

# 4- jährige Fruchtfolge + Mischkultur

## Gartenbeet A

### Kreuzblütler:

Weiss- und Rotkabis, Wirz, Federkohl, Palmkohl, Rosenkohl, Brokkoli, Stängelkohl, Blumenkohl, Kohlrabi, Chinakohl, Pak Choi, Mizuna, Senf, Blattsenf, Rucola, Barbarakraut, Löffelkraut, Meerkohl, Rettich, Radies, Schottenrettich, Kresse, Brunnenkresse, Mairübe, Bodenkohlrabi, Speiserübe,

### Gänsefußgewächse:

Spinat, Randen, Schnittmangold, Mangold, guter Heinrich, Erdbeerspinat, Gartenmelde, Baumspinat, Salzkraut  
Quinoa, Amaranth



## Gartenbeet B

### Schmetterlingsblütler:

Palerbsen, Kefen, Markerbsen, Spargelerbsen, Buschbohnen, Stangenbohnen, Feuerbohne, Spaghettibohne, Puffbohne, Kichererbse, Linse, Mondbohne, Soja

### Körbchenblütler:

Kopfsalat, Pflücksalat, Eisbergsalat, Lattich, Spargelsalat, Endivie, Zuckerhut, Radicchio, Chicorée, Catalogna, Löwenzahn, Schwarzwurzeln, Haferwurzel, Topinambur, Artischocke, Kardy, Speisechrysantheme



## Gartenbeet C

### Nachtschattengewächse:

Kartoffeln, Tomaten, Peperoni, Chilli, Aubergine, Tomatillo, Andenbeere, Ananaskirsche, Pepino,

### Kürbisgewächse:

Kürbis, Rondini, Patisson, Luffa, Kalebasse, Zuckermelone, Wassermelone, Zucchini, Kiwano, Chayote, Mexikanische Minigurke, Stachelgurke, Essiggurke, Salatgurke

### Gräser:

Mais, Gerste, Roggen, Dinkel, Emmer



## Gartenbeet D

### Doldenblütler:

Rüebli, Knollenfenchel, Gewürzfenchel, Knollensellerie, Stangensellerie, Schnittsellerie, Mitsuba, Peterlie, Petersilienwurzel, Zuckerwurzel, Kerbelrübe, Pastinaken

### Liliengewächse:

Zwiebeln, Schalotten, Schnittlauch, Knoblauch, Schnittknoblauch, Lauch, (Spargeln=mehrjährig)

Gartenbeet A und Gartenbeet C beinhalten Starkzehrer, sie benötigen 3 Schaufeln Kompost pro m<sup>2</sup>  
Gartenbeet B und Gartenbeet D beinhalten Mittel – bis Schwachzehrer, 1 Schaufel Kompost pro m<sup>2</sup> genügt  
Tagetes, Kamille und Ringelblumen fördern die Pflanzengesundheit => überall dazwischen säen oder setzen  
Bei Bedarf ein zusätzliches Fruchtfolge-Element aus anderen Familien einbetten, das ergäbe eine 5jährige Fruchtfolge: Erdbeeren oder Gründüngung Phacelia oder Süsskartoffeln oder Nüssler oder Schnittblumen...  
Quelle: Emanuel Zimmermann und erweitert durch Silvia Meister Gratwohl