Winteranbau: so klappt's!.....
Da wird dem Gemüse warm ums Herz: Erste-Hilfe gegen Kälte.....
Multifunktional – wofür das Winterhochbeet noch herhält.....

Jetzt aber raus damit: Diese Gemüse wachsen im Winter

Wintergemüse im Hochbeet: Anbau, Ernte – juhu!.....
In Zukunft solltest du Palme mit Winter verbinden:
Ein Interview mit dem Winteranbauexperten Wolfgang Palme.....

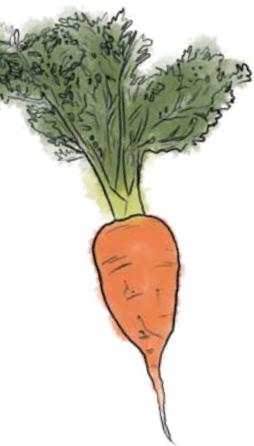
DER WINTER ZEIGT SICH VON SEINER GEMÜSESEITE: 7 THEMENBEETE ZUM NACHANBAUEN



Warme-Suppen-Winterhochbeet: Wärmt Körper und Seele.....
Da-haben-wir-den-(Winter)Salat-Hochbeet: Vitamine frisch aus dem Schnee.....
Torten-, Quiche- und Strudel-Winterhochbeet: Das liebt nicht nur Lorraine.....
Eines-jeden-Vegetariers-Traum-Winterhochbeet: Gemüse zum Sattwerden.....
Kraut-und-Rüben-Winterhochbeet: Alles andere als Chaos im Hochbeet.....
Asia-Salate-Winterhochbeet: Eine Fernreise ins Hochbeet.....
Mein Kräuter-Winterhochbeet ist meine Apotheke: Ein Beet voller Vitamine.....

Hereinspaziert in die warme Küche: Winterrezepte aus dem Hochbeet.....

Register: weil du schnell mal was nachschauen willst.....
Bezugsquellen: weil du das unbedingt ausprobieren solltest.....
Literatur und Quellen: weil man manchmal einfach noch mehr wissen will.....



DIESE 7 THEMENBEETE MACHEN DEN WINTER ZU DEINEM GEMÜSE-ELDORADO

Warme-Suppen-Winterhochbeet: Wärmt Körper und Seele

Nach einem frostigen Spaziergang wird dir rasch wieder wohlig warm. Wie? Mit den Zutaten aus deinem Warme-Suppen-Winterhochbeet! Die Suppen heizen nicht nur deinem Bauch ein – auch dein Gemüt taut auf! Und dank Karotte, Pastinake & Co. lassen Eindringlinge dein Immunsystem völlig kalt.

Torten-, Quiche- und Strudel-Winterhochbeet: Das liebt nicht nur Lorraine

Wintergemüse kann mehr: das beweist es im Torten-, Quiche- und Strudelhochbeet! Denn die Zutaten passen auch noch in Aufläufe, Eintöpfe oder können raffiniert zu Kuchen verarbeitet werden. „Vertorten“ lassen sich Mangold und Brokkoli, Lauch mag nicht nur in die Quiche Lorraine und Rotkohl ergibt einen köstlichen Winterstrudel. Unendliche Möglichkeiten!



Da-haben-wir-den-(Winter)Salat-Hochbeet: Vitamine frisch aus dem Schnee

Knackig-kühles Powergemüse statt plastikumhülltem 08/15-Salat aus dem Supermarkt – aus dem eigenen Winterhochbeet! Und das auch noch in überraschender Vielfalt: Denn einige Salate sind deutlich winterhärter, als du ihnen zutrauen würdest. Wie wäre es z.B. mit einer bunten Mischung aus Pflücksalat, Hirschhornwegerich und Winterportulak?

Eines-jeden-Vegetarierers-Traum-Winterhochbeet:

Gemüse zum Sattwerden

Mehr Gemüse am Teller ist nicht nur für unsere Gesundheit gut: Klima und Tiere gewinnen, wenn wir uns fleischlos ernähren. Außerdem: Gemüse ist mehr als nur eine Beilage. Aus den Zutaten des Vegetarier-Winterhochbeets lassen sich hervorragende Hauptspeisen zaubern – z.B. Schwarzwurzel-Risotto oder Fenchel in Tomatensauce mit Wildreis.





