

Permakultur

# Die Natur als Vorbild

Näher an der Natur, geschlossene Kreisläufe und dabei gleichzeitig viel supergesundes Gemüse ernten, der Gedanke ist verlockend. Permakultur soll das Versprechen einlösen. Doch was ist dran an diesen Vorstellungen? Recherchen führten die verantwortliche Redakteurin von »Gemüse« bis nach Italien.



Foto: Gamminger-Hauck

Wasser und Teiche spielen in der Permakultur eine wichtige Rolle. Im Waldpermakulturgarten von Luca Pellarini sind die Teiche vernetzt.

Es ist Herbst in der Toskana. Ich bin mit einer Gruppe permakulturinteressierter Menschen aus dem deutschsprachigen Raum unterwegs. Luca Pellarini zeigt uns sein Landgut in der südlichen Toskana. Er ist Architekt und war vor vielen Jahren bei einem Aufenthalt in Australien auf die Ideen der Permakultur gestoßen. Sie ließen ihn nicht mehr los. Er ist überzeugt, dass man anders und zwar natürlicher wirtschaften muss, um das Klima zu retten und die Ernährung und Gesundheit der Menschen langfristig zu sichern. Er kaufte ein Landgut und stürzte sich in die Umsetzung seiner Vorstellungen.

Dort legte er seine Interpretation eines Waldpermakulturgartens an. Zwei, mittlerweile terrassierte Flächen von jeweils wenigen Hektar Größe liegen im Wald. Luca lässt uns an Früchten des Erdbeerbaums naschen, einem von vielen bereits auf Hügelbeete gepflanzten Obstbäumen. Fast einen Kilometer Hügelbeete hat er jeweils auf den Terrassen angelegt. An hoch gelegenen Punkten hat er zudem Teiche geschaffen, die auf natürliche Weise Wasser sammeln, miteinander vernetzt sind und für Feuchtigkeit in der Anlage sorgen.

Seine Vision ist: Er will hier ein Informations- und Bildungszentrum zu Permakultur einrichten, um seine Ideen hinauszutragen in die Welt. Tiny Houses sollen Interessierte beherbergen und zu einem Urlaub inspirieren. Sein ganzes Leben und Vermögen stellte er in den letzten Jahren in den Dienst dieser Idee. Zu diesem letzten Schritt ist er jedoch jetzt auf Unterstützer und Mitstreiter angewiesen. Es beeindruckt, mit solcher Tatkraft er seinen Glauben umsetzt.

## Permakultur ist eine Lebensanschauung

Wir gehen wieder zurück auf das benachbarte Landgut. Dort hat sich unsere bunt gemischte Gruppe getroffen, weil wir alle ein Gefühl für Permakultur erhalten wollen.

„Permakultur ist eine Lebensanschauung.“ Damit hat Jürgen unseren mehrtägigen Workshop begonnen. Die Teilnehmer eint, dass sich alle von Permakultur eine natürlichere Lebensweise versprechen, eine engere Vernetzung mit der Natur, sie machen sich Gedanken, wie sie ihren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck verringern können. Karin und Rudi vom Niederrhein bearbeiten mit anderen Mitstreitern einen Acker. Gertrud wohnt mit Großfamilie im Allgäu auf einer kleinen Hofstelle und versorgt ihren Garten schon sehr nachhaltig, Maria aus Salzburg träumt von einem kleinen Gut mit Selbstversorgergarten, Peter aus Berlin will die Permakultur auf seinen Balkon bringen.

### Erstmal alles ansehen und beobachten

Unser „Lehrer“ heißt mit vollem Namen Jürgen Schröder (j.schroeder@praxisfrei-raum.eu) und kommt aus Kaufbeuren im Allgäu. Nach einer beruflichen Laufbahn als Versuchsingenieur und Testfahrer bei BMW fand er seine Berufung als Gärtner. Seit 20 Jahren beschäftigt ihn die Permakultur. Er war vorab zweimal auf dem Landgut und machte das, was er uns vor dem Start nahelegt: Erstmal eine Bestandsaufnahme. Welche Böden gibt es? Wo ist Schatten? Welche Pflanzen wachsen an welchen Stellen? Woher kommt der Wind? Wie steht die Sonne? Wo würden sich welche Elemente aus der Permakultur am besten umsetzen lassen? Aber wichtig ist, auch das wiederholt er immer wieder: „Fangt einfach an. Es muss nicht nach strengen Regeln

gehandelt werden, sondern Ihr müsst Euch in die Natur eindenken, verstehen und fühlen, was wichtig ist. Fehler dürfen gemacht werden.“ Das nächste Mal weiß man wieder etwas mehr und macht etwas besser. Es ist alles ein fließender Prozess.

