

VORWORT:



Die Idee zu diesem Buch kam mir während der Gartenarbeit.

Etwas vor Ort über Gemüse, Pflanzen oder Blumen wissen zu wollen und das Wissen darüber nicht schnell genug bei der Hand zu haben kann schon etwas nervend sein.

Dabei hatte ich später zu Hause die Hälfte dessen, was ich Nachschlagen wollte vergessen und musste erst

einmal Bücher oder Zeitschriften durch wälzen, bis ich gefunden hatte, was ich wollte. Na - und jetzt bei der Gartenarbeit das Internet durch forsten?

Aus dieser Situation heraus und aus all den ganzen Notizen, die sich im Laufe der Zeit angesammelt haben, ist dieses Büchlein entstanden.

Ich denke, dass es für jede/n Gartenfreund/in von Nutzen sein kann und ist vielleicht ein Anfang, um noch tiefer in diese interessante Materie einzusteigen.

Gründe zur Bearbeitung eines kleinen Heimgartens - Gemüsegartens - gibt es zur Genüge.

Wie zum Beispiel:

- die Vorteile des Verzichtes von Chemikalien kommen hier am wirkungsvollsten zum Ausdruck.
- der direkte Bezug zur eigenen Gesundheit und der Natur!
- alles frisch vom Beet und besser im Geschmack!
- schmackhafte Cocktailtomaten neben der Haustüre oder auf der Terrasse oder Balkon können zum kleinen gesunden Naschwerk im vorbei gehen werden.
- Nicht zu vergessen - Gartenarbeit kann auch Spaß machen bzw. schon fast meditativen Charakter haben.

Das wäre doch ein Anfang!

Bei kleinen Gärten empfiehlt sich eine Anlage im Stil des „Alten Bauerngartens“, wobei Blumen und Gemüse „durcheinander“ als Mischbeet gedeihen können und hübsch anzusehen sind.

Es gibt ein schönes Kinderlied mit dem Refrain "Trau dich auch wenn's mal daneben geht!" - insofern - viel Spaß beim Pflanzen und genießen der ersten Ernte!

wünscht Euch Brigitta

INHALT:

WICHTIGE REGELN UND NÜTZLICHE TIPS

TIPS QUERBEET	SEITE 7
VERWENDUNG VON DÜNGEMITTEL	SEITE 8
TYPISCHE KOMBINATIONEN VON MISCHKULTUREN FÜR DAS GÄRTNERN MIT DEM MONDKALENDER	SEITE 9
GRÜNDÜNGUNG	SEITE 10
MULCHEN	SEITE 11
KOMPOST	SEITE 12

NÜTZLINGE UND PLAGEGEISTER

PLAGEGEISTER	SEITE 14
KRÄUTER UND BLUMEN GEGEN DIE PLAGEGEISTER	SEITE 17
NÜTZLINGE, DIE WICHTIGEN HELFER IM GARTEN	SEITE 18

KRÄUTER UND BLUMEN

KRÄUTER UND BLUMEN, DIE GUT IM GARTEN HARMONIEREN	SEITE 20
NÜTZLICHE UNKRÄUTER	SEITE 20
EINJAHRESBLUMEN UND KRÄUTER	SEITE 21
BESONDERHEITEN DER EINJAHRESKRÄUTER	SEITE 22
BESONDERHEITEN DER EINJAHRESBLUMEN	SEITE 26
ZWEIJÄHRIGE KRÄUTER	SEITE 29
MEHRJÄHRIGE KRÄUTER	SEITE 31
MEHRJÄHRIGE BLUMEN	SEITE 39
NICHT WINTERHARTE BLUMEN	SEITE 41

GARTENGEMÜSE

AUBERGINE	SEITE 44
BUSCHBOHNEN	SEITE 46
ERBSEN	SEITE 48
GRÜNKOHL	SEITE 50
GRÜNSPARGEL	SEITE 52
GURKE	SEITE 54
KAROTTEN	SEITE 56
KARTOFFEL	SEITE 58
LAUCH	SEITE 60
MANGOLD	SEITE 62
PAPRIKA	SEITE 64
RHABARBER	SEITE 66
ROTE BEETE	SEITE 68
SALAT	SEITE 70
SCHWARZWURZEL	SEITE 76
TOMATEN	SEITE 78
TOPINAMBUR	SEITE 82
ZUCKERMAIS	SEITE 84
ZUCCHINI	SEITE 86
ZWIEBEL	SEITE 88

BEERENOBST

BROMBEEREN	SEITE 92
ERDBEEREN	SEITE 93
HEIDELBEEREN	SEITE 94
HIMBEEREN	SEITE 95
JOHANNISBEEREN	SEITE 96
STACHELBEEREN	SEITE 97
WEINTRAUBEN	SEITE 98



(Lilien im Frühling)

INHALT

OBSTGARTEN UND GEHÖLZSCHNITT

GENERELL	SEITE 100
SCHNITTKALENDER	SEITE 101
APFEL	SEITE 101
KIRSCHEN	SEITE 102
MIRABELLEN	SEITE 102
PFLAUMEN	SEITE 103
PFIRSICH	SEITE 103
HASELNÜSSE	SEITE 104
WALNÜSSE	SEITE 104

JAHRESKALENDER - SEITE 106-117

SOMMERAKTIONEN

BADEZUSÄTZE	SEITE 118
HAARPFLEGE	SEITE 119
REZEPTE MIT LAVENDEL	SEITE 119
RINGELBLUMENSALBE	SEITE 120
TOMATENSOSSE	SEITE 120
PESTO MIT PETERSILIE	SEITE 120
KRÄUTERÖLE	SEITE 121
KRÄUTERESSIG	SEITE 121
LIKÖRCHEN	SEITE 121



(Blühende Aubergine)

WIE WÄRE ES MIT PILZEN AUS DEM EIGENEN GARTEN? - SEITE 122

ANHANG

Index

WICHTIGE REGELN UND NÜTZLICHE TIPS

TIPS QUERBEET

- Kompost niemals untergraben, aufs Beet streuen oder leicht einarbeiten.
- Boden mit einem Krail lockern und mit dem Rechen einebnen.
- Pflanzen möglichst aus der Region.
- Kein kaltes Wasser zum Gießen verwenden, am besten Regenwasser.
- Vor dem Säen Saatrillen kräftig einwässern, erspart späteres gießen.
- Sobald der Boden eine lebendige Struktur aufgebaut hat, genügt eine Lockerung des Bodens und es muss nicht mehr umgegraben werden.
- Rosen, aber auch andere Pflanzen lieben kleingeschnittene Bananenschalen (diese wie Dünger verwenden).
- Mottenkugeln aus Naphtalin (Apotheke) sollen gegen die Kräuselkrankheit bei Pfirsichen helfen.
- Magermilch im Mischverhältnis 1: 3 mit Regenwasser zum Gießen für Zimmer und Freilandpflanzen, wie Tomaten u. a. lassen sie besser gedeihen. Ebenso als Spritzlösung 1:6 gegen Pilzkrankheiten von Tomaten und Kartoffeln.
- Boden, wenn möglich, nie umgraben, denn die lebendige Humusschicht liegt bei 12 -20 cm = 1Spatentiefe.
Dieses fein abgestimmte System, das die verschiedenen Bodenlebewesen im Laufe des Jahres aufgebaut haben, wird ansonsten zerrissen.
Eine Lockerung mit dem Sauzahn reicht völlig aus oder mit der kleinen Hacke durch die obere Schicht.
- Zweimal die Samenstärke - so tief, sollte der Samen in der Erde liegen.

VERWENDUNG VON DÜNGEMITTEL

dies gilt auch für pflanzlichen Dünger , wie Kompost und Hornmehl! Bei neutralem Boden liegt der ph - Wert bei 7.

- ⤴ Nie mehr als die vorgeschriebene Menge!
- ⤴ Nie auf Blätter oder Blüten streuen. Verbrennungsgefahr!
- ⤴ Nie bei trockenem Wetter. Wenn, dann gut wässern!
Auch bei Flüssigdünger ist darauf zu achten!
- ⤴ Nie zu tief in den Boden einbringen!
- ⤴ Nie bei der Pflanzung schnell wirkenden Dünger einsetzen!
- ⤴ Nie in feuchtem Raum oder auf nacktem Boden den Dünger aufbewahren!
- ⤴ Muss für die Bodenorganismen verträglich sein.
- ⤴ Zuviel an Kalk kann dem Boden auch Nährstoffe entziehen!
- ⤴ Gesteinsmehl ist Kalk vorzuziehen.
- ⤴ Ausbringen von Hornspänen und Horngrieß zur Lockerung des Bodens kann schon, sobald der Schnee getaut ist, ausgestreut und leicht eingearbeitet werden.
- ⤴ Dünger muss schon bevor die Pflanze die Nährstoffe braucht in den Boden, da er sehr langsam eindringt.
- ⤴ Beinwelljauche ist Stickstoff- und Kalihaltig.
- ⤴ Mit Steinmehl - kann kein Düngefehler gemacht werden, es verbessert die Fähigkeit des Bodens Wasser und Nährstoffe festzuhalten.
- ⤴ Stroh anstelle von Torf fördert das Bodenleben und die Humusbildung.
- ⤴ Algenmehl kann vor der Saat jederzeit eingeharkt werden. In warmem Boden können die Bakterien besser aufgenommen werden.
- ⤴ Pflanzen genügend Kali zur Verfügung stellen! (Kali ist chemische verwandt mit dem Element Cäsium aus Reaktorkatastrophe Tschernobyl!) Und wird deshalb eher aufgenommen.

