



DK Verlag (Hrsg.), [Huw Richards](#) , Sam Cooper

## Selbstversorgung aus dem Garten

### Planen, anbauen, ernten, verarbeiten. Viel Ernte auf kleinem Raum. Von den Social-Media-Stars Huw Richards & Sam Cooper

Selbstversorgung aus dem Garten boomt weiterhin – und dies nicht nur aus Kostengründen. Die beiden Instagram- und Youtube-Stars Huw Richards und Sam Cooper gehen das Thema Selbstversorgung in ihrem ersten gemeinsamen Buch systematisch und alltagstauglich an. Von der Gartenplanung über Beete anlegen und Gemüse aussäen bis hin zum Fermentieren: Die Experten erklären, wie man Gemüse, Kräuter und Obst richtig anbaut und verarbeitet, um sich das ganze Jahr über selbst zu versorgen.



Der Gartenexperte Huw Richards und der Profikoch Sam Cooper haben die letzten zwei Jahre damit verbracht, ihren eigenen Selbstversorgergarten auf einem großen Grundstück zu planen und zu erproben. Aus ihrem 125 qm großen Garten haben die beiden fast 600 kg Gemüse, Obst und Kräuter innerhalb eines Jahres geerntet! Ihre Erfahrungen und Erkenntnisse teilen sie nun in ihrem Buch **Selbstversorgung aus dem eigenen Garten** . Von der Planung des Nutzgartens, der Konstruktion und Anordnung der Beete über Infos zur Aussaat oder Pflanzung einzelner Gemüse, Beeren und Kräuter bietet der Gartenteil alle wichtigen Infos, um draußen loszulegen.

Im zweiten Teil steht die Verwendung, Zubereitung und Haltbarmachung der Ernte im Fokus, so dass der reichhaltige Ertrag möglichst lange genossen werden kann. Zusammen bieten die beiden Experten umfassendes Wissen, um sich komplett selbst zu versorgen und mit der eigenen Ernte auch die kalten Wintermonate abzudecken.

#### Über die Autoren:

Huw Richards baut seit mehr als 17 Jahren organische, nachhaltige Lebensmittel im Garten an und organisiert Online-Kurse. Sein YouTube-Kanal hat über 843.000 Abonnenten. Huw ist Autor des erfolgreichen DK-Buchs „Hochbeet“. Sam Cooper ist Koch, Gärtner und Autor. Er fördert die saisonale Ernährung und das Kochen auf dem Land durch die Weitergabe von Rezepten und Techniken zur Konservierung von Lebensmitteln. Im Internet ist er als Chef. Sam.Black bekannt und hat auf Instagram 583.000 Follower.

DK Verlag (Hrsg.), [Huw Richards](#) , Sam Cooper

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](mailto:presse@dk-germany.de)

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



## **Selbstversorgung aus dem Garten**

**Planen, anbauen, ernten, verarbeiten. Viel Ernte auf kleinem Raum. Von den Social-Media-Stars Huw**

**Richards & Sam Cooper**

ISBN 978-3-8310-5002-4

224 Seiten, 178 x 224 mm

Mit farbigen Fotos und Illustrationen

€ 22,95 (D) / € 23,60 (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](mailto:presse@dk-germany.de)

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