

### Die drei Schwestern im Garten

Eines der ältesten und schönsten Beispiele für gemeinsamen Anbau verschiedener Gemüsearten bietet das Trio aus Mais, Kürbis und Gartenbohne. In ihrem Buch »Das Indianerbeet«, erschienen im pala-verlag, erklärt Natalie Faßmann, wie diese geniale Mischkultur im Garten gelingt.

Bereits die Maya und nordamerikanische Indianer bauten diese drei uramerikanischen Gemüsearten gemeinsam an. »Die Drei Schwestern« nannten sie diese Kultur. Sie verewigten die Pflanzen in ihrer Mythologie und betteten sie in ein übergeordnetes Fruchtfolgesystem ein: die Milpa.

Dieses Buch ist eine Einladung, in die Welt der Drei Schwestern einzutauchen: Die Leser erfahren, wie und wann die drei zum ersten Mal angebaut wurden und warum diese Mischkultur so gut funktioniert. Mithilfe ausführlicher Pflanzanleitungen, Empfehlungen zu samenfesten Sorten, zur Pflege der Pflanzen rund um Jahr sowie einer Fülle an praktischen Tipps gelingt es leicht, den Drei Schwestern im Garten einen herzlichen Empfang zu bereiten. Dazu gibt es eine Auswahl kreativer Rezepte, um die Ernte höchst schmackhaft zu verwerten.

Der Misanbau von Mais, Kürbis und Bohnen ist pflegeleicht und kann Jahr für Jahr auf dem gleichen Beet erfolgen. Er ist schnell geplant und angelegt und gelingt auch auf kleiner Fläche. Das Indianerbeet ist attraktiv für jeden Garten und auch für Kinder ein spannendes Projekt, um den Kreislauf der Natur mit allen Sinnen zu erleben.

(1.447 Zeichen)

Natalie Faßmann  
**Das Indianerbeet**  
Die Drei Schwestern im Garten  
Eine geniale Mischkultur  
pala-verlag, Darmstadt, 2015  
160 Seiten, Hardcover  
14,00 Euro  
ISBN: 978-3-89566-351-2  
gedruckt auf 100 % Recyclingpapier



**Gerne können Sie von uns die Coverabbildung und den Presstext in Dateiform erhalten.**

Bitte senden Sie dazu eine E-Mail an: [katrin.kolb@pala-verlag.de](mailto:katrin.kolb@pala-verlag.de)

Bitte schicken Sie Ihren Beleg an:

pala-verlag, Presseabteilung, Postfach 11 11 22, 64226 Darmstadt