



Info-Abend Gemeinsam durch das Gemüsegartenjahr

Mit Tanja Westfall-Greiter

15.11.23, 19:00-20:00



1

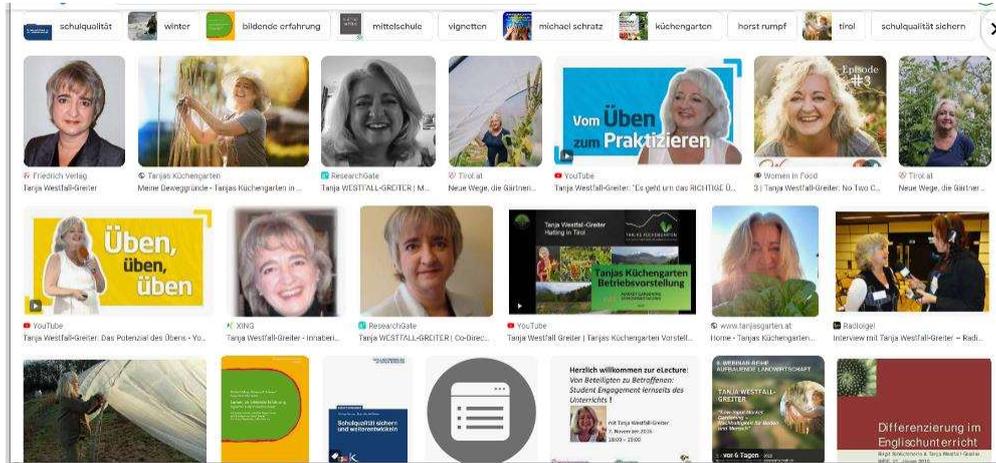
Wie der Begleitkurs entstanden ist...

	Begleitung durch das Blumengartenjahr Frühlingsgarten Februar - April Sommergarten Mai - Juli Herbstgarten August - Oktober www.vomhuegel.at
	Begleitung durch das Gemüsegartenjahr Frühlingsgarten Februar - April Sommergarten Mai - Juli Herbstgarten August - Oktober www.tanjasgarten.at
	Begleitung durch das Kräutergartenjahr Frühlingsgarten Februar - April Sommergarten Mai - Juli Herbstgarten August - Oktober www.lebenmitkraeutern.net



2

Über mich...



3

Mein Marktgarten in Tirol, 2017-2021



4



5



6



7



8

6. Oktober 2021



9

2022: Demo-Garten



10



11

2023: Der Lerngarten



12

Die mobilen Mini-Gärten



13

Aktuell im Demogarten und Erntekorb



14

Aktuell am Feld: Wintergemüse im Tunnel

Spinat, Salat, asiatisches Blattgemüse, Grünkohl, Rucola, Blattkoriander, Petersilie, Lauch, Zwiebeln, Sprossenbrokkoli, abessinischer Senfkohl, Friseé



15

Das oberste Prinzip



16

Säen, pflanzen, ernten, genießen

Von Samen zum Teller gemeinsam durch das Gemüsegartenjahr



17

Das Programm beginnt im Januar mit Webinaren!

- 2 Webinar-Reihen zu den Grundlagen im Januar (Dienstags und Mittwochs, 18-19:30)
- 18 Online-Treffen zu aktuellen Themen und Gartenpraxis
- 6 halb-stündige, persönliche Coaching Termine
- Moderierte Austauschplattform auf WhatsApp
- 4 eBooks zu Gemüsearten und -sorten, Gärtnern mit der Natur, saisonalen Rezepten, plus Workbook und Aufgaben
- Ausführliche Anbaupläne für jede Jahreszeit
- Unbeschränkter Zugang zu Kursunterlagen und Aufzeichnungen über unsere Gruppenseite
- 3 Samenpackerl



18

Webinarreihen im Januar (Aufzeichnungen bleiben immer zur Verfügung)



Gärtnern mit der Natur
Webinar-Reihe mit Marktgärtnerin Tanja Westfall-Greiter

Dienstags 18-19:30
9. -30. Januar 2024

4 Webinare zum naturnahen Gärtnern, dem Bodenleben zuliebe

www.tanjasgarten.at



Nutzgartenplanung von der Ernte her
Webinar-Reihe mit Marktgärtnerin Tanja Westfall-Greiter