Kraut-und-Rüben-Winterhochbeet:

Alles andere als Chaos im Hochbeet

Kraut und Rüben – früher als Arme-Leute-Gemüse bekannt – erleben eine Renaissance in unseren Gärten. Zu Recht! Denn sie sind nicht nur gesund, sondern auch robust im Anbau und ausgesprochen winterhart. Grün- und Weißkohl mit ihrem unglaublich hohen Vitamin C-Gehalt und ihren zahlreichen Ballaststoffen wirken positiv auf das Immunsystem. Rote Rüben enthalten eine Vielzahl an Vitaminen und sind sogar ein legales Doping-Gemüse: ihr Saft macht wacher als so mancher Energy-Drink!

Asia-Salate-Winterhochbeet:

Eine Fernreise ins Hochbeet

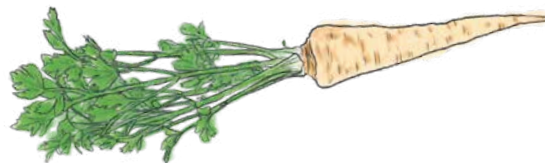
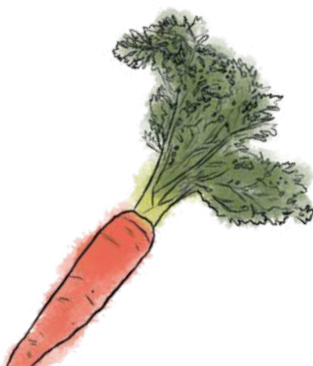
Frostfester geht nicht! Das jüngste bei uns bekannte Gemüse hat in Asien schon lange Tradition. Die bunten Blätter von ‚Pak Choi‘, ‚Mizuna‘, ‚Rouge Meris‘ und ‚Red Giant‘ passen in die Salatschüssel ebenso wie in den Wok. Das mit Kohl verwandte Gemüse ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen und die enthaltenen Senföle haben eine keimhemmende Wirkung.

Mein Kräuter-Winterhochbeet ist meine

Apotheke:

Ein Beet voller Vitamine

Gewürzschrank und Winterapotheke gedeihen gleichzeitig im Kräuter-Winterhochbeet. Die Natur schenkt uns zur rechten Zeit, was wir brauchen. Schnittsellerie und Petersilie als Suppengewürz, Winterkresse als Vitaminbombe aufs Butterbrot und Thymian und Salbei sind sowohl Gewürz als auch Heilmittel bei Erkältung, Husten und Halsweh.



Adieu Vorurteile! – Hallo Vorteile!

#regionalundbio

Geht's regionaler als aus dem eigenen Hochbeet? Wohl kaum. Und das Bio-Zertifikat verleiht du dir einfach selbst. So machst du dein Winterhochbeet zum Gut-fürs-Klima-Hochbeet.

#täglichfrisch

Vom Beet auf den Teller – das geht auch im Winter. Endlich weißt du, wie lange dein Gemüse schon im Regal oder Kühlhaus lagert. Richtig: überhaupt nicht. Auch im Winter stecken die meisten Nährstoffe im frisch geernteten Gemüse!

#zerowaste

Überkommt dich bei den Plastikbergen im Supermarkt auch das Grauen? Zwei Stück Karotten, klein geschnitten und sauber in einer Plastiktasse verpackt ... daneben ein Lauch in Plastik, bequem gedrittelt ... das Ergebnis von einmal Suppe kochen: die halbe Mülltonne ist voll. Das Gemüse aus deinem Hochbeet bekommst du komplett unverpackt und plastikfrei. Pflanzenreste wandern auf den Kompost und werden zu wertvollem Humus. So soll es sein!



Geschnitten und verpackt: Da bleibt nicht nur dem Lauch die Luft weg.

#verschwendungneindanke

Einkaufen ist ganz schön stressig. Besonders, wenn du nach der Arbeit noch schnell etwas besorgen musst. Dann wandert schon mal spontan der Salat in den Einkaufswagen, immerhin willst du dich gesund ernähren. 3 Tage später ist der Salat noch immer im Kühlschrank. Und irgendwann landet er dann in der Biotonne. Nicht so im Winterhochbeet: Hier wartet dein Salat, bis du wirklich Zeit für ihn hast.

