

VÍCE PLODIN. VÍCE RADOSTI. NEUVĚŘITELNÁ ÚRODA!



VŠE, CO BUDETE POTŘEBOVAT

Sklízejte po celý rok. Ale jak?	6
Proč s vysokým záhonem nemůžete šlápnout vedle	9
Plánování a příprava. A především: jak začít	12
Udělejte si záhon, jaký se vám líbí: materiál, velikost a výška, náplň – prakticky a užitečně	20
Vysoký záhon v číslech	37
Vysoký záhon z palet: stavba v sedmi krocích	38
Sklízet můžete i bez zahrady: vysoké záhony na balkonech a terasách	41
Vysoký záhon pokaždé jinak	45
10 nejčastějších chyb	50
Divocí návštěvníci na vysokém záhonu: hosté nezvaní i vítaní	53

VŠE, CO BUDETE MILOVAT

Vysoký záhon, který vás dostane do formy: Také mezi zeleninou jsou šprti!	62
Vysoký záhon pro pizzu i těstoviny: Do Itálie přes zahradu!	70
Smoothie záhon: Jednou vitaminy s sebou, prosím!	76
Záhon pro pánev wok: Od vysokého záhonu k plnému žaludku	82
S vysokým záhonem kolem světa: O exotice nemusíte jenom snít	88
Vysoký záhon pro malé ručičky: Honem do zahrady, děti!	94
Čerstvá zelenina po celou zimu: Zeleněji to nejde!	102
Rejstřík: Místo k hledání a nacházení	110
Kde hledat další literaturu a prameny	115
O autorce	116
Poděkování	118