TYPISCHE KOMBINATIONEN VON MISCHKULTUREN

- WEISSKOHL / KAROTTEN / SALAT / KOHLRABI
- FRÜHE KAROTTEN / ZWIEBELN / SALAT
- SPÄTE KAROTTEN / LAUCH / FELDSALAT / ZWIEBEL oder ENDIVIEN
- PFLÜCKSALAT / TOMATEN / TAGETES oder RINGELBLUMEN
- SCNITTSALAT / ZUCCHINI
- PFEFFERMINZ und KOPFSALAT

„Gute“ Nachbarn

Späte Möhren - Lauch

Buschbohnen - Rote Beete - Bohnenkraut

„Schlechte“ Nachbarn

Salat - Petersilie

Fenchel - Tomate

Buschbohnen - Zwiebel

Erbsen - Bohnen

Kartoffel - Sonnenblumen

Kartoffel - Tomaten

Übrigens:

-Eigene Saatgewinnung bei Hybridsorten ist nicht möglich.

Pechnelken in den Garten gesetzt erhöhen die Widerstandskraft bei Problemkulturen

Notizen=

Bodenverbesserer - Tonmehl

FÜR DAS GÄRTNERN MIT DEM MONDKALENDER

- Bei der Aussaat, Bodenbearbeitung, Düngen und Wässern auf die Tageseinflüsse achten.
- Pflanzzeit ist die Zeit des absteigenden Mondes. In dieser Zeit ist auch die Ernte von unterirdischen Früchten.
- Haupterntezeit für alle oberirdischen Pflanzenteile ist die Zeit des aufsteigenden Mondes. Nicht an Fische + Jungfrautagen.
- Gehölze nur bei absteigendem Mond schneiden.
- Ungünstiger Tag für alle Gartenarbeiten ist an allen Knotentagen.
- Tierkreiszeichen und ihre pflanzliche Zuordnung

Blattgewächse	Krebs, Fisch, Skorpion.
Fruchtgewächse	Widder, Löwe, Schütze.
Wurzelgewächse	Stier, Jungfrau, Steinbock.
Blütengewächse	Zwilling, Waage, Wassermann.

EIGENE NOTIZEN:

Homöopathie für Pflanzen =

Calcium Carbonicum - zur Stärkung der Pflanzen

An Blütetagen düngen!

GRÜNDÜNGUNG

Vorteile

- Beschattung des Bodens.
- Durchwurzelung und Lockerung tieferer Bodenschichten.
- Anreicherung des Bodens mit Organischen Substanzen.
- Bindung von Luftstickstoff durch Leguminosenarten.
- Unkrautunterdrückung.
- Lieferung von Kompost- und Mulchmaterial.
- Guter Stickstofflieferant.

Gelbsenf = *Gesundung des Bodens.*

Ölrettich = *gegen älchenverseuchten Boden und Kohlhernie.*

Rot blühender Inkaklee = *Stickstoffsammler.*

Siehe auch Kräuter und Blumen gegen Plagegeister.

MULCHEN

- Abdeckung des Bodens mit organischem Material, auch als Gründüngung geeignet.
- Mulchschicht sollte nicht zu dick sein.
- Keinen Rindenhäcksel, höchstens für auf die Wege und zu waldähnlichen Gewächsen (enthält Tamine und Gerbstoffe!).
- Mulchmaterial wie z.B. Rasenschnitt, Stroh verwenden.
- Boden verliert weniger Feuchtigkeit und muss so weniger gegossen werden. Es entsteht ein günstiges Kleinklima.

KOMPOST

Nicht auf den Kompost gehört:

alles chemisch behandelte, auch Zitrusfrüchte, ebenso kranke Pflanzenabfälle.

Kompostiert werden kann: Stroh, Heu, Aststücke, Gartenabfälle, Laub, etc.

Hartnäckige „Unkräuter“ in der Mitte des Haufens einlagern, die dort entstehende Hitze zerstört die Keimfähigkeit des Samens. Aus dem Haushalt: Holzasche, Haare, Federn, etc.

Reifeprobe des Kompostes: meist je nach Witterung braucht er 9 - 12 Monate. Riecht der Kompost nach Walderde ist er gut gelungen.

Oder - feuchte Komposterde in kleine Schale füllen und Kresse einsäen. Keimt die Kresse gut ist die Komposterde ausgereift.

EIGENE NOTIZEN:

Zur Stärkung der Pflanze und Hilfe bei Keimung = Steinmehl in die Anzuchterde.

Schachtelhalmbrühe überbrausen von Saatbeet und Anzuchterde.

Bodenaktivator = Hornspäne + Urgesteinsmehl



PLAGEGEISTER

(Natürliche Feinde wie Igel, Kröten, Spitzmaus, fördern!)

Ameisen

Umzug aus dem Garten - mit dem Blumentopf aus Ton über das Nest gestülpt und innerhalb weniger Tage bauen sich die Ameisen ihr Nest unter dem Schutz des Daches. Vorsichtig kann das Nest mit dem Spaten versetzt werden.

Starke Düfte zur Abwehr = Gauklerblume, Tomatenblätter oder Zimtstangen in´s Nest gesteckt, treiben sie in die Ferne. Zitronenschalen, Gewürznelken und Backpulver lassen den Weg der Ameisen zur Sackgasse werden.

Ohrwürmer

Leider knabbern sie manchmal an feinen Blütenblättern z. B. Dahlien. Ein mit Rohwolle oder Stroh gefüllter Blumentopf auf einem Stab in die Dahlien gehängt, lässt sie darin einnisten und so können sie dann umgesetzt werden.

Katzen

Gegen das Scharren auf frischen Beeten und ihre Jagd auf die wichtigsten Helfer des Gartens, die Vögel, sollen Büschel aus Hundehaare in die Katzenpfade gehängt helfen.

Mücken und Fliegen

Ein oder zwei Basilikumtöpfe in Sitzplatznähe, vertreibt die gewöhnlichen Fliegen.

Nelkenöl (ein paar Tropfen) in eine Duftlampe oder auf die Außenseite des Windlichtes vertreibt die Mücken.

Bei der Gartenarbeit die Haut (Arme und Beine) mit ein paar zerriebenen Zitronenmelisseblättern eingerieben, vertreibt die Mücken.

Ein Walnussbaum im Garten oder ein paar Walnussblätter an das Fenster gehängt hält die Mücken fern.

Wespen

Eine enghalsige Limonadenflasche mit ein zwei Löffel süßem Gelee und etwas Wasser mit dem Hals nach oben einige Meter vom Sitzplatz entfernt aufhängen. Um keine Biene mit anzulocken noch einen Schuss Essig hinzufügen!

Maulwurf

Artenschutz!!!! Wird er dennoch durch seine Wühlarbeiten unbeliebt, schwören manche Gärtner auf schräg eingegrabene Flaschen in denen der Wind pfeift und so der Maulwurf vertrieben werden soll.

Wühlmäuse

Immer mit Lebendfallen versuchen! Gifte haben im Garten nichts zu suchen!!!

Schnecken

Nur keine Lockstoffe verwenden, sonst kommen sie noch aus Nachbarsgarten!

Schützen einzelner Pflanzen mit einem dicken Ring aus Holz- asche, Holzruß oder Sägespäne z. B. um den Rittersporn (muss nach jedem Regen erneuert werden) oder einem Schneckenzaun. Mulchen mit Brennesseln oder Beinwell, möglichst unzerkleinert hat sich gut bewährt.

Schutzpflanzungen wie Petersilie und andere Kräuter anpflanzen deren Duft Barrieren bilden.

Schneckenfutterplätze anlegen - in die Nähe von gefährdeten Beeten und Pflanzen. Aus dem was so anfällt vom Gemüse putzen und Jäten oder auch angewelkte Salate, hält sie von anderen Pflanzen fern.

Mein Tip:

Holzbrettchen an schattigen feuchten Plätzen ausgelegt, bieten den Schnecken optimalen Unterschlupf und können morgens da- runter aufgesammelt werden. Mühsam, aber hilft!

Blattläuse

Marienkäfer und andere Blattlausfeinde wie die Florfliege, Schwebfliege und Ohrwürmer fördern.

Wermut Tee oder Wermut Brühe

Zutaten = 100g frische oder
10g getrocknete Wermutblätter
auf 1l kochendem Wasser - nach 24 Std. abseihen.