### Vom Menschen aus gedacht

Die originäre Permakultur geht auf zwei Australier und einen Japaner zurück (Kasten unten). Die „Erfinder“ dieser Kulturweise gehen von einem Selbstversorgergarten in fünf Zonen aus: Zone 0 ist der Kern bzw. Mittelpunkt, in dem die Menschen leben. Also in der Regel das Haus. Die Zone 1 schließt an und ist vorgesehen für Gemüsearten, die intensiv versorgt werden müssen, und für Küchenkräuter. In der Zone 2 wächst Gemüse mit weniger Pflegeaufwand, wie Kohl- und Wurzelgemüse. Auch ein Gewächshaus wird dort als passend angesehen. In Zone 3 werden Kartoffeln oder Getreide angebaut, dort stehen Obstbäume und werden Tiere gehalten. Wiesen und Weiden schließen an und weitere Obst- und Nussbäume. Zone 5 bietet als Wildnis- oder Urwaldzone der Natur Ruhe vor menschlichen Eingriffen und den Menschen einen Erholungsraum.

### Eigene Holzkohle für die Terra preta-Erde

In der Toskana gehen wir die Permakultur etwas anders an. Nach der kurzen theoretischen Einführung geht es an Tag Eins gleich



ab in die Sonne. Terra preta lautet das Motto für diesen Tag. Diese „schwarze Erde“ der Inkas, der fast magische Kräfte nachgesagt werden, wollen wir selbst herstellen, uns dem Original zumindest annähern. Der Landgutbesitzer hat mit seinem Bagger ein Loch im Boden von etwa 1 x 2 m vorbereitet. Das Feuer wird entzündet, wir legen größere und kleinere Holzstücke immer wieder auf, die möglichst ohne Sauerstoff unten verkohlt werden. Nach drei Stunden taucht Jürgen mit dem Wasserschlauch auf und löscht das glimmende Feuer.

Andere Teilnehmer sind in der Zwischenzeit an anderer Stelle fleißig. Der Kompost – Terra preta – will angelegt sein, ein ganz wichtiges Element im Kreislauf der Permakultur. Die Ausrichtung erfolgt so, dass er in der Hauptwindrichtung liegt, wenn der Wind von den Bergen in Richtung Meer bläst. Dicke Äste und Zweige landen auf den Boden, mehrere Schichten von organischem Abfall, Laub und der soeben hergestellten Holzkohle werden aufgetragen, bereits mit Muttererde gemischter Pferdedung ist dabei. Mit Heu wird der Haufen rundum abgedeckt.

Ganz wichtig ist für Jürgen die Aktivierung durch effektive Mikroorganismen (EM) und den Kompoststarter von Plocher. Magda, im Beruf Heilpraktikerin, beschäftigt sich akribisch damit, die passende Menge an EM-Lösung in die wartenden Gießkannen

### Was ist Permakultur?

Permakultur leitet sich vom englischen Begriff „permanent agriculture“ (= dauerhafte Landwirtschaft) ab. Es geht darum, das Land nachhaltig im Einklang mit der Natur und auf der Basis von funktionierenden Kreisläufen zu bewirtschaften. Der Begriff geht zurück auf die australischen Wissenschaftler Bill Mollison und David Holmgren. In den Siebzigerjahren entwickelten die beiden Gedanken zur Permakultur als Alternative zur konventionellen Landwirtschaft. Die beiden waren überzeugt, dass Gesellschaften nur dann dauerhaft bestehen können, wenn sie nachhaltige, ressourcenschonende Landwirtschaft auf der Basis natürlicher Ökosysteme

betreiben. Diese „dauerhafte Landwirtschaft“ sollte die weltweite Versorgung mit Nahrungsmitteln sicherstellen.

Als ethische Prinzipien stehen dahinter:

- > Earth Care – für die Erde sorgen,
- > People Care – für die Menschen sorgen,
- > Fair Share – gerechtes Verteilen der erwirtschafteten Überschüsse.