#ganzschönausgefallen

Mizuna, Hirschhornwegerich, Winterportulak, Schwarzwurzeln, weiße Karotten oder Grünkohl – dieses Gemüse bekommst du fast nirgends. Aus deinem Hochbeet schon – und noch dazu sehr günstig. Deine Investition: ein Samenpäckchen oder getauschte Samen von einer regionalen Pflanzentauschbörse.



Mizuna und Winterportulak: Dieses ausgefallene Gemüse findest du mit etwas Glück nur auf Spezialmärkten. Und in deinem Hochbeet!



Frisches Grün vom Dach – und das Ende Dezember. Durch die Abwärme vom Haus wächst das Gemüse sogar ohne zusätzlichen Kälteschutz.

#balkongärtnerhabensbesser

Als Balkongärtner hast du im Winter einen Vorteil: Denn die Abwärme des Wohnhauses kommt den Pflanzen in deinem Winterhochbeet zugute. Sie wachsen besser und sind weniger von starken Tag-Nacht-Temperaturschwankungen betroffen.

#tiefgang

Wurzeln stoßen weder auf Stein noch auf dichten, harten Boden. Dafür sorgt die lockere Befüllung, die du in deinem Hochbeet aufgeschichtet hast. Als Belohnung bekommst du lange, gerade, rote und gelbe Karotten, Petersilien-, Hafer- und Schwarzwurzeln.

#mehrchillen

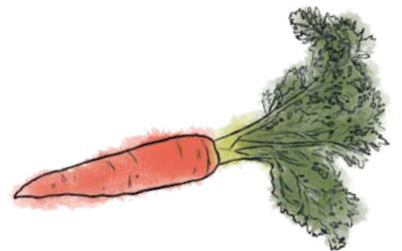
Auch im Winter gilt: Hochbeetgärtnern ist unaufwändig – genau genommen fällt im Winter sogar noch weniger Arbeit an. Die Aufbereitung für das Wintergemüse nach der Sommerernte geht ganz leicht: Einfach Sommergemüse entfernen und das Hochbeet passend für das Wintergemüse vorbereiten. Wie – das erfährst du auf Seite 28.

#yummy!


Der Frost verlangt deinem Gemüse einiges ab. Um sich vor dem Erfrieren zu schützen, muss es alles geben: nämlich Zucker. Diesen lagert das Gemüse als „Frostschutzmittel“ in Blättern oder Wurzeln ein. Darum schmecken viele Wintergemüsearten nach dem ersten Frost besonders mild und süß.

#winterapotheke

Die Natur hat es ganz toll eingerichtet: Im Winter wächst, was wir im Winter brauchen. Wintergemüse stärkt unser Immunsystem, versorgt uns mit den notwendigen Vitaminen und Mineralstoffen und stellt uns seine Blätter und Wurzeln als Apotheke zur Verfügung. Einige Beispiele findest du im Kräuter-Winterhochbeet auf Seite 78.








Bei dem Anblick schmilzt
der Schnee dahin!
Dem Brokkoli ist das egal
– er wächst so oder so.

TORTEN-, QUICHE- UND STRUDEL- WINTERHOCHBEET: DAS LIEBT NICHT NUR LORRAINE

Der Name des Hochbeets soll seinen Inhalt nicht einschränken – denn was in diesem Hochbeet wächst, macht sich auch herrlich in Auflauf, Eintopf und sogar Kuchen! Mit diesem Gemüse kannst du wirklich alles basteln, was dein Backrohr erlaubt!



Das kommt ins Torten-, Quiche- und Strudel- Hochbeet:

Juli:

SAMEN: Mangold, Lauchzwiebel (,Ishikura long white' oder ,Ischikrona')

JUNGPFLANZEN: 7 x Brokkoli, 14 x Lauch, 3 x Rotkohl oder Weißkohl

Ende August bis Mitte September:

SAMEN: Spinat



Sortentipps



- **Mangold:** die Sorte ,Jessica' ist am besten für den Winteranbau geeignet. In milden Jahren gedeiht sie bis ins Frühjahr.
- **Lauchzwiebel:** Winterhart sind die Sorten ,Ishikura long white' und ,Ischikrona'.
- **Lauch:** Die Winterernte klappt sehr gut z.B. mit der Sorte ,Atlanta'.
- **Spinat:** Alle Sorten wachsen im Winter; spezieller Sortentipp: ,Winterriesen Stamm Verdil'.