Wermutjauche

Zutaten = 300g frische oder
30g getrocknete Wermutblätter in
10l Wasser = 1-2 Wochen Gärung bis es nicht
mehr schäumt.
Kaffee oder schwarzen Teeresten.

Möhrenfliege

Die Eier werden in die Erde abgelegt. Beim ersten Befall Karotten ernten. Keinen frisch stinkenden Dünger verwenden.

Karotten dort säen wo vorher Lauch oder Zwiebeln standen, Oder auch mit Rainfarntee übergießen! Mischkultur beachten!

Lauchmotte

Mischkultur beachten! Nur einmal im Jahr Lauch/Zwiebel setzen. Ansonsten bei Befall mit Rainfarntee übergießen.

Kohlweißling

Natürliche Feinde sind die Schlupfwespe. Mischkulturen mit Sellerie und Tomaten.

Raupen und Puppen einsammeln! Während der Flugzeit von April - August Pflanzen mit Tee aus Rainfarn, Wermut oder Tomatenblättern übergießen.

KRÄUTER UND BLUMEN GEGEN DIE PLAGEGEISTER

ANIS = gegen Läuse und Raupen.

BOHNENKRAUT = gegen die Bohnenblattlaus.

DILL = gegen den Kohlweißling.

GRÜNDÜNGUNG = z. B. mit Phacelia, lockt Bienen an und sorgt für gute Bewurzelung. Generell gilt Gründüngung als guter Stickstofflieferant.

KAPUZINERKRESSE = gegen Läuse und Raupen.

KERBEL = gegen Schnecken, Ameisen, Insekten und Mehltau.

KNOBLAUCH = Schnecken, Mäuse, Wühlmäuse.

LAVENDEL = gegen Blattläuse, Ameisen.

Getrocknet im Schrank als Mottenabwehr.

MEERRETIK = gegen Kartoffelkäfer.

PFEFFERMINZE = gegen Erdflöhe.

RINGELBLUME, TAGETES,

EINJÄHRIGER SONNENTAU = verhindert die Vermehrung von Fadenwürmern und Älchen.

SALBEI = gegen Blattläuse, Ameisen, Kohlweißling, Möhrenfliege.

THYMIAN = gegen Blattläuse, Ameisen.

WERMUT = gegen Erdflöhe.

YSOP = lockt nützliche Insekten an und bei ihm fühlen sich nur nützliche Insekten wohl. Gegen Blattläuse, Ameisen, Schnecken.



(Kartoffelkäfer)

NÜTZLINGE UND PLAGEGEISTER

NÜTZLINGE- DIE WICHTIGEN HELFER IM GARTEN

Nützliche Helfer im Garten sind auf bestimmte Pflanzen und Örtlichkeiten angewiesen.

FÜR FLOR + SCHWEBFLIEGE - Eine einzige Larve vertilgt bis zu 200-300 Blattläuse! → Kerbel, Petersilie, Dill, Phacelia, Tagetes, Dahlien.

FÜR IGEL, BLINDSCHLEICHE, ERDECHSEN, ERDKRÖTE- Schneckenfresser → Stein- und Asthaufen.

FÜR ILTIS + WIESEL = Mäusevertilger → Stein und Asthaufen.

FÜR VÖGEL → Hecken und Büsche pflanzen, die einheimische Beeren tragen. Anbringen von Nistkästen. Ein Meisenpaar vertilgt in einem Sommer 50kg Insekten.

FÜR RAUBVÖGEL → Sitzgelegenheiten.

FÜR SCHMETTERLINGE, über 20 Arten → Brennnessel, Wildblumen und verrottendes Obst.

FÜR ÜBER 100 INSEKTENARTEN → die Ackerdistel.

FÜR ÜBER 40 RAUPENARTEN → Wegerich, Löwenzahn.

SPITZMÄUSE → vertilgen bis zum 3fachen ihres Eigengewichtes an Erdinsekten, Würmern und vertreiben Feld- und Wühlmäuse aus ihrem Revier.



(Schmetterling/ Landkärtchen)



(Lavendel)

KRÄUTER UND BLUMEN

(Blütenpflanzen)

KRÄUTER UND BLUMEN, die gut im Garten harmonieren!

Basilikum ⇔ Kürbis, Gurken.

Bechermalve ⇔ Salat, Karotten, Petersilie.

Bohnenkraut ⇔ Fenchel, Knoblauch, Bohnen, Rote Beete.

Borretsch ⇔ Erdbeeren, Kohl.

Dill ⇔ Gurken, Karotten, Rote Beete, Salat, Erbsen, Zwiebeln.

Goldrute ⇔ gern gesehener Nachbar.

Gurkenkraut ⇔ Erdbeeren, Kohl, Kohlrabi.

Jungfer im Grünen ⇔ Rosen, Kohl und Salat.

Kerbel ⇔ Salat, Bohnen.

Kapuzinerkresse ⇔ Tomaten, Kartoffeln, Radieschen, Rettich.

Lavendel ⇔ Rosen.

Petersilie ⇔ Tomaten.

Ringelblumen ⇔ zu allen Pflanzen.

Salbei ⇔ Rosen.

Sonnenblumen ⇔ Gurken.

Wermut ⇔ Johannisbeeren.

Zu allen Blumen ⇔ Ringelblume, Tagetes, einjähriger Sonnenhut - auch als Untersaat hervorragend geeignet.

NÜTZLICHE UNKRÄUTER

Löwenzahn = Blüten wirken anziehend auf Schmetterlinge und Dompfaff. Junge Blätter für Salat. Wurzeln als Kaffeeersatz. Sehr Mineralstoffreich.

Vogelmiere = gute Gründüngung. Samen ist ein Leckerbissen für Vögel.

Klee = entzieht der Luft Stickstoff und bindet ihn so an den Boden

Brennnessel= siehe auch unter mehrjährige Kräuter.

EINJAHRESBLUMEN UND KRÄUTER

- Einjahresblumen und Kräuter gedeihen und wachsen besonders gut, wenn sie mit mineralisiertem Dünger vor der Aussaat, bei Pflanzung und später im Juli/August gut gedüngt werden.
- In den meisten Fällen am Besten an Ort und Stelle aussäen.
- Die gebräuchlichsten Kräuter so setzten, dass sie leicht geerntet werden können.
- Aussaatzeit ist Ende März.

Blumensorten wie: Jungfer im Grünen
Sonnenblumen, jeglicher Größe
Sonnenhut
Strohblumen
Zinnien
Tagetes
Goldlack
Ziertabak
Liebhaber der Nacht
Gretel im Busch
Schnee auf dem Berg
u.v.m.

Kräuter wie: Basilikum
Borretsch
Bohnenkraut
Dill
Kapuzinerkresse
Kerbel
Knoblauch
Koriander
Ringelblumen
Tagetes



(Kapuzinerkresse)

KRÄUTER UND BLUMEN

BESONDERHEITEN DER EINJAHRESKRÄUTER

Basilikum

(Lichtkeimer! Samen wird nur leicht am Boden angedrückt))

Aussaatzeit: im März in Töpfen vorziehen, ab Mai mit 30cm Abstand auspflanzen.

Guter Partner zu: Kürbis, Tomaten, Gurken.

Besonderheiten: braucht sonnigen geschützten Platz.

Gesundheitliche Eigenschaften: aufmunternd, seelisch kräftigen und entkrampfend. Es führt in die eigene Körpermitte und ist eines der besten Anti-Stress-Öle. Entkrampfend auf Magen und Darm. Nervenberuhigend.

Bohnenkraut

Aussaatzeit: ab Mai in Reihen von 20-25cm bis Juni Folgesaaten (Lichtkeimer!).

Guter Partner zu: Buschbohnen.

Besonderheiten: mehrjähriges Bohnenkraut ist etwas herber und kräftiger. Verträgt viel Feuchtigkeit. Größte Würzkraft ist vor der Blüte, bleibt auch im getrockneten Zustand sehr würzig.

Gesundheitliche Eigenschaften: /

Borretsch

Aussaatzeit: Aussaat im April.

Wo er sich wohl fühlt, samt er sich jedes Jahr selbst aus.

Guter Partner zu: Erdbeeren.

Besonderheiten: lockt Bienen an. Junge Blätter pflücken und einfrieren, auch die Blüten können gegessen werden.

Gesundheitliche Eigenschaften: blutreinigend, nerven beruhigend, herzstärkend.

Enthält Kieselsäure - gut gegen Rheuma.

Dill

Aussaatzeit : April in kurzen Reihen mit 30cm Abstand bis Juli 1x im Monat.

Guter Partner zu : Gurken, Möhren.

Besonderheiten : Gegenseitige Bestäubung.

Frische Blätter nach Bedarf Ernten. Nicht zu Fenchel!

Trocknen oder in luftdichtem Gefäß aufbewahren.

Gesundheitliche Eigenschaften: regt die Magenschleimhaut an, löst Blähungen, wirkt krampflösend.