Für das Permakultur-Konzept erhielt Mollison 1981 den Right Livelihood Award, der in Deutschland als „Alternativer Nobelpreis“ bekannt ist. Als weiterer Wegbereiter der Permakultur gilt der Japaner Masanobu Fukuoka. In Österreich ist Sepp Holzer mit dem Krameterhof ein Urgestein. **dgh**



- 1 Luca Pellarini hat in der Toskana einen Waldpermakulturgarten angelegt und will die Idee weitertragen.
- 2 Kursleiter Jürgen Schröder vor dem Terra-preta-Kompost.
- 3 Ein Hügelbeet wird mit Hilfe von Maschinenpower angelegt und mit Mutterboden abgedeckt.
- 4 Selbstgebautes Permakulturhochbeet.
- 5 Die Holzkohle wird selbst erzeugt.

bei Schongau im Voralpenland. Er kommt aus der landwirtschaftlichen Praxis, er baut auf 50 Jahre Erfahrung als Demeterbauer mit einem Demeterhof in Cleebrohn bei Heilbronn, den er zehn Jahre lang nach Kriterien der Permakultur entwickelte.

Seine Erfahrung gibt er als Permakulturberater ([www.permakulturberatung.de](http://www.permakulturberatung.de)) weiter. Bei ihm blüht und fruchtet es. Farbtupfer bieten Ringelblumen, Tagetes, Sonnenblumen, Kapuzinerkresse und viele blühende Kräuter. In engen Reihen stehen beispielsweise prächtige Blattsalate, Selleriepflanzen, Rote Bete und Buschbohnen nebeneinander. Auf rechteckigen Hochbeeten wachsen Salate, Mangold oder Kräuter, am Kompost ranken Kürbisse nach oben. Man fühlt sich in einer Oase der Fruchtbarkeit. In großen Gefäßen, geschützt am Haus, hängen Auberginen- und Tomatenpflanzen voller Früchte.

### Zuerst kommt der Boden, dann die Wärme

Dabei wächst hier erst im ersten Jahr Gemüse. „Man muss im Boden anfangen, bevor man etwas anderes macht“, so Helmut. „Wer noch nie damit zu tun hatte, fragt am besten mich“, sagt er verschmitzt. Bei seinen Beratungen schaut er sich zuerst die Situation an, die Menschen, hört die Vorstellungen und Wünsche. Das wichtigste Kriterium neben dem Boden ist für ihn die Sonneneinstrahlung. „An einer Südseite kann überall in Deutschland Wein wachsen“, spricht er aus eigener Erfahrung. Die Beete sollten in Nord-Süd-Richtung ausgerichtet sein, um optimal von der Sonne zu profitieren. Möglichst viel Wärme wirkt Wunder beim Anbau.

Und wie kommt die Wärme zu den Pflanzen? Natürlich durch die Sonne und die Ausrichtung nach der Sonne. Über Dämme, in denen beispielsweise die Kartoffeln wachsen. Über die Hochbeete. Über Hecken. „Diese sorgen für drei Grad mehr Wärme in meinem Garten“, ist er überzeugt. Erstaunt sind Besucher oft über viele Steine in seinem



FOTOS: XXXXXXXXXXXX

zu geben. Unermüdlich verteilen vor allem Karin und Magda die Lösung auf den verschiedenen Lagen. Nicht zu vergessen: Das Urgesteinsmehl aus Dolomit. Das Aufstreuen übernimmt Jürgen selbst, nicht ohne Erklärung, woher das Gesteinsmehl kommt und dass es Mineralstoffe in den Boden bringt. Mit gemeinsamer Kraft und Geschicklichkeit wird zum Abschluss des Tages ein Vlies übergestülpt. Dann, ganz wichtig, steckt Jürgen Pfähle ein und zieht sie wieder heraus. „Der Kompost braucht Luft“, erläutert er uns. Und zwar bis ganz nach unten. So versorgt, lassen wir unseren 1,50 m hohen und 2 m breiten Haufen erstmal alleine. Mit all den Mikroorganismen soll er bereits im nächsten Jahr fertig und verwendbar sein anstatt, wie üblicherweise, nach drei Jahren .