Mittwochs 18-19:30
10. -31. Januar 2024

4 Webinare zur Anbauplanung für ganzjährigen Gemüsegenuss

www.tanjasgarten.at

19

Die Module

		
FRÜHLING	SOMMER	HERBST
Februar - April	Mai - Juli	August - Oktober
<p>Das erste Modul ist intensiv mit Fokus auf Nutzgartenplanung sowie Jungpflanzenanzucht. Es gibt viele Aufgaben, damit das Gartenjahr gut beginnt! Dieses Modul enthält:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 Online-Workshops (Mittwochs, 19:00-20:00) mit Fokus auf Planung, erste Aussaat und Jungpflanzenanzucht • 3 Videos von Tanja aus dem Garten (Jungpflanzenanzucht, überwinteretes Gemüse) • 2 Coaching-Termine pro Person • Austauschplattform auf WhatsApp • Reflexions- und Planungsaufgaben • eBook "Gärtnern mit der Natur" • eBook "Frühlingsgemüse von Samen zum Teller" • Saisonale Rezepte • Samenpackeri 	<p>Eigentlich geht es in diesem Zeitraum um Frühlings- und Hochsommer sowie Aussaat von Herbstgemüse. Dieses Modul enthält:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 Online-Workshops (Mittwochs, 19:00-20:00) mit Fokus auf Aussäen und Auspflanzen, saisonalen Genuss • 3 Videos von Tanja aus dem Garten • 2 persönliche Coaching-Termine • Austauschplattform auf WhatsApp • Aufgaben • eBook "Gärtnern mit der Natur" • eBook "Sommergemüse von Samen zum Teller" • Saisonale Rezepte • Samenpackeri 	<p>Von Spätsommer bis Herbst gibt es nicht nur Ernten, Einlegen und Geleßen sondern auch Aussaat von Herbst- und Wintergemüse. Dieses Modul enthält:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 Online-Workshops (Mittwochs, 19:00-20:00) mit Fokus auf Herbst- und Winterernte • 3 Videos von Tanja aus dem Garten • 2 persönliche Coaching-Termine • Austauschplattform auf WhatsApp • Aufgaben • eBook "Gärtnern mit der Natur" • eBook "Herbst- und Wintergemüse von Samen zum Teller" • Saisonale Rezepte • Samenpackeri

20

Die Online-Workshops & Videos

- 6 Workshops je 1 Stunde pro Modul
 - Aktuelle Aufgaben und Kulturen im Garten
 - Fokus auf Kernideen und Prinzipien in der Praxis
 - Themen, die in der Gruppe auftauchen
- 6 Videos pro Modul
 - spontan auf Basis aktuellen Ereignissen im Garten
 - Tipps und Tricks, Beobachtungen und Herausforderungen
- Workshops und Videos sind für den Kurszeitraum jederzeit online abrufbar



21

Werkzeuge



22

Materialien



23

Saisonverlängerung



24

Integrierte Saatgutproduktion



25

Selbst-säende Kulturen

Mehrere Salat-Sorten
 Vogelsalat
 Asiatische Blattensorten
 Radicchio
 Rettich
 Mangold
 Kerbel, Borretsch, Dill, Blattfenchel
 Ringelblume & Tagetes



26

Mischkulturen

Günstige Nachbarschaften
 „Rally“ Planung
 Unterschiedliche Stufen/Wurzelform
 „Priming“/Untersaat



27

Mehrjährige Kulturen

Abgebildet:
 Rhabarber
 Kräuter
 Grünspargel
 Topinambur
 Elefantenknolauch
 Winterheckzwiebel



28

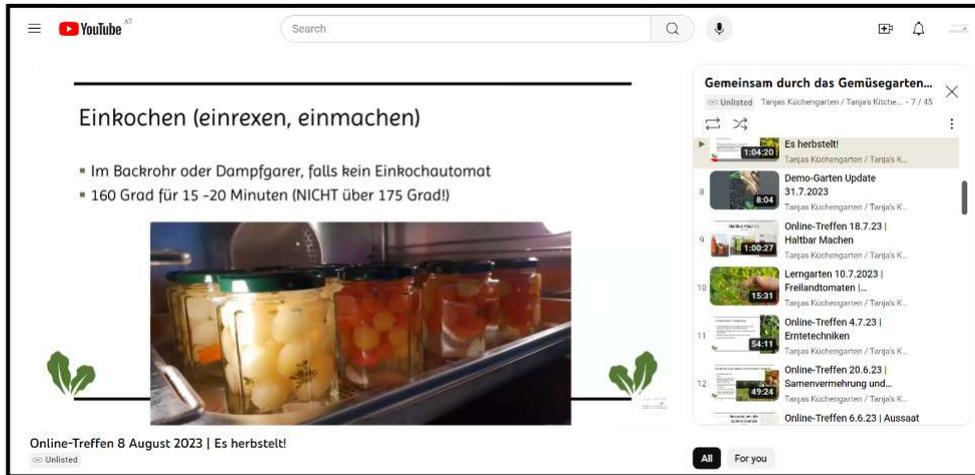
Geschlossener Kreislauf:
Begrünte Wege = Mulchen, mulchen, mulchen