Kamille

Aussaatzeit : März - April.

Guter Partner zu: Zwiebeln als Zwischensaat fördert sie das Aroma und Wachstum.

Gesundheitliche Eigenschaften: schweißtreibend, entzündungshemmend, krampfstillend.

Kapuzinerkresse

Aussaatzeit: ende März bis Mai

Guter Partner zu: Kartoffeln, Tomaten, Radieschen, Rettich und Rosen.

Besonderheiten: hält Blattläuse von Obstbäumen fern. Auch abwehrend gegen Ameisen, Schnecken und Raupen.

Blüten, Blätter und Knospen sind essbar.

Gesundheitliche Eigenschaften: kräftigend, leicht abführend, enthält Antibiotische Substanzen und Schwefel.

Kerbel

Aussaatzeit: ende März bis Mai in 2 -3 Folgesaaten.

Guter Partner zu: Salat.

Besonderheiten: am Rande von Beeten gepflanzt, soll es vor Schnecken Ameisen und Mehltau schützen und den Salat zart halten. Braucht schattigen Platz und feuchten Boden. Bei Trockenheit gießen. **Gesundheitliche Eigenschaften:** stoffwechselanregend, blutreinigend.

Knoblauch

Aussaatzeit : kann während des ganzen Jahres gepflanzt und geerntet werden. Einzelne Zehen ca. 2,5 cm tief einpflanzen.

Guter Partner zu: allen Blumen, besonders Rosen und Phlox und vor allem zu anderen Knollenpflanzen.

Als Untersaat zu Tomaten hält er die Braunfäule ab.

Besonderheiten: gehört botanisch zur Familie der Liliengewächse und zum Zwiebelgemüse.

Pilz verhütende und Blattlaus vertreibende Wirkung.

Als Stärkungsmittel gegen Schädlinge.

Knoblauchjauche: 500g frisch zerhackte Zehen
auf 10l vergären lassen,
1-3 Wochen stehen lassen,

abseihen und verdünnt auf den Boden spritzen.

Gesundheitliche Eigenschaften: pilzhemmend und krebsvorbeugend, blutverdünnende und herzkräftigende Wirkung.

Senkt Blutdruck, Cholesterin, Triglyzeride. Stimuliert das Immunsystem. Wirkt abschwellend auf die Nasenschleimhaut. Lungenschutz.

Koriander

Aussaatzeit: April - Mai an Ort und Stelle aussäen.

Guter Partner zu: /

Besonderheiten: bevorzugt sonnigen und warmen Standort. Ernte von August bis September.

Gesundheitliche Eigenschaften: blähungstreibend, leberstärkend.

Ringelblumen

Aussaatzeit: April - Mai sät sich auch von selbst aus.

Guter Partner zu: allen Pflanzen

Besonderheiten: siehe auch Ringelblumensalbe unter Sommeraktionen. Ständig verblühtes abschneiden verlängert die Blütezeit.

Gesundheitliche Eigenschaften: leicht abführend, wund heilend, wirkt gesundend auf den ganzen Körper.



(Ringelblume)

EIGENE NOTIZEN:

Ringelblumen Safran: Die Blütenblätter abzupfen und in einem warmen Raum trocknen lassen. In Gläser oder pergamentTüten aufbewahren. Früher wurde mit dem „falschen“ Safran Butter + Käse gelb gefärbt. Für Suppen, Kräuterbutter, Tee + Risotto, während der Blütezeit frisch verwenden!

Ringelblumenöl -getrocknete Blüten in kl. Glas füllen mit bestem Öl auffüllen. Kühl + Dunkel aufbewahren. Für Suppen Saucen +Salat.

Anis = Antibakteriell

Fenchel=

Chinesischer Beifuß = Artemisia Pflanze gegen Malaria

KRÄUTER UND BLUMEN

BESONDERHEITEN DER EINJAHRESBLUMEN

Noch einige Tipps zur Pflege:

- Diese blütenreiche Gewächse brauchen meist einen sonnigen Platz.
- Guten, humusreichen Boden.
- In der Hauptwachstumszeit ab Juni, etwas Zusatzdünger z.B. Brennnesseljauche.
- Zu viel Dünger bringt mehr Blätter als Blüten.
- Je sorgfältiger alles verblühte entfernt wird, desto reicher und länger blühen sie.

Akelei

(auch -Elfenschuh genannt)

Aussaatzeit: sät sich leicht selbst aus.

Besonderheiten: alte Bauerngartenblume.

Liebt einen halbschattigen Platz.

Blütezeit: Mai bis Juni

Bechermalve

Aussaat: April

Besonderheiten: passen gut ins Staudenbeet, alte Bauerngartenblume.

Gauklerblume

Aussaat: April

Besonderheiten: abenteuerlich getigerte Blume, Halbschatten bevorzugt. Nach der ersten Blüte zurückschneiden.

Blüte: Juni - Oktober

Jungfer im Grünen

Aussaatzeit: März - Mai, oder auch im Herbst.

Guter Partner zu: Rosen, Kohl, Salat.

Besonderheiten: Sät sich leicht selbst aus.

Getrocknet für schöne Blumengestecke verwendbar.

Kalebassen

Aussaatzeit: März - April oder Ende Februar vorziehen.

Besonderheiten: wenn sich der Fruchtstängel gelb färbt, können sie mit Stiel geerntet werden. Brauchen eine lange Trocknungszeit! Schimmelflecken lassen sich mit Salz oder Essigwasser entfernen. Wachs bringt sie zum Glänzen.

Minikalebassen - sehen hübsch als Schlüsselanhänger aus.

Rittersporn

Aussaatzeit: März bis April (**giftig**- nicht bei kleinen Kindern)

Besonderheiten: Vorsicht bei Schnecken sehr beliebt!

Der Einjährige stellt keine besonderen Ansprüche. Herbstaus-saaten sind sehr empfehlenswert.

Sonnenhut

Aussaatzeit: März ins Frühbeet, April ins Freiland.

Besonderheiten: lange haltbare Schnittblume. Unter günstigen Bedingungen überwintern die Pflanzen ein 2. Mal.

Strohblume

Aussaat: ab April.

Blüte: Juli - Oktober

Besonderheiten: vertragen nicht zu viel Nässe.

Für schöne Trockensträuße geeignet. Schneiden, wenn die Blüte sich gerade zu öffnen beginnt. Kopf unter zum Trocknen aufhän-gen.

Tagetes

Aussaat: März - April

Besonderheiten: wichtige Blume im Garten.
Es gibt ein großes Angebot an verschiedenen Sorten!



Guter Bodendecker und gute Schädlingsabwehr.

Partner zu: Tomaten, Kartoffeln, Petersilie.

Zinnie

Aussaat: an März auf der Fensterbank, April ins Freiland.

Besonderheiten: guter Partner zu Tagetes.

Beliebte Beet- und Schnittblume.

Gladiole

Blühfreudigste und haltbarste Schnittblume, in Gruppen gepflanzt sind sie Mittelpunkt der einjährig blühenden Stauden.
Einpflanzzeit: April/Mai - in Abständen von 8-14 Tagen, so blühen sie unterschiedlich lang.

Pflanzmerkmale: flache Seite der Knolle kommt nach unten, 8 cm tief, im Abstand von 8 cm. Sonniger Platz.

Stützhilfe erforderlich. Vertragen sich überhaupt nicht mit Erdbeeren, Äpfel, Kartoffeln.

Schnitt: nur voll geöffnet und am Morgen schneiden.

Überwinterung: in Holzasche gelegt schützt vor Feuchtigkeit
Lichtschächte sind hervorragende Winterlager.

Besonderheiten: vor Pilzbefall schützt ein Heißwasserbad, evtl. mit etwas Knoblauchextrakt, in das die Knolle für etwa 25 Min. in 50°C heißes Wasser gehängt wird. Temperaturkontrolle!
Braucht viel Dünger.

ZWEIJÄHRIGE KRÄUTER

Kümmel

Aussaat: April - Spätsommer. (Lichtkeimer!)

Guter Partner zu: Kartoffel, Gurken, Rote Beete.

Besonderheiten: lässt sich gut trocken aufbewahren.

Botanische Familie der Doldenblüher. Im 2.Jahr hohe Stängel mit Blütenständen und im Spätsommer reift der Samen.

Gesundheitliche Eigenschaften: enthält viele ätherische Öle und Gerbstoffe. Magenstärkend und vertreibt Blähungen.

EIGENE NOTIZEN:

Petersilie

Wurzelgemüse - botanische Familie der Doldenblütler.

Aussaatzeit: Blatt - März bis August

Wurzel - März bis Mai

Im Juli ausgesät keimt sie am besten.

Keimdauer: Optimale Keimtemperatur beträgt 18-25°C,
gleichmäßig feucht halten!

Setztiefe: 1-2 cm tief säen.

Reihenabstand: bei Wurzelpetersilie ca.30cm, in der Reihe auf ca. 8cm vereinzeln, bei Blattpetersilie in Horsten oder Reihen

Reifezeit: Blätter von Frühjahr bis Herbst.