### Hügelbeet, Hochbeet, Vertikalbeet – für jeden etwas

Wir lernen noch viel mehr. Neun Tage sind wir auf dem Landgut unterwegs und bewegen im wahrsten Sinne des Wortes etwas, immer mit tollem Ausblick auf die toskanische Landschaft, teilweise bis zum Meer. Langweilig wird es nie.

Wir bauen ein großes Hügelbeet in U-Form, das einen Teich umschließt. Denn das Wasser und der Teich haben ebenfalls eine ganz wichtige Funktion in der Permakultur,

lernen wir. Das Wasser nivelliert Temperaturschwankungen. Es fördert die Wärme und Temperatur im u-förmigen Beet und der Permakulturgärtner kann später seinen Kohlrabi oben auf dem Beet mindestens eine Woche eher ernten. Das weiß Jürgen aus Erfahrung. Die Arbeitsgänge ähneln denen beim Anlegen des Komposts. Alleine die Dimensionen und eingebrachten Mengen organischer Stoffe sind größer.

Permakultur soll grundsätzlich an viele Lebenssituationen anpassbar sein. Wer kein Landgut hat, der kann mit Hochbeeten statt Hügelbeeten agieren. Mit größeren oder kleineren Hochbeeten, je nach Platz. Für den Bau einer Kräuterspirale in Hausnähe hat der Landgutbesitzer für uns extra Tuffstein aus der Gegend eingekauft. Der hält die Wärme und speichert Wasser.

Am vorletzten Tag bauen wir aus Holz ein dreistöckiges Vertikalbeet, mit möglichst viel Platz für Erde. So muss auch Balkongartenbesitzer Peter nicht auf die Möglichkeiten der Permakultur verzichten. Das massive Beet passt leider nicht in sein Auto.

### Pflanzenvielfalt am Nordrand der Alpen

Wir haben gelernt, wie's gehen könnte. Doch wie sieht es aus, wenn tatsächlich Pflanzen gedeihen? Ich bin im Permagarten von Bio-pionier Helmut Oehler In Böbing-Pischlach



- 6 Permakulturgarten von Helmut Oehler. Hier wächst viel auf engem Raum.
- 7 Helmut Oehler hat jahrzehntelange Anbauerfahrung. Als Demeterlandwirt kam er einst zur Permakultur.
- 8 Steine bringen Wärme in seine Beete.
- 9 Der Drei-Zonen-Garten kombiniert Permakultur und Naturgarten.
- 10 Markus Gastl hat den Drei-Zonen-Garten erfunden.

Der Drei-Zonen-Garten ist eine Weiterentwicklung des Permakulturgedankens. Zumindest sieht das dessen Erfinder so, Markus Gastl aus dem Landkreis Ansbach ([www.hortus-insectorum.de](http://www.hortus-insectorum.de)).

### Weitergedacht: Der Drei-Zonen-Garten verbindet Natur und Anbau

Bei der Permakultur fehlt ihm Platz für die Natur, bei der Naturgartenbewegung dagegen der Nutzen. Er möchte Nahrungsmittel erzeugen und gleichzeitig die Natur schützen, in geschlossenen Kreisläufen, bei denen nichts von außen in den Garten kommt und nichts rausgeht. Dazu gestaltete er einen bislang konventionell bewirtschafteten Acker zu einer Magerwiese um und entwickelte die „Hortus-Idee“ eines „hortanen“ Gartens mit drei Zonen. Der so geschaffene Vorzeigegarten hat eine Fläche von 7.500 m<sup>2</sup>. Gastl gründete das Hortus-Netzwerk und wurde für sein Engagement mit der Bayerischen Staatsmedaille für „herausragende Verdienste um die

Garten. Auch die haben einen Zweck: Sie fungieren als Wärmespeicher und bringen so mehr Wärme in den Garten. Momentan verteilt er zusätzlich Eifellava-Granulat - auch das ist ein Wärmesammler. Der erste Schritt zu seinem noch neuen Garten war nach dem Abtragen des Rasens das Aufbringen von Kompost. So kam Leben hinein. „Unglaublich viele Regenwürmer sind mittlerweile überall zu finden“, beschreibt Oehler die Entwicklung. Auf noch freie Flächen sät er vor der ersten Bewirtschaftung eine Leguminosenmischung aus Erbsen, Wicken, Lupinen und Klee. So erhält der Boden Stickstoff.

