

Spis treści

Wstęp. Wyrazy uznania dla grządki podwyższonej	7
ROZDZIAŁ 1	
Grządka podwyższona - podstawy	9
Plusy grządki podwyższonej	10
Grządka podwyższona - fakty: stanowisko, sposób budowy, wielkość	12
Ile pracy wymaga grządka podwyższona?	16
ROZDZIAŁ 2	
Grządka podwyższona - hardware	19
Zakup, budowa i dobór materiału	20
Przygotowanie podłoża pod grządkę podwyższoną	26
W praktyce: grządka podwyższona z gotowych elementów	28
W praktyce: prosta grządka podwyższona z europalet	32
Jak dobrze wypełnić grządkę podwyższoną?	36
Nasadki inspektowe na grządki podwyższone	40
W praktyce: inspekt z drewna i pleksi	42
W praktyce: inspekt z gałązek leszczyny i z folii	46
ROZDZIAŁ 3	
Grządka podwyższona - software	49
Praca na grządce podwyższonej - akcesoria i podstawowa wiedza	50
Materiał siewny - niezbędne informacje	56
Udana uprawa sadzonek	62
W praktyce: uprawa sadzonek krok po kroku	64
W praktyce: przerywanie i pikowanie siewek krok po kroku	66
Uprawa grządki podwyższonej	68
ROZDZIAŁ 4	
Rośliny na grządkę podwyższoną	71
Jakie rośliny są odpowiednie?	72
Zioła: aromatyczne odmiany rozpieszczające wszystkie zmysły	74
Warzywa kapustowate: smaczne i pożywne, nie tylko na zimę	78
Warzywa liściaste i sałaty: barwne, świeże, chrupkie - liście i łodygi do zdrowej kuchni	80
Warzywa cebulowe, korzeniowe i bulwiaste: surowe bądź gotowane; aromatyczne, ziemiste lub ostre	84
Warzywa owocowe i jagody: soczyste, chrupkie i wyśmienite	86

ROZDZIAŁ 5

Uprawa ogrodu w rytmie pór roku 89

Fenologiczna wiosna	90
Fenologiczne lato	92
Fenologiczna jesień	94
Fenologiczna zima	96

ROZDZIAŁ 6

Grządki podwyższone przez cały rok 98

Plany upraw: tematyczne grządki podwyższone à la carte	100
Grządka podwyższona z warzywami sezonowymi na 365 dni	102
Grządka podwyższona dla fanów surówek na 365 dni	112
Grządka podwyższona z ziołami na 365 dni	122
Grządka podwyższona pod włoską kuchnię na 365 dni	132
Grządka podwyższona na słodko i pachnąco na 365 dni	142
Grządka podwyższona pod rodzimy superfood na 365 dni	152
Samodzielne planowanie uprawy	162
Przegląd warzyw, sałat, ziół	166

Indeks 171

O Autorce 175

oprac. BPK