Eine Tabelle mit allen speziell für den Winteranbau geeigneten Sorten findest du auf Seite 47.

So bereitest du dein Torten-, Quiche- und Strudel-Hochbeet vor

Brokkoli und Rotkohl sind Starkzehrer. Auch Lauch und Mangold benötigen für ein gutes Wachstum ausreichend Nährstoffe. Lediglich Spinat und Lauchzwiebel sind genügsam. Ein frisch aufgesetztes Hochbeet bietet also die ideale Voraussetzung. Eine ältere Hochbeet-Befüllung kannst du mit einer ordentlichen Gabe an Kompost und – wenn vorhanden – gut

verrottetem Mist aufbessern. Auch die Einarbeitung eines biologischen Langzeitdüngers wirkt sich positiv auf das Wachstum deiner Pflanzen aus. Unter den Spinat- und Lauchzwiebelreihen kannst du Mist und Dünger weglassen.

ACHTUNG!



Brokkoli, Rot- und Weißkohl sind, wie alle Kohlpflanzen, anfällig für Kohlhernie – einer Pilzinfektion, die Wucherungen an den Wurzeln verursacht. Der Pilz ist v.a. bei sauren Böden gefährlich, der pH-Wert sollte daher 7 oder höher sein. Ein Kalktest gibt dir Aufschluss über den pH-Wert der Erde. Ist er zu niedrig, kannst du etwas Algenkalk in das Hochbeet einarbeiten.

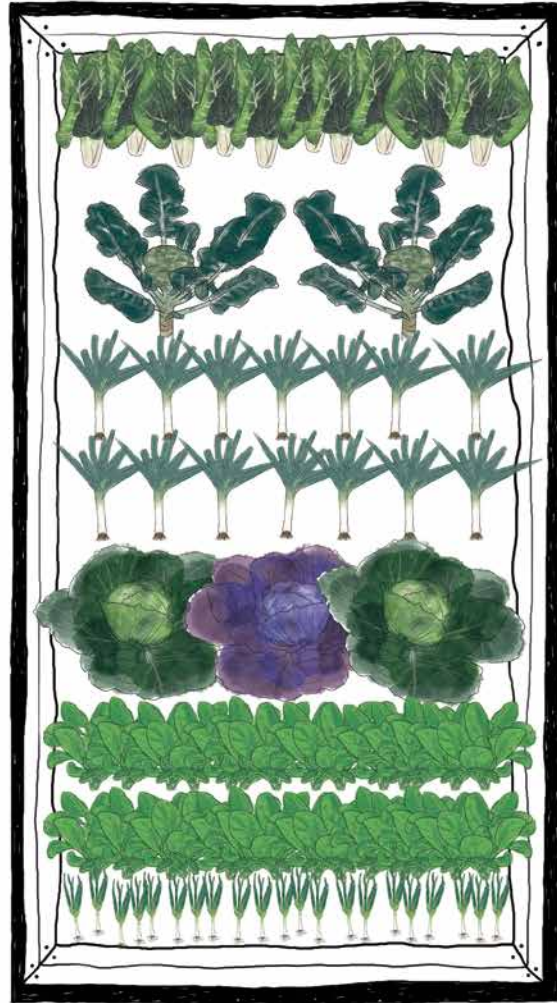
So sieht dein Hochbeet von Juli bis September aus

Setze Anfang Juli 3 Stück Rotkohl-Pflanzen. Die Jungpflanzen sollten etwas tiefer als im Topf gesetzt werden, damit sie sich gut verankern. Falls du die Jungpflanzen selbst vorziehen willst, beginne Anfang Mai damit.

Mitte Juli kommt der Lauch in dein Hochbeet. Setze in eine Reihe jeweils 7 Stück Jungpflanzen im Abstand von etwa 12–15 cm. Hier gibt es zwei Methoden:

1. Grabe eine Furche mit etwa 5 cm Tiefe (je nach Größe der Jungpflanzen) und setze den Lauch hinein. Schließe die Furche, sodass der grüne Teil der Pflanze an der Luft ist.
2. Mit einem Kochlöffelstiel oder Setzholz entstehen gerade, tiefe Pflanzhöhlen für den Lauch. Setze ihn in die tiefen Löcher. Auch hier muss das Grün noch sichtbar sein.