Wurzeln von Oktober bis Dezember.

Standort: sonnig, tief gelockerter humoser Boden.

Partner: Zwiebel, Porree, Knoblauch, Tomaten, Rettich,
Rote Beete, Radieschen, Ringelblumen, Tagetes.

Unverträglichkeiten: mit Petersilie. Auf mind. 4 Jahr sollte nicht an gleicher Stelle eingesät oder bepflanzt werden.

Ebenso unverträglich mit Kopf- und Pflücksalat, Rettich und Radieschen.

Nicht anbauen nach Sellerie, Möhren, Dill, Fenchel, Liebstöckel, Kerbelrüben und andere Doldenblüher.

Düngung: je nach Boden im Frühjahr bis zu 5l Kompost pro m².

Besonderheiten: kleine Petersilienblättchen gelten bei Schnecken als Delikatesse!

Lagerung: kleine Mengen sind 2-3 Wochen im Kühlschrank haltbar. Getrocknet verliert sie ihr Aroma.

Gesundheitliche Eigenschaften: ätherische Öle, Vitamin C, Karotinoide, Biophenole, Folsäure, Mineralstoffe wie Kalium, Calcium, Eisen.

Harntreibende, blutreinigende Wirkung.

MEHRJÄHRIGE KRÄUTER (Blütenpflanzen)

Generell:

- Aussaat im Kasten oder direkt auf gut vorbereitete Beete. Später in die Zwischenräume von anderen Kulturen fördert es die positive Wechselwirkung.
- Stecklingsvermehrung = Spitztriebe einer Pflanze schneiden und im Frühbeet in leicht sandiger Erde bewurzeln lassen.
- Teilung = Teilen des Wurzelstockes bei kräftigen Pflanzen z. B. bei Schnittlauch.
- Pflanzung durch Wurzelasläufer z. B. bei der Pfefferminze.
- Gute Pflege durch regelmäßiges Lockern der Erde und ausreichende Düngung mit Kompost.
- Rückschnitt stets tagsüber und bei warmer Witterung, bei feuchtem Wetter droht Mehltau.
- Ende Juni können folgende Kräuter zurück geschnitten werden - Majoran, Zitronenmelisse, Pfefferminze, Salbei, Estragon, Liebstöckel, u.v.a. mehr.
- Frostempfindliche Pflanzen müssen vorzeitig abgedeckt werden.



(Salbei)

Baldrian

Liebt trockenen halbschattigen Boden, sucht sich seinen Lieblingsplatz im Garten auch von selbst.

Aussaatzeit: März - April, am besten für den Anfang Jungpflanzen nehmen. Teilung im Frühjahr oder Herbst.

Gesundheitliche Eigenschaften: beruhigend für Herz und Nerven, gegen Schlaflosigkeit. Nicht bei Leberleiden verwenden!!

Beinwell

Aussaatzeit: im zeitigen Frühjahr. Setzlinge brauchen viel Platz.

Guter Partner : wirkt heilend auf den ganzen Garten, gutes Mulchmaterial, für kräftigende Pflanzenjauche optimal.

Besonderheiten: liebt lichten Schatten von Obstbäumen und bleibt jahrelang am gleichen Platz. Blätter können oft **geschnitten werden und wachsen immer wieder nach**.

Gesundheitliche Eigenschaften: Wurzeln dienen als Breiaufgabe zur Wundheilung von Quetschungen und rheumatischen Beschwerden. Enthält Allantoin - fördert die Zellneubildung. Ebenso entzündungshemmend und blutstillend. Nur äußerlich anwenden!!!

Beinwellsalbe siehe unter Sommeraktionen.

Bohnenkraut

Aussaatzeit: April - Mai, direkt ins Freiland

Guter Partner zu: Bohnen

Besonderheiten: Triebspitzen entfernen, vor Frost schützen. Alle 3-5Jahre neu versetzen.

Ernte das ganze Jahr über, vor Blütebeginn.

Gesundheitliche Eigenschaften: verbessert die Verdauung, wirkt schleimlösend, regt das Nervensystem an.

Gilt auch als Aphrodisiakum.

Brennnessel

Guter Partner: als Vorgänger zu Erdbeeren, die Wurzeln lockern den Boden und sorgen für Humus.

Besonderheiten: gut zur Düngung und Schädlingsabwehr. Wächst bevorzugt an feuchten Stellen und Wasseradern. Strauch dient der Schmetterlingseiablage!

Gesundheitliche Eigenschaften: hoher Eisengehalt, blutreinigende Wirkung, reich an Vitamin C und A. Enthält Calcium, Phosphor.

Fenchel

Aussaatzeit: im Herbst oder Frühjahr.

Besonderheiten: Fremdbestäubung vermeiden, deshalb nicht in die Nähe von Koriander, Kümmel, Dill.

Unverträglich mit Tomaten.

Gesundheitliche Eigenschaften: verdauungsfördernd, gut bei Verdauungsstörungen, harntreibend.

Das Öl wird für Parfüms verwendet.

Lavendel

Aussaatzeit: ab Mai. Am besten Setzlinge im Abstand von 30 x 30 cm. Für buschiges Wachstum Mitte des Frühjahres leicht stutzen und nach dem Abblühen bis ins Holz am Ansatzpunkt der Blütentriebe schneiden. Zu stark geschnittener Lavendel erfriert leicht.

Guter Partner zu: Rosen ? neu überprüfen!

Besonderheiten: vertreibt Motten, Ameisen, Läuse. Gewürzkraut.

Gesundheitliche Eigenschaften: reich an ätherischen Ölen, Harz, Gerbstoffen. Wirkt beruhigend, krampflösend und nervenstärkend. Erfrischt bei Müdigkeit und Abgeschlagenheit.

Hilft bei Insektenstichen, Verbrennungen und Hefepilzbefall.

Antiseptische und schmerzstillende Wirkung.

Rezepte mit Lavendel siehe unter Sommeraktionen.

Liebstöckel / Maggiekraut

Aussaatzeit: März -April, am besten Jungpflanzen.

Platzwechsel alle 3-4jahre zwecks Verjüngung.

Besonderheiten: als Einsiedlerpflanze bevorzugt sie einen Extraplatz. Die in ihr enthaltenen Gerb- und Bitterstoffe sind in hohen Dosen auch für den Menschen gefährlich(Mäusegift!). Rückschnitt Ende Juni damit sie nicht blüht, sonst verlieren die Blätter ihren Geschmack.

Gesundheitliche Eigenschaften: nach Hildegard von Bingen hilft es gegen Husten und Halsentzündung, Gicht und Wassersucht, Wunden und Geschwüren. Harntreibend. Menstruationsfördernd.

Für die Germanen galt Liebstöckel als Mittel gegen Unwetter, Hexerei und andere üble Zauberkräfte. Wer sich die Fußsohlen damit bestrich, war vor Schlangenbissen geschützt.

Im Mittelalter wurde das Maggiekraut zum Liebeszauber eingesetzt.

Majoran

Aussaatzeit: im März unter Glas oder ab Mai direkt ins Freiland. Jungpflanzen sind von Vorteil. Wird meist einjährig kultiviert.

Guter Partner zu: Zwiebeln.

Besonderheiten: liebt viel Wärme. Triebspitzen entfernen fördert den kompakten Wuchs. Ab Juli können die Blätter frisch geerntet werden.

Gesundheitliche Eigenschaften: magenstärkend, fäulnishemmend.

EIGENE NOTIZEN:

Meerrettich



Botanische Familie der Kreuzblütler

Aussaatzeit: März - April,
am besten Jungpflanzen.

Stecklings Vermehrung: Wurzel in 15cm
lange Stecklinge schneiden und einpflan-
zen.

Guter Partner zu: Kartoffeln.

Treibt durch seine scharfen Ausdünstungen Drahtwürmer und
Kartoffelkäfer in die Flucht. Am besten an die Ecke vom Beet.

Besonderheiten: Nach 3 Jahre am gleichen Platz muss er wan-
dern, danach darf er 10 Jahre nicht mehr an den gleichen Platz.
Kann das ganze Jahr über ausgegraben werden.

Tee wird oft gegen Manila (Fruchtfäule) an Steinobst empfohlen.

Meerrettichtee - Zubereitung:

250-300g frische Blätter + Wurzeln klein hacken

1l heißes Wasser übergießen

24 Std. ziehen lassen und abseihen, mit
abgekochtem Wasser im Verhältnis 1:10

verdünnen und alle 2Wochen spritzen.

Beize zur Stärkung von jungem Gemüse und Blumensämlingen
(Umfallkrankheit).

Zubereitung: 100g Meerrettichwurzeln

24 Std. in 1l handwarmen, abgekochtem Wasser
einlegen. Gut umrühren!

Gesundheitliche Eigenschaften: reich an Kalium, Calcium, Vita-
min C, Natrium, Vitamin B, Magnesium.

