

## Nährstoffbedarf verschiedener Gemüse

### Starkzehrer

Tomaten  
Zucchini  
Kürbis  
Gurken  
Paprika  
Zuckermais  
Chichoree  
Mangold  
Wirsing  
Weißkohl  
Blumenkohl  
Brokkoli  
Rosenkohl  
Grünkohl  
Lauch  
Knollensellerie  
Staudensellerie  
Pastinaken

### Mittelzehrer

Aubergine  
Dicke Bohne  
Endivie  
Kopfsalat  
Eissalat  
Schnittsalat  
Feldsalat  
Radiccio  
Spinat  
Kohlrabi  
Knoblauch  
Zwiebeln  
Rettich  
Möhren  
Rote Bete  
Knollenfenchel  
Schwarzwurzeln  
Kartoffeln  
Meerrettich

### Schwachzehrer

Stangenbohnen  
Feuerbohnen  
Buschbohnen  
Zuckererbsen  
Markerbsen  
Radieschen  
zahlreiche Küchenkräuter