Säe zur selben Zeit die Lauchzwiebeln aus. Streue die zarten, schwarzen Samen sehr fein in eine Saattrille und bedecke sie danach mit Erde.



PFLANZABSTÄNDE:

- Mangold:** 1 R. mit 25 cm, in der alle Reihe 4–5 cm 1–2 Körner
- Brokkoli:** 1. R. 40 cm, 2 Stk.
- Lauch:** 1 R. mit 20 cm, 7 Stück
- Lauch:** 1 R. mit 20 cm, 7 Stück
- Weißkraut oder Rotkraut:** 1 R. 40 cm, 3 Stk.
- Spinat:** 1. R. 20 cm, alle 3–4 cm 1 Korn
- Spinat:** 1. R. 20 cm, alle 3–4 cm 1 Korn
- Lauchzwiebel:** 1. R. 15 cm, reihig dünn säen

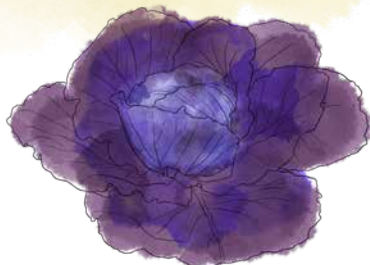
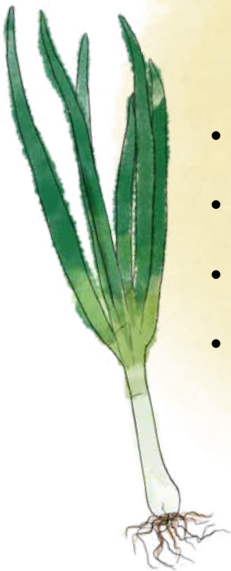
Die beiden Brokkoli-Jungpflanzen dürfen ab Anfang bis Mitte August in das Hochbeet einziehen. Für selbst vorgezogene Jungpflanzen findet die Aussaat im Juni statt.

Zeitgleich kannst du den Mangold säen. Lege dazu alle 4–5 cm ein oder zwei Samenkörner in eine Saatreihe. Bedecke die Samen anschließend gut mit Erde und gieße die Saat ordentlich ein. Wenn du Mangold schon früher ernten willst, kannst du ihn bereits bei Saisonstart im April aussäen. Ernte die Blätter laufend von außen ab, das Herz muss stehen bleiben. So bildet er immer wieder junge Blätter nach.

Zum Abschluss ab Ende August bis Mitte September kommen die Spinatsamen in die Erde. Lege alle 2–3 cm je ein Samenkorn in den Boden und bedecke abschließend alles gut mit Erde.

Lückenfüller für dein Torten-, Quiche- und Strudelhochbeet

- Vor Mangold und Brokkoli: Entweder hast du Mangold bereits im April angebaut, dann bleibt er stehen. Bei Anbau von Mangold und Brokkoli im August eignen sich Erbsen, frühe Karotten, Rettich, Sommersalat.
- Vor Lauch: Kohlrabi, Salate, frühe Karotten, Rettich, Radieschen, Rucola
- Vor Rotkohl: Erbsen, Salate, Rettich, Radieschen, Rote Rüben
- Vor Spinat: fast jedes Gemüse außer Mangold, Rote Rübe, Rettich und Radieschen
- Vor Lauchzwiebel: Kohlrabi, Salate, frühe Karotten, Rettich, Radieschen, Rucola



Das gibt's von Juli bis September zu tun

Regelmäßig gießen: Ab dem Säen oder Setzen musst du deine Pflanzen laufend gießen. Besonders hohen Wasserbedarf haben Rotkohl und Brokkoli, da sie viel Blattmasse bilden. Zudem bepflanzt du dein Hochbeet im Hochsommer, d.h. das junge Gemüse ist ständig von Austrocknung bedroht. Abhilfe verschafft eine dicke Mulchschicht rund um die Pflanzen.



Beide Lauchgemüse wachsen zu Beginn sehr langsam. Umso wichtiger ist ein stets feuchter Boden, damit die jungen Pflanzen nicht vertrocknen.