Wirkt stoffwechsellanregend, appetitfördernd und schleimlösend

Pfefferminze

Aussaatzeit: am besten Jungpflanzen oder Stecklingsvermehrung.

Guter Partner zu: Kohl und Kopfsalat.

Besonderheiten: sehr anspruchslos. Breitet sich leicht aus, deshalb Begrenzung notwendig. Nach Bedarf Ernten und Trocknen.

Gesundheitliche Eigenschaften: Leber und Galle anregend. Magenstärkend.

Rosmarin

Aussaat: Mai. Am besten Jungpflanzen - sie können jederzeit eingesetzt werden.

Partner zu: Salbei.

Besonderheiten: schweren Boden durch Anreicherung von Kies lockern. Unbedingt vor Frost schützen! Kann das ganze Jahr über geerntet werden. Stutzen im Frühjahr oder auch älteste Drittel der Triebe am Boden herausnehmen.

Gesundheitliche Eigenschaften: belebend, stärkend, den Kreislauf anregend.

Salbei

Aussaatzeit: Februar - März aussäen oder am besten Jungpflanzen oder durch Ablegergewinnung = heruntergezogene Zweige, die sich bewurzeln (Absenker).

Guter Partner zu: Bohnen, Fenchel, Kohl, Rosmarin.

Besonderheiten: größter Aromagehalt ist kurz vor der Blüte, auch Erntezeit. Wehrt Schnecken, Läuse, Raupen ab. Gut als Randbepflanzung geeignet. Bunten Salbei vor Frost schützen.

Gesundheitliche Eigenschaften: antibakterielle, schleimlösende Wirkung. Antiseptische Eigenschaften. Vor allem bei Zahnschmerzen, Zahnfleischbluten und Nachtschweiß. Gegen Halsschmerzen frisches Blatt zerkauen, nicht mehr als 3Stck. am Tag!

Schnittlauch

Aussaatzeit: ab März direkt ins Freiland.

Gut wachsen und hübsch anzusehen im Blumenbeet oder als Beetfasser.

Besonderheiten: unverträglich mit Buschbohnen, Erbsen, Kohl, Spargel und Tomaten. Der Austrieb wird durch regelmäßigen Rückschnitt gefördert. Lässt sich gut einfrieren - getrocknet verliert er an Geschmack.

Gesundheitliche Eigenschaften: reich an Kalium, Calcium, Vitamin A und anderen Mineralstoffen. Appetitanregend, magenstärkend und blutbildende Eigenschaften.

Thymian

Aussaatzeit: ab April ins Freiland säen oder auch durch Stecklingsvermehrung. Jungpflanzen in Töpfen können jederzeit ausgepflanzt werden.

Guter Partner zu: lockt nützliche Insekten an.

Besonderheiten: Triebspitzen regelmäßig entfernt verhindert ein „hochschießen“.

Gesundheitliche Eigenschaften: krampflösende, harntreibende und desinfizierende Eigenschaften.

Wacholder

Aussaatzeit: am besten Jungpflanzen setzen.

Besonderheiten: für Beeren sind männliche und weibliche Pflanzen notwendig.

Die Beere galt in vielen Landstrichen als heilig. Zweige über der Tür sollten gegen Hexerei und Gespenster helfen. Der Rauch galt als beruhigend und krankheitsvorbeugend.

Gesundheitliche Eigenschaften: Beeren werden zur Gewürz- und Verdauungshilfe verwendet. Wacholderöl regt die Haut- und Muskeldurchblutung an. Nicht für Schwangere und Nierenkranke!

Waldmeister

Aussaatzeit: am besten Jungpflanzen.

Besonderheiten: gedeiht gut im Schatten, in lockerere humusreicher Erde.

Gesundheitliche Eigenschaften: zur Blütezeit Blätter als Schlaftee trocknen. Im Mai zur Bowle.

Wermut

Aussaatzeit: Jungpflanzen im Mai.

Guter Partner nur zu Johannisbeeren oder alleinstehend.

Besonderheiten: sonnigen Standort. Abgeschnittene Pflanzteile nicht auf Kompost.

Zu Johannisbeeren als Mulchmaterial!

Gesundheitliche Eigenschaften: Appetitanregend, Verdauungsfördernd. Macht Speisen leicht verdaulich.

Magentee, bei Stauungen im Leber - Galle Bereich.

Enthält ätherische Öle, Absinthin, Gerb- und Bitterstoffe.

Ysop

Aussaatzeit: im Mai, 25 x 30 cm. Durch Stecklinge für späteren Nachwuchs sorgen.

Lockt viele nützliche Insekten an. Wehrt Schnecken, Läuse und Raupen ab.

Besonderheiten: Ernte kurz vor oder während der Blüte.

Gesundheitliche Eigenschaften: wirkt magenstärkend, Verdauungsfördernd.



(blühender Schnittlauch)

Gute Paare sind:

- Rittersporn und Bartritis (hohe Schwertlilie)
- Staudenrittersporn und Iris
- Rosen und Lavendel, Salbei, Thymian,
- Gurkenkraut, Jungfer im Grünen.
- Akelei (Elfenschuh) und Basilikum und Veilchen.

Eisenhut

Er zählt zu **den giftigsten Pflanzen Europas!**

Wurzeln sind hochgiftig!!! Wenn dann unbedingt mit Handschuhen arbeiten!!!

Farne

Älteste Pflanze der Erde. Direkte Vorfahren vor 150 Millionen Jahren.

Pfingstrosen

Möchten am liebsten immer den gleichen Platz, windgeschützt und in der Sonne.

Nicht tiefer als 5 cm einpflanzen.

Nur oberflächlich hacken.

Erste Bodenschicht kann im Herbst vorsichtig durch Kompost ersetzt werden. Bei Bedarf gegen Frost mit großem Eimer schützen.



Staudenphlox

Immer in kleinen bzw. Dreiergruppen pflanzen, um kümmerwuchs vorzubeugen.

Ringelblume und Tagetes als Untersaat beugt Älchenbefall vor.

Liebt Halbschatten, in leicht saurem Boden.

Knoblauch lässt ihn kraftvoll erblühen.

Stockrosen

Mögen viel Platz an einem sonnigen Ort.

Bei sofortigem zurückschneiden nach der Blüte und einer Kompostgabe kann sie lange Jahre ausdauern.

Tränendes Herz

Liebt humusreichen Boden und Schatten.

Vermehrung durch Teilung.

Waldlilie

Für den Schatten, sind schön weiß blühend.

EIGENE NOTIZEN:

NICHTWINTERHARTE BLUMEN

Begonien

Auspflanzzeit: Februar - März in lockerer Erde.

Am besten halbschattig, öfter düngen und Brennnesseljauche. Zum Überwintern Laub abschneiden und gereinigte Knollen in Sandkisten frostfrei lagern.

Canna

Ab März in einem warmen Raum vortreiben. Brauchen sonnigen geschützten Standort. 1-2x im Sommer düngen. Nach dem ersten Frost Laub entfernen und frostfrei lagern.

Dahlie

Für frühe Blüte in großen Töpfen vortreiben. Ab Mitte Mai direkt ins Freiland setzen. Pflanzen gleich mit Stützpfehl einsetzen. Triebknospen sollten nicht tiefer als 2 -3 cm in der Erde liegen.

Überwinterung in Holzasche.

EIGENE NOTIZEN:

Oleander - Stecklinge wurzeln -





Aubergine
Buschbohnen
Erbsen
Grünkohl
Grünpargel
Gurke
Karotten
Kartoffel
Lauch
Mangold
Paprika
Rhabarber
Rote Beete
Salat
(Blattsalat,
Endivien,
Feldsalat)
Schwarzwurzel
Tomaten
Topinambur
Zuckermais
Zucchini
Zwiebel

AUBERGINE

Botanische Familie der Nachtschattengewächse.



SORTEN: „Lange Violette“,
„Sperlings Blacky“, „Black Beauty“.
Frühe Sorten verlängern die Erntezeit.

AUSSAATZEIT:

Februar - März auf der Fensterbank.
April zum Abhärten ins Frühbeet, ab Mai ins Freiland.

SAATTIEFE: 0,5cm - nur bedecken.

KEIMDAUER: 10 -20 Tage.

AUSPFLANZZEIT: ab Mitte Mai.

REIHENABSTAND: 60cm.

STANDORT: in kühlen Gebieten den Boden durch abdecken mit Folie vor dem Auspflanzen erwärmen oder ganz unter Folie.

PARTNER: /

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: wie Tomaten.

ERNTE - UND REIFEZEIT: beginnt im August. Früchte abschneiden bevor sie ihre leuchtende Farbe verlieren.

Verzweigen sich die Pflanzen nicht von selbst, andernfalls bei 23cm Höhe die Endspitzen entfernen. Sobald 5 Blüten angesetzt haben die Restblüten entfernen.

LAGERUNG: /

BESONDERHEITEN: sicher Stützen. Haupttriebe festbinden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: Schutz der Arterien vor Cholesterinschäden. Krebs hemmende Eigenschaften.