Herausforderungen

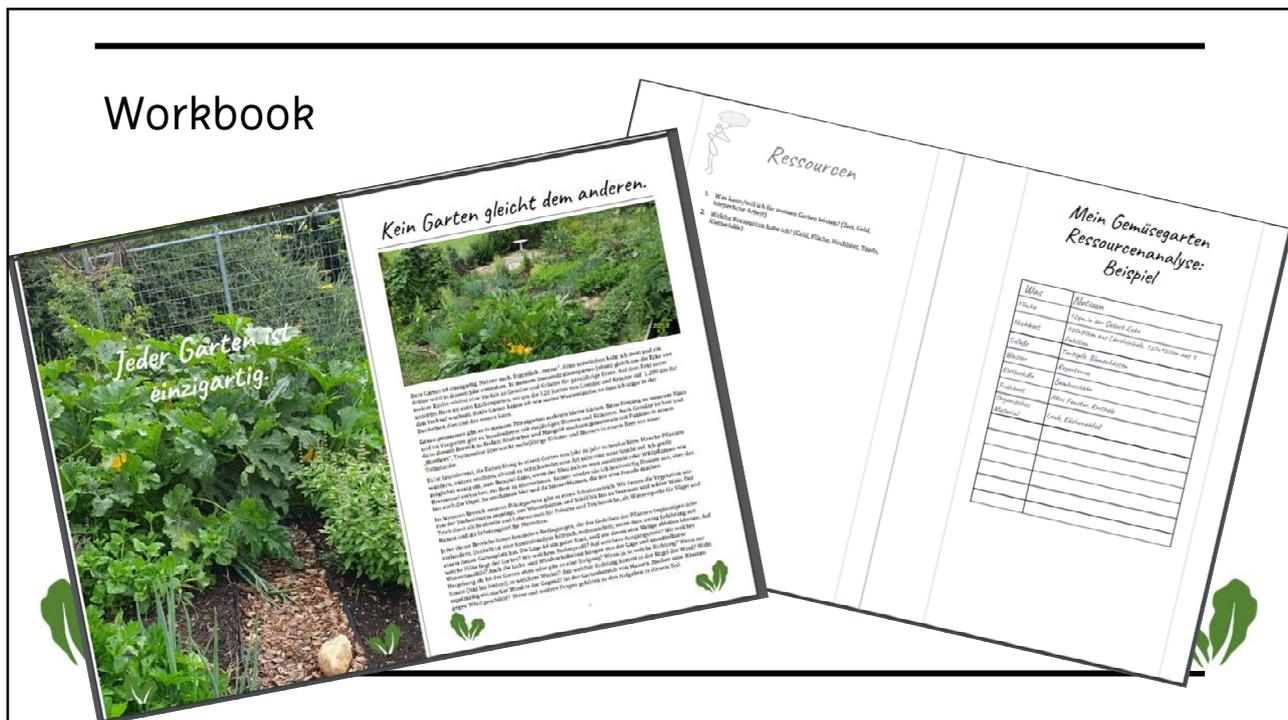


Playlist für die Gruppe auf YouTube



31

Workbook



32

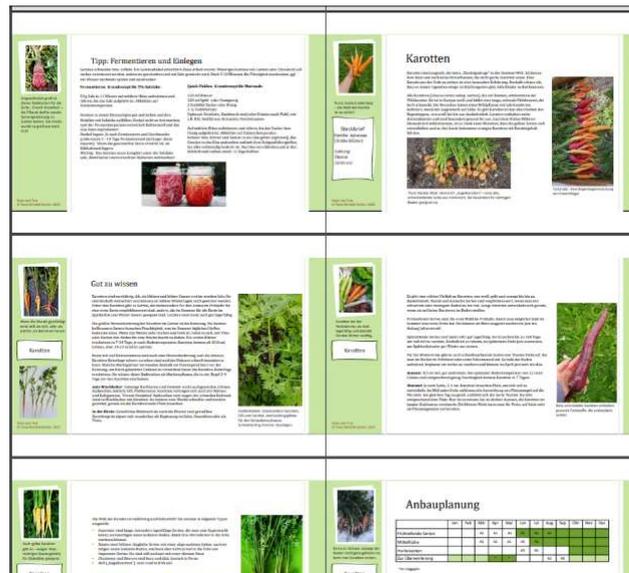
eBooks



Sortenlisten

Zu jeder Gemüseart:

- Allgemeine Infos
- Tipps
- Sorten
- Anbau



Saisonale Rezepte

Gemüse von A bis Z

- Hintergrund und Nährwert
- Verwendung in der Küche
- Rezepte



Gemüse von A bis Z

Lagern, Einlegen, Einlegen, Fermentieren, Kochen

Amarant

Der rote Amaranth, auch "Teller-Wasser", genannt, ist eine Pflanze im Storchenspiess-Stock, die in den Tropen und Subtropen beheimatet ist. Sie ist ein sehr nahrhaftes Gemüse, das in vielen Kulturen verwendet wird. Amaranth ist reich an Eisen, Kalzium und Magnesium. Er kann in Salaten, Suppen und als Mehlersatz verwendet werden.

In der Küche

Salat • Suppe • Wurst • Pflanzenprotein • Pasta • Curry • Quiche • Sandwich • Energie

Der rote Amaranth ist ein sehr nahrhaftes Gemüse, das in vielen Kulturen verwendet wird. Er kann in Salaten, Suppen und als Mehlersatz verwendet werden.

Tambdi Bhaji (Indisches Pflanzenprotein)

Bhaji sind kleine, knusprige Fritzen, die aus verschiedenen Gemüsen und Getreidemehl hergestellt werden. Sie sind ein beliebtes Gericht in Indien und werden oft als Snack oder Beilage serviert.

Asiatischer Blattsalat

Asiatischer Blattsalat ist ein beliebtes Gericht in vielen Kulturen. Er besteht aus verschiedenen Blattgemüsen, die mit einer scharfen Sauce zubereitet werden. Er ist reich an Vitaminen und Mineralien.

In der Küche

Salat • Suppe • Wurst • Pflanzenprotein • Quiche • Sandwich • Energie

Der rote Amaranth ist ein sehr nahrhaftes Gemüse, das in vielen Kulturen verwendet wird. Er kann in Salaten, Suppen und als Mehlersatz verwendet werden.

Die Gruppenseite auf www.tanjasgarten.at

HIER GEHT'S ZU UNSEREM ZOOM-RAUM

HIER GEHT'S ZUR KURS-PLAYLIST AUF TANJAS YOUTUBE-KANAL

Modul 3:

- 06.08.2023 Aussaat Herbstgemüse, Mischkultur
- 22.08.2023 Einlegen und Fermentieren
- 05.09.2023 Lagern und Mengen planen
- 19.09.2023 Aussaat Wintergemüse, Saisonverlängerung und Schutz
- 03.10.2023 Abschlussarbeit im Garten
- 17.10.2023 Winterernte
- 24.10.2023 Abschlusstreffen

Aufgaben

Allgemeine Info + Termine
Begleitkursinfo2023.pdf
Adobe Acrobat Dokument (653,8 KB)

Unterlagen

eBooks, Skripten und Workbooks

- Workbook Modul 1
- eBook "Gärtnern mit der Natur"

Rezepte

Grundrezepte und saisonale Rezepte

- Vom Garten zum Tisch: Frühling
- Grundrezepte

Meine Erwartungen

- Eine Gemeinschaft, die...
 - während des Gartenjahres im regelmäßigen Austausch ist (WhatsApp-Gruppe und Online-Treffen)
 - sich gegenseitig bestärkt und motiviert
 - sich bei Herausforderungen unterstützt
 - Erfolge gemeinsam feiert
- Individuen, die...
 - ihre persönlichen Ziele und Wünsche erreichen
 - ihre einzigartigen Gärten genießen
 - Ihr Wissen und Können von Samen zum Tisch erweitern
 - Neues probieren, beobachten und sich weiterentwickeln
 - mit der Natur arbeiten
 - über sich und ihre Gärten staunen



37

Kursgebühren

- Gesamtprogramm von 10 Monaten
 - € 750,- am Beginn (fällig spätestens 9.1.24)
 - €90,- pro Monat, Dezember 2023 – September 2024
- Einzelne Module, € 300,- pro Modul
- Einzelne Webinar-Reihen (á 4 Termine), € 100,- pro Reihe



38

Next steps

- Fragen klären
- Sich anmelden (Link auf der Website)
- Mindestteilnehmerzahl 10, Maximum 20!



39

Vielen Dank für das Kommen!



40