Das A und O ist für Oehler der eigene Kompost, den er mit seinem Demeterwissen ansetzt. Und dazu gehört Bio-Kuhmist. „Die tierischen Bestandteile haben einen großen Anteil an der Lebendigkeit des Bodens“, erklärt er. „Man muss um die Zusammenhänge wissen“, gibt er mit. Effektive Mikroorganismen (EM) und andere teure Präparate setzt er nicht ein. „Mein Boden hat durch meine Methode alles, was er braucht“, sagt er überzeugt. Ein Viertel bis ein Drittel reserviert Oehler für Leguminosen, Sonnenblumen und andere Pflanzen, damit sich auch Insekten einstellen und Vögel im Winter Nahrung finden.

## Wertvolle Tipps

### Webadressen

- > [www.permakulturberatung.de](http://www.permakulturberatung.de) (Helmut Oehler)
- > [j.schroeder@praxisfreiraum.eu](mailto:j.schroeder@praxisfreiraum.eu) (Jürgen Schröder, Kursleiter)
- > [www.hortus-insectorum.de](http://www.hortus-insectorum.de) (Homepage von Markus Gastl)
- > [www.hortus-netzwerk.de](http://www.hortus-netzwerk.de) (mit Tipps, Ratschlägen, einem Forum und Karte mit allen Drei-Zonen-Gärten in Deutschland, knapp 700 Stück)
- > <https://permakultur-landwirtschaft.org> (Schweizer Seite mit vielen weiteren Links)
- > [www.bfh.ch/forschung](http://www.bfh.ch/forschung) (Forschungsvorhaben zur Permakultur der Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften, HAFL, Bern)

- > [www.hnee.de](http://www.hnee.de) (Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde), Projektwerkstatt Permakultur)
- > [www.schloss-tempelhof.de](http://www.schloss-tempelhof.de) (Zukunftswerkstatt Schloss Tempelhof, nach Kriterien der Permakultur geführte Lebensgemeinschaft mit 100 Erwachsenen und 40 Kindern, Gärtnerei und Ackerbau auf 26 ha in 74594 Kreßberg)
- > <https://www.lehmann-natur.com> (nach Permakulturrkriterien wirtschaftender Landwirt und Zulieferer von REAL-Märkten)
- > [www.gepela.de](http://www.gepela.de) (Gesellschaft für Permakultur in der Landwirtschaft, Richtlinien)
- > Fattoria dell'aquacalda (Facebookauftritt von Luca Pellarini, siehe Beitrag)

Kein Anspruch auf Vollständigkeit

### Bücher

- > Permakultur und Naturgarten. Von Markus Gastl, 2018, Verlag Eugen Ulmer
- > Drei-Zonen-Garten – Vielfalt, Schönheit, Nutzen. Von Markus Gastl, 2016, Verlag Dr. Friedrich Pfeil
- > Handbuch Permakultur. Von Ulrike Windsberger, 2. Auflage 2019, Verlag Eugen Ulmer
- > Permakultur kurz und bündig. Von Patrick Whitefield, OLV-Verlag
- > Die Fruchtbarkeit der Erde. Von Ehrenfried Pfeiffer ( Helmut Oehler)
- > Der große Weg hat kein Tor. Masanobu Fukuoka. 2007. Pala-Verlag
- > Sepp Holzers Permakultur, 2014. Stocker Leopold Verlag

dgh



Foto: xxxxxxxxxxxx

Umwelt" ausgezeichnet. Die drei Zonen seines Gartens sind:

- > Die **Pufferzone**, aufgebaut und nutzbar als Waldgarten, hat eine räumliche und energetische Abgrenzungs- und Schutzfunktion. Sie besteht aus einer Vielfalt einheimischer Sträucher und eingebauten Naturmodulen wie Totholz, Sandbiotopen, Insektenhotels, Steinstrukturen, Versteckmöglichkeiten. Nährstoffe können hier end- oder zwischengelagert werden.
- > Die **Hot-Spot-Zone** besteht aus strukturreichen und mageren Biotoptypen, die in Mitteleuropa das Gros an Vielfalt stellen, sowohl bei den Pflanzenarten als auch bei den Insekten. Hier wird systemintern das Versorgungsproblem gelöst, da die Flächen mager bleiben müssen und die notwendige Nährstoffentnahme die Qualität der Zone fördert.
- > Die **Ertragszone** ist das Herz des Gartens. Hier findet der Gemüseanbau zur Selbstversorgung statt. Hier ist guter Boden entscheidend, hier müssen regelmäßige Düngegaben die Fruchtbarkeit erhalten. Geschützt wird die Ertragszone von den umgebenden beiden anderen Zonen, die

durch eine spezielle Gestaltung mit Hilfe von Naturmodulen gezielt einer Vielfalt von Nützlingen Heimstatt bieten.