Enthält Vitamin A+C, Magnesium, Phosphor, Kalium, Natrium, Calcium.

EIGENE NOTIZEN:

BUSCHBOHNEN

(Fruchtpflanze / Schwachzehrer)

Botanische Familie der Schmetterlingsblütler.



SORTEN: sehr früh - „Marona“,
früh - „Maxi“,
mittel spät - „Maja“,

AUSSAATZEIT: Mitte April im Frühbeet
oder nach den Eisheiligen im Mai bis Mitte
Juli.

SAATTIEFE: 2 Samen ca. 5cm tief pro
Pflanzloch.

KEIMDAUER: 10 -14 Tage / 2 - 4 Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: Mai bis Juli.

REIHENABSTAND: 30 cm.

STANDORT: liebt warmen Boden.

Relativ trockenheitsverträglich.

PARTNER: Gurken, Salat, Kartoffeln, Tomaten.

Bohnenkraut oder Kapuzinerkresse vertreibt die Bohnenlaus.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: mit Fenchel, Erbsen, Knoblauch,
Lauch, Zwiebel.

DÜNGUNG: da Bohnen Stickstoff binden, brauchen sie kaum
zusätzlichen Dünger.

ERNTE - UND REIFEZEIT: sie werden gepflückt, wenn sie jung
und zart sind. Nicht abreißen - abpflücken! Sonst wachsen weni-
ger Früchte nach.

LAGERUNG: sie lassen sich gut einfrieren, einkochen, trocknen
oder in Salz einlegen.

BESONDERHEITEN: Wichtig ist, dass die Bohnen gute Wur -
zelballen bilden. Rohe Bohnen sind giftig und sollten nie ungegart
verzehrt werden. Das in ihnen enthaltene Phasin ist eine in grö-
ßeren Mengen giftige Verbindung, die erst durch Kochen zer-
stört wird.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthalten hochwertiges Eiweiß, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin A, B.

Senken von negativem Blutcholesterin, krebshemmende Stoffe, blutdrucksenkend, gegen Darmbeschwerden, gut für Diabetiker.

EIGENE NOTIZEN:

ERBSEN

(Fruchtpflanze/ Schwachzehrer)

Botanische Familie der Schmetterlingsblütler.



SORTEN:

sehr früh - „kleine Rheinländer“, „Maiperle“,
(halten schon mal Nachtfröste bis - 6°C aus).

früh - „Schwarze Riese“, (gut für Zaunberan-
kung)

mittel - „Wunder von Kalvedon“,

spät - „Markana“, „Maxigold“, „Alderman“,
„Senator“.

Zuckererbsen - „Sweet Golden“.

AUSSAATZEIT: ab März.

SAATIEFE: 8 - 10 cm tief gesät, bleiben sie gleich „statthaft“
im Boden.

KEIMDAUER: /

PFLANZZEIT: nachdem die Frostgefahr vorüber ist oder
spezielle Fröhsorten.

REIHENABSTAND: in Einzelreihen, so dass der Wind gut
durchwehen kann.

STANDORT: erst nach 5 - 6 Jahren wieder auf den gleichen
Platz. Relativ trockenheitsverträglich.

PARTNER: zur Zwischenpflanzung eignen sich Radieschen,
Kohlrabi, Salat oder Fenchel.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: mit Kartoffeln und mit sich selbst,
sowie Zucchini, Gurken, Möhren, Zwiebel und Bohnen, Lauch und
Kartoffel.

DÜNGUNG: mulchen mit gut verrottetem Kompost.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Mai bis Oktober.

Bei Zuckererbsen wird alles verzehrt als Gemüse oder Salat.

Nach der Ernte Laub abschneiden, aber Wurzeln im Boden
lassen, so dass der Stickstoff freigesetzt werden kann.

LAGERUNG: am besten gleich nach der Ernte verzehren. Ausgereifte Früchte lassen sich bis zum Winter aufbewahren. Gut zum Einfrieren geeignet.

BESONDERHEITEN: brauchen jedes Jahr einen neuen Platz und dürfen erst nach 5-6 Jahren auf den „Alten“.

Zum Abstützen und zum Hochranken 1,20m lange Äste neben den Pflanzen in den Boden setzen.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: höchster Eiweißgehalt von allen Gemüsearten.

Reich an Magnesium, Calcium, Phosphor, Eisen, Vitamin ABC.
Cholesterinspiegel senkend.

EIGENE NOTIZEN:

GRÜNKOHL

(Blattpflanze / Starkzehrer)



SORTEN:

niedrig wachsend - „niedrig grüner Krauser“
mittelhoch - „Westerländer Halbhoher“,
meist sehr ertragreich.
hoch - „Arpad“.

AUSSAATZEIT: April - Mai.

SAATTIEFE: 15cm flache Rillen.

KEIMDAUER: 5-8 Tage /4-6Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: Juli.

REIHENABSTAND: 45cm nach allen Seiten.

STANDORT: gedeiht auch an halbschattigen Plätzen.

PARTNER: guter Vorgänger sind Frühkartoffel.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Keine guten Nachbarn sind Zwiebel, Erdbeeren, Knoblauch.

DÜNGUNG: vor dem Auspflanzen Beet mit Kompost gut versorgen.

ERNTE -UND REIFEZEIT: zuerst die jungen zarten Blätter aus der Pflanzenmitte, später Rest nach Bedarf den ganzen Winter über.

LAGERUNG: überwintert auf dem Beet und die Blätter werden nach Bedarf abgepflückt. Vollständige Ernte im Frühjahr.

BESONDERHEITEN: wenig anfällig für Schädlinge. Kann auch im Kübel oder im Blumenkasten am Fensterbrett gepflanzt werden. Braucht den ersten Frost, damit er besser schmeckt. Im Frühling bilden sich oft noch zarte Sprossen für eine Nachernte.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: reich an Vitamin C, ebenso reich an Kalium, Calcium, Magnesium, Phosphor, Vitamin A und B. Hoher Gehalt an Senfölglykosiden = wehren Erkältungen und Infektionen ab.

Ebenso Bakterien und Viren abtötend. Hemmen das Wachstum von Mikroorganismen und verringern das Darmkrebsrisiko (enthalten in den meisten Kohllarten!). Beugen Magenbeschwerden vor. Stimuliert das Immunsystem.
Hoher Karotingehalt. Fördert das Wachstum bei Kindern.

EIGENE NOTIZEN:

GRÜNSPARGEL

(Botanische Familie der Liliengewächse)



SORTEN: am besten kleine Jungpflanzen.
Rein männliche Sorte mit hohem Ertrag „Lukulus.“

AUSSAATZEIT: April 2,5 cm tief.

SETZTTIEFE: 15 cm tief.

KEIMDAUER: /

AUSPFLANZZEIT: April – gut wässern.

Für die fleischigen Wurzelstöcke einen ca.

40 cm breiten Graben 25cm tief ausheben. In die Mitte Kompost an häufeln. Seesternähnliche Spargelwurzel mit 40 cm Abstand einbetten und die Erde wieder auffüllen, so dass die Wurzelköpfe etwa 15 cm unter der Erdoberfläche liegen.

REIHENABSTAND: 1. Jahr 7-8cm. Folgejahr 30cm Abstand.

STANDORT: braucht viel Sonnenschein und gute Wasserversorgung.

PARTNER: Gurke, Petersilie, Tomaten.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Knoblauch, Zwiebel.

DÜNGUNG: vor dem Pflanzen Hornmehl, reichlich Kompostbeigabe.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Mai - Juni. 15-20cm aus dem Boden gewachsene Stängel werden dicht an der Oberfläche abgeschnitten. Ernteschluss ist der 24.Juni.

LAGERUNG: lässt sich gut einfrieren.

BESONDERHEITEN: Braucht viel Platz im Garten.

Volle Ernte erst nach 3 Jahren. Nach 7-8 Jahren neues Beet anlegen.

Stängel brauchen nicht geschält zu werden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

reich an Vitamin A und C.

EIGENE NOTIZEN:

GURKEN

(Fruchtpflanze/ Starkzehrer)

Botanische Familie der Kürbisgewächse



SORTEN: für Salat z.B. - „Riesenschäl“.

AUSSAATZEIT: ab Ende April im warmen Treibbeet. Mitte Mai ins Freiland - am besten abends auspflanzen.

SAATTIEFE: in ca. 5 cm tiefe Mulde mit dicker Kompostschicht zudecken. Nach 5-6 Blättern Mulde schließe

KEIMDAUER: 5-12 Tage/ 6-8Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: Mai, nie vor den Eisheiligen.

REIHENABSTAND: 60 cm.

STANDORT: hochziehen an einem Rankgerüst ist gleichzeitig Platz sparend.

PARTNER: Dill, Bohnen, Lauch, Kohl, Basilikum, Kohlrabi.
Zwiebeln, Rote Beete.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: mit Tomaten, Radieschen.

