

Vorwort 4

**Nachhaltigkeit und
Recycling 8**

PFLEGEHINWEISE – SO WACHSEN PFLANZEN 12

**Vegetative Vermehrung –
aus eins mach viele 14**

Standort 16

Licht 16

Wärme 17

Substrat 18

Pflege 19

Wasser 19

Luftfeuchtigkeit 20

Umtopfen 21

Düngen 23

Überwintern 23

REGROW- ANLEITUNGEN 24

- Chinakohl 26
- Frühlingszwiebel 30
- Kartoffel 34
- Lauch 38
- Meerrettich 42
- Romana-Salat 46
- Rote Bete 50
- Stangensellerie 54
- Süßkartoffel 58
- Topinambur 62
- Zwiebel 66
- Basilikum 70
- Galgant 74
- Ingwer 78
- Koriander 82
- Kurkuma 86
- Minze 90
- Zitronengras 94
- Ananas 98
- Avocado 102
- Mango 106

WENN'S MAL NICHT SO KLAPPT: PANNENHILFE 110

Probleme mit Schädlingen und Krankheitserregern 112

- Fäulnis 112
- Schimmelpilze 113
- Mehltau 114
- Blattläuse 114
- Trauermücken 115

Probleme bei der Anzucht 116

- Vergeilen 116
- Sonnenbrand 117
- Chlorose 117
- Ausbleibende Wurzelbildung 118

SERVICE 119

- Zum Weiterlesen 120
- Die Autoren 122
- Register 124
- Bildquellen 126