Düngen: Wenn dein Hochbeet frisch aufgesetzt ist und du es wie beschrieben vorbereitet hast, brauchst du kaum zu düngen. Lediglich Brokkoli und Rotkohl freuen sich über ein bis zwei Düngergaben, z.B. in Form von Brennnessel- oder Beinwelljauche, oder mit biologischem Flüssigdünger. Bei älteren Hochbeet-Füllungen benötigen auch Lauch und Mangold zusätzliche Dünger-Power.

Deine Pflanzen schützen: Mit dem Setzen der Kohlpflanzen solltest du umgehend Schutzmaßnahmen veranlassen. Denn im Sommer fliegt der Kohlweißling, und seine Raupen können innerhalb eines Tages sowohl Brokkoli als auch Rotkohl bis auf die Blattrippen kahlfressen. Abhilfe verschafft ein engmaschiges Insektennetz. Lauch und Lauchzwiebeln werden von Zwiebelfliegen und Lauchmotten heimgesucht. Beuge auch diesen Schädlingen mit einem feinmaschigen Insektennetz vor. Erdflöhe schlüpfen im August in zweiter Generation. Auch weiße Fliegen lieben junge Kohlpflänzchen. Bringe gegen die beiden Schädlinge Gelbtafeln an und stäube mit Steinmehl. Weitere Informationen findest du im Kapitel über Schädlinge ab Seite 63.

Anhäufeln: Die bekannten weißen Schäfte von Lauch entstehen durch Entzug von Chlorophyll, also Blattgrün. Dieses wird nur gebildet, wenn Licht auf die Pflanze fällt. Durch regelmäßiges Anhäufeln mit Erde bleiben die Blätter weiß und besonders zart.



ACHTUNG!

Beim Anhäufeln von Lauch muss der obere, grüne Teil dem Licht ausgesetzt bleiben. Sonst bekommt das Gemüse nicht genügend Sonne ab, um weiterzuwachsen.



Häufle auch Rotkohl und Brokkoli soweit an, dass der Wurzelansatz 2–3 cm mit Erde bedeckt ist. Unter der Erdoberfläche bilden die Pflanzen viele feine, verzweigte Wurzeln, die für eine bessere Aufnahme von Nährstoffen und Wasser sorgen.

Auslichten: Mangold und Lauchzwiebel benötigen nach dem Auflaufen mehr Platz für ihre Entwicklung. Entferne 3–4 Wochen nach dem Auflaufen zu eng stehende Pflanzen. Eine Lauchzwiebel sollte rundherum 3–4 cm Platz haben, Mangold etwa 10 cm.

So sieht dein Hochbeet von September bis in den Winter aus

Anfangs wächst Rotkohl als Rosette, erst die etwas größeren Pflanzen bilden einen Kopf. Im September sollten sich die Köpfe bereits ausgebildet haben, wachsen aber noch stetig weiter, da die Pflanze die kühler werdenden Temperaturen mag. Als Frostschutz überziehen sich die Blätter mit einer Wachsschicht. Rotkohl ist zweijährig, d.h. die Blüten entwickeln sich erst im Folgejahr.

Brokkoli hingegen ist zumeist einjährig, daher bilden sich die Blüten noch im Jahr des Anbaus. Das Gemüse bildet einen langen, beblätterten Strunk mit einer großen Rosette, die aus vielen kleinen Blütenknospen besteht. Das ist die bekannte Rose, die geerntet wird.

Mangold und Spinat bilden Blattrosetten, die – von einem Herz ausgehend – laufend neue Blätter entwickeln.

Lauchzwiebeln entwickeln keine Zwiebeln, dafür aber lange, weiße Schäfte.

Lauch wächst sogar im Winter weiter und wird in den kalten Monaten immer dicker.



Das gibt's ab Oktober zu tun und zu ernten

Rotkohl braucht für die Bildung der Köpfe weiterhin ausreichend Wasser, auch die Blattgemüse Mangold und Spinat entwickeln sich besser bei ausreichender Bewässerung. Die Blätter werden dann zarter und saftiger. Bei Brokkoli verhält es sich anders: Er freut sich über intensive Wassergaben mit Abständen. Gieße ihn also einmal durchdringend und dann 3–4 Tage nicht mehr.