Schlechte Nachbarn sind Kartoffeln.

DÜNGUNG: Beet im Herbst oder zeitigen Frühjahr mit Kompost düngen.. Ab Juli alle 2 Wochen gut mit Kompost versorgen.

ERNTE- UND REIFEZEIT: zeitiges schneiden und regelmäßige Ernte fördert die Fruchtbildung.

LAGERUNG: am besten gleich verzehren.

BESONDERHEITEN: unter Sonnenblumen gepflanzt bringt höhere Ertragbarkeit. Immer einige Pflanzen mehr - falls nicht alle ankommen.

Niedriges Rankgerüst, damit Regen gut abtropfen kann.

Nur morgens gießen - kein kaltes Wasser - Gurken schmecken sonst bitter.

Gurken nur mit Messer oder Schere ernten.

Eigenes Saatgut sollte 2 - 3 Jahre alt sein.

Brennnesseljauche während der Hauptwachstumszeit zur Stärkung.

Seitentriebe bis auf 2 Blätter zurückschneiden. Triebspitzen entfernen, wenn sie die Rankhöhe erreicht haben.

Vorsicht bei Pflegearbeiten wie hacken etc., da Gurken Flachwurzler sind.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthält Natrium, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin A B C.

EIGENE NOTIZEN:

Indische Netzgurke - süßer-mehr Früchte

KAROTTEN

(Wurzelgemüse/ Mittelzehrer)

Botanische Familie der Doldenblütler



SORTEN: früh - „Fanal“,
spät - „Rothild“,

Saatband mit 3 verschiedenen Sorten
bringt unterschiedliche Erntezeiten.

AUSSAATZEIT: ab März.

(Samen ist frosthart)

SAATTIEFE: 2-3 cm, brauchen guten Bo-
denschluss, anklopfen mit der Schaufel.

KEIMDAUER: 3-4 Wochen / 3 Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: siehe Aussaatzeit.

REIHENABSTAND: 20cm.

STANDORT: in Mischkultur zu Zwiebel und Lauch.

Gegen Möhrenfliegen Karotten dort säen wo vorher Lauch
stand.

PARTNER: Zwiebel, Schnittlauch, Dill kann zur besseren Kei-
mung mit in die Rille gesät werden.

Günstige Vorfruchtwirkung hat Lauch, Bohnen, Salat.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: mit Spinat!

DÜNGUNG: vor der Aussaat keinen frischen Kompost!
Holzasche ist sehr gut.

Während des Wachstums mit Rainfarntee übergießen.

ERNT- UND REIFEZEIT: bei abnehmendem Mond.

Das Laub immer mit der Hand abdrehen.

LAGERUNG: im kühlen Keller oder Erdmiete, in Sand, Moos
oder Torf. Immer frisch ernten. Vor strengem Frost Winter-
möhren in Sandeinschlag im Keller lagern oder einfrieren, einwe-
cken, oder auch als Saft konservieren.

BESONDERHEITEN: nach dem Aussäen gut feucht halten.
Braucht lange zur Keimung.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

Karotinoide hemmen das Krebsrisiko. Cholesterin senkend.
Beugt Verstopfung vor.

Reich an Vitamin A. Enthält Natrium Kalium, Calcium, Vitamin B,
Magnesium.

EIGENE NOTIZEN:

KARTOFFEL

(Wurzelpflanze / Starkzehrer)

Botanische Familie der Nachtschattengewächse.



SORTEN: Frühkartoffel - „Sieglinde“
Mittelfrüh - „Climax“, „Desiree“.
Einkellerung - „Hansa“.

AUSSAATZEIT: je nach Sorte

SAATTIEFE: 15 cm

KEIMDAUER: /

AUSPFLANZZEIT: je nach Sorte März bis Mai.

REIHENABSTAND: 30 cm zwischen den Knollen, 50 cm die Reihe.

STANDORT: vollsonnige windgeschützte Lage. Mit guter Kompostgabe, können sie lange Jahre am gleichen Platz gepflanzt werden. Lieben leicht sauren Boden.

PARTNER: Beinwell als Mulchdecke liefert Kali - gut für die Knollenbildung.

Fingerhut tut den Kartoffeln gut. Jedoch - Vorsicht! Wenn Kinder im Garten sind.

Als Begleitpflanzung mit Tagetes und Ringelblume oder als Mischkultur hat sich gut bewährt.

Kümmel wirkt sich gut auf das Aroma aus.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Tomaten.

DÜNGUNG: bleiben die Beete am gleichen Platz wie im Vorjahr = mit Kompost düngen. Keinen Kalk verwenden, da Kartoffeln sauren Boden bevorzugen. Als Mischkultur Gelbsenf.

Als Begleitpflanzung gegen Bodenmüdigkeit Tagetes und Ringelblumen.

ERNTE - UND REIFEZEIT: je nach Sorte Juni bis November.

LAGERUNG: bei +4 bis ca. +7C.

Nicht zusammen mit Obst lagern!

BESONDERHEITEN: gute Vorgänger für Erdbeeren, Grünkohl, Rosenkohl.

Meerrettich in jede Ecke des Kartoffelbeetes soll vor Kartoffelkäfer und „bösen Geistern“ schützen.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: krebshemmende Wirkung. Enthält Natrium, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin ABC.

EIGENE NOTIZEN:

Süßkartoffeln :

LAUCH - PORREE

(Blattpflanze/Starkzehrer)

Botanische Familie der Liliengewächse.



SORTEN: früh - „Hilari“
mittel - „Bavaria“, „Hannibal“,
Winterporree - „Winterriesen“,
„Blaugrüner Winter“.

AUSSAATZEIT: Anfang März bis April.

SAATTIEFE: 1-2 cm tiefe Rillen.

KEIMDAUER: 12-24 Tage / 2-3 Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: Mai - Juni.

REIHENABSTAND: 15cm Abstand.

STANDORT: im Herbst schon vorbereiten.

Sonnigen Platz. Hoher Wasserbedarf.

PARTNER: zu Schwarzwurzel, Tomaten, Erdbeeren, Salat.

Sellerie u. Karotten hält die Lauchfliege fern.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Bohnen, Erbsen, Rote Beete.

DÜNGUNG: reichlich Kompost oder Dung.

ERNTE - UND REIFEZEIT: früh = August- September
mittel = September - November
spät = Dezember - April

LAGERUNG: auf dem Beet lassen u. bei Bedarf Ernten.

In rauen Wintern Stangen herausnehmen u. in Haus nähe bis zum Verbrauch dicht einschlagen.

BESONDERHEITEN: Beet Vorbereitung = ca. 20cm tiefen Gräben ziehen, dort die Setzlinge einpflanzen. Nach und nach Gräben einebnen und nachfolgend im August an häufeln, damit die Stangen kräftiger werden. Darauf achten, dass keine Erde in die Blattscheide fällt. Zu späten Karotten setzen.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: die enthaltenen Sulfide stärken das Immunsystem, beeinflussen die Blutgerinnung, hemmen die Ablagerung von Cholesterin, beugen der Arterienverkalkung vor und fördern den Verdauungsablauf (auch in Zwiebeln enthalten) .

Reich an Vitamin A. Ebenso enthalten sind Vitamin BC, Kalium, Calcium, Eisen, Phosphor.

EIGENE NOTIZEN:

MANGOLD

(Blattpflanze/Schwachzehrer)

Botanische Familie der Gänsefußgewächse



SORTEN: Stielmangold - „Glatter Silber“,
Schnittmangold - „Grüner
Schnitt“, (kälteverträglich).

Zweijährig - „Lukullus“,

AUSSAATZEIT: für Sommerernte - April
für Winterernte - Juli

SAATTIEFE: 2-3cm tiefe Rillen

KEIMDAUER: 15-20 Tage/ 3-4 Jahre keimfähig,

SETZTIEFE: ausgedünnte Pflanzen in versetzten Reihen.

REIHENABSTAND: alle 30 cm je 2 Samen.

STANDORT: Halbschatten von Vorteil. Braucht nährstoffrei-
chen feuchtigkeitsspeichernden Boden.

PARTNER: Buschbohnen, Möhren, Kohlarten.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: Kompost reicht aus.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Stielmangold - Juli bis Februar.
Schnittmangold - Mai bis Januar.

Von jeder Pflanze nur die äußeren Blätter pflücken, wenn sie
noch jung und zart sind, so wachsen neue Blätter nach.

LAGERUNG: /

BESONDERHEITEN: vor Frost geschützt kann Mangold bis in
den Winter geerntet werden.

Guten Schutz bietet ein Gemüsefließ oder, und trockenes Stroh
oder Laub um das Beet herum.

Besonders sinnvoll ist biologischer Anbau, da Mangold Nitrat
speichert.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

Reich an Kalium, Calcium, Vitamin AC.

EIGENE NOTIZEN:

PAPRIKA

(Fruchtpflanze/ Starkzehrer)

Botanische Familie der Nachtschattengewächse



SORTEN: z.B