



Wer Obst und Gemüse selbst anbaut, sich wochen- oder monatelang sorgsam um Pflanzen und Sträucher kümmert, der hat sich am Ende die optimale Ernte verdient, mit dem besten Geschmack und voller Nährstoffen. Doch wie kommt man von einer durchschnittlichen Ernte zu einer wahren Explosion an Aroma und gesunden Inhaltsstoffen? Garten-
experte James Wong zeigt in diesem Ratgeber, wie sich mit innovativen Anbaumethoden und Pflege der Geschmack und Nährstoffgehalt von Obst und Gemüse erhöhen lassen.

Für dieses Buch hat er über 2.000 wissenschaftliche Fachartikel ausgewertet und kombiniert dieses Wissen mit den neuesten Forschungsergebnissen über den Einfluss von Sortenauswahl und Anbaumethoden auf den Geschmack der Ernte. Wong zeigt, wie wichtig Faktoren wie Sonnenlicht, richtiges Wässern, Boden und Dünger für das Aroma sind, und packt seine Erkenntnisse in praktische Gartentipps. Um das Beste aus Gurken, Erdbeeren und Co. herauszuholen, hat er viele originelle Ideen und einfach umzusetzende Tricks parat. So steigt zum Beispiel der Gehalt von Vitamin C, Lycopin und Beta-Carotin in frischen Tomaten um bis zu 35 Prozent, wenn man sie zweimal im Jahr mit Salzwasser gießt. Mit solchem Praxiswissen gelingt auch Garten-Neulingen mit minimalem Aufwand die große Aroma-Revolution! Für den maximalen Genuss gibt es zusätzlich viele köstliche Rezepte, die die Leckereien direkt vom Garten auf den Teller bringen, wie Feigenbalsamico oder Kürbis-Möhren-Konfitüre.

James Wong wurde in den *Royal Botanic Gardens, Kew* ausgebildet und hat einen Studienabschluss in Ethnobotanik. Sein Hauptinteresse gilt zu wenig eingesetzten Nutzpflanzen und traditionellen Ernährungssystemen, die er im ländlichen Ecuador, auf Java und in Südchina erforschte. Ihm liegt am Herzen, wissenschaftliche Fakten aus der botanischen Forschung und den Spaß am Gärtnern einem breiten Publikum verständlich und nutzbringend zu vermitteln – "Gardening is cheaper than therapy and it gives you tomatoes". Der sympathische Brite ist Autor des Bestsellers *Grow Your Own Drugs (Meine Naturapotheke, DK Verlag)* und Moderator mehrerer TV-Sendungen zum Thema Garten. 2014 wurde er zum Botschafter der *Royal Horticultural Society* ernannt, einer der renommiertesten Gartenbaugesellschaften der Welt.

ISBN

224 Seiten, 189 x 246 mm
ca. 300 farbige Abbildungen
€ 0,00 (D) / € 20,60 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Jenifer Witte • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: presse@dk-germany.de

Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.