Im Oktober schützt ein Vlies die Pflanzen vor den ersten Frostnächten. Ein Vlies oder ein Frühbeetaufsatz fördern zudem das weitere Wachstum.

Ab Oktober kannst du mit der Mangold- und Spinaternte beginnen. Ernte jeweils nur die äußeren Blätter, dann treiben die Pflanzen bis zum Frühjahr laufend nach.

Mangold verträgt Fröste zwar ganz gut, überdauert den Winter aber besser, wenn er geschützt ist. Ist es zu kalt, also bei Temperaturen ab -10°C , erfrieren die Blätter. Im Frühling aktiviert der Mangold seine in der Wurzel gespeicherten Nährstoffe und treibt neu aus.

Spinat ist auch ohne Kälteschutz unverwüstlich. Selbst bei hohen Minusgraden und unter einer Schneedecke wächst er im Frühling zuverlässig weiter.

Rotkohl verträgt leichte Fröste, mit ausreichend Kälteschutz kann er bis Dezember im Hochbeet bleiben.

Brokkoli ist etwas frosthärter als Rotkohl. Mit Kälteschutz kannst du ihn bis Dezember oder sogar Jänner ernten. Schneide die große Rose mit einem Stück Strunk ab. Auch der Strunk ist sehr schmackhaft und du kannst ihn problemlos zum Kochen verwenden. Nach der Ernte der großen Rose bilden sich in den Blattachsen von Brokkoli viele kleine Röschen nach.

Und wenn gar nichts mehr geht, bleibt immer noch der Lauch. Der hält -20 °C und weniger aus. Winterlauch ist besonders köstlich, weil die Blattbildung langsamer voranschreitet und dadurch das Mark sehr zart bleibt. Ernte ihn nach Bedarf bis Februar oder März. Ungenießbar wird er mit der Blütenbildung im Frühling, da er dann verholzt.

Lauchzwiebeln – die kleinen Geschwister von Lauch – sind ebenso frosthart und besonders gut für den Überwinterungsanbau geeignet. Ihr Geschmack ist mild-würzig, und in Ringe geschnitten sind sie perfekt als Zwiebelersatz. Ernte die Lauchzwiebeln, wenn sie einen Durchmesser von 2–3 cm haben.

Wenn du den Spinat bereits im Oktober für einen Strudel oder eine Quiche aufbrauchst, baue ihn auf derselben Fläche einfach noch einmal an. Die neu gekeimten Pflänzchen überwintern und versorgen dich im März und April mit jungem Frühlingsspinat.

Ernte Spinat und Mangold am Nachmittag bei Sonnenschein. Zu diesem Zeitpunkt ist der Nitratgehalt am geringsten.




Schneide die Rotkohl-Köpfe über dem Strunk ab und lasse den Strunk im Hochbeet stehen. Daraus bilden sich neue, kleine und besonders zarte Köpfchen – eine wahre Delikatesse!

Rotkohl enthält (ebenso wie Weißkohl und Kohl) enorm viel Vitamin C. Dieses geht beim Kochen nicht verloren, sondern wird angereichert.



Beim Brokkoli übersieht man leicht den richtigen Erntezeitpunkt und schon bilden die grünen Knospen viele gelbe Blüten. Schneide die Rose daher ab, solange sie noch kompakt ist. Vorteil beim Winterhochbeet: die Rose bleibt länger geschlossen, die Gefahr, dass der Brokkoli schießt, ist im Sommer viel höher.





Wer lässt sich von so ein bisschen Frost
schon beeindrucken?
Der zarte Winterportulak mal sicher nicht.
Tapfer trotzt er Temperaturen, bei denen wir
schon längst unter die Decke kriechen.

Du hast dein geliebtes Hochbeet bisher immer wehmütig in die Winterpause geschickt? Das musst du nicht mehr – denn wenn du es richtig angehst, schenkt es dir auch in der kalten Jahreszeit leckeres, knackiges Gemüse en masse! Mit der passenden Behandlung wird deinem Gemüse wohlig warm ums Herz, es wächst frischfröhlich weiter – und du kannst das ganze Jahr Mangold, Brokkoli und Co. aus dem eigenen Hochbeet ernten. Was für eine Vorstellung!