In allen drei Zonen kann Unterschiedliches geerntet werden. Die für den Menschen nutzbaren Pflanzen wachsen in den Zonen, in denen für sie die optimalen ökologischen Lebensraum-Bedingungen herrschen, auch wenn der Mensch dafür manchmal ein klein wenig weiter laufen muss. Die Zonen korrelieren miteinander und es entstehen geschlossene Kreisläufe.

#### Fazit: Der Ansatz Permakultur ist gut, die Umsetzung schwierig

Permakultur ist für viele Menschen ein Weg, Natur und Ernährung miteinander zu verbinden. „Die Permakultur kann ein Ansatz sein, um globale Probleme lokal zu lösen“, erklärt auch Hans Ramseier, Dozent für Pflanzenschutz und ökologischen Ausgleich von der Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften (HAFL) in Bern/CH. Um vom Garten zum Feld zu kommen, wurde in der Schweiz ein Netz mit elf Pilotbetrieben aufgebaut. Es gibt nicht die eine Permakultur, sondern oft sind es Auslegungen und Weiterentwicklungen des ursprünglichen Ansatzes, wie der Drei-Zonen-Garten. Menschen, die sich damit beschäftigen, kommen von ganz unterschiedlichen Richtungen und aus unterschiedlichen Beweggründen, vom interessierten Landwirt, der Alternativen sucht, bis zu radikalen Weltverbesserern. Kritikpunkte gibt es aus Umweltsicht. Bei der Permakultur sind Eingriffe in die Natur wie Bodenbewegungen für den Terrassenbau

oder die Anlage von Teichen Teil des Systems, um dort die idealen Bedingungen fürs Pflanzenwachstum zu schaffen.

Mit dem Blick auf die Wirtschaftlichkeit meint Markus Gastl: „Ich kenne niemanden, der vom reinen Produktionsertrag aus einem Permakultursystem leben kann. Vorzeigebetriebe finanzieren sich beispielsweise, indem Praktikanten für eine Woche Mitarbeit bis zu 800 € bezahlen. Haupteinnahmequellen sind in der Regel Vorträge, Kurse und Führungen. So lange nicht die ‚echten‘ Kosten mit eingerechnet werden, wie organische Dünger und körperliche Arbeit, ist Wirtschaftlichkeit nicht möglich.“

Diese Ansicht teilten weitere Gesprächspartner, wie der Betriebsleiter eines landwirtschaftlichen Gemüsebetriebs aus der Schweiz, der selbst erfolgreich regenerativ wirtschaftet. In Zukunft müsste klar mehr als rund 6 % des Einkommens in Lebensmittel investiert werden, um entsprechend produzieren zu können, meint Hochschuldozent Ramseier dazu. Momentan werde der hohe Aufwand an Handarbeit nicht bezahlt.

Ein Lösungsansatz könnte Mechanisierung sein. Der Berner Landwirt Markus, so war kürzlich in der Schweizer „Bauernzeitung“ zu lesen, ist von der Permakultur überzeugt und entwickelt eine Maschine, die Mischkulturen autonom bewirtschaften soll. Im Einzelhandel taucht der Begriff Permakultur bisher einzig bei den REAL-Märkten auf. Landwirt Lehmann (<https://www.lehmann-natur.com>) steht dahinter, der Betriebe nach Permakulturrkriterien für Südfrüchte in Spanien bewirtschaftet.

Doris Ganninger-Hauck

[www.gemuese-online.de](http://www.gemuese-online.de)

Ein Interview mit Markus Gastl finden Sie auf unserer Homepage [www.gemuese-online.de](http://www.gemuese-online.de). Geben Sie im Suchfeld den Webcode 7027277 ein.