

Vielfalt suchen und bewahren 6

Zuckererbsen – Marianne Frielingsdorf
Beschenkt von der Natur 12

Salat – Jürgen Wehrle
Hirschzunge in Essig und Öl 26

Tomaten – Christine Epping
Hier wächst die Freundschaft 32

Bete – Marko Seibold
Feines für den Teller 46

Baumspinat – Sabine Lütt, Matthias Kunz
Ein Garten für die Seele 60

Kürbis – Lukas Heilingsetzer
Das Paradies in den Hügeln 74

Möhre – Roland Wüst
Ackern für die Zukunft 80

Küttiger Rübli – Beatrice Wernli
Rübchen mit Tradition 94

Ahrtaler Köksje - Christian Havenith
Die Vielfalt vor der Haustür 100

Etagenzwiebel - Hanni Albertsen
In eigener Regie 114

Kartoffel - Karsten Ellenberg
Ein Leben für die Knolle 120

Grünkohl - Reinhard Lühring
Wo die Palmen blühen 134

Johannislauch - Kurt Hentschel
Lippische Leckerbissen 148

Pastinake - Niels und Kerstin Gründel
Gemüse säen, Genuss ernten 154

Rattenschwanzradies - Daniela Hämmerle
Die Arche im Allgäu 168

Service 174

Wo finde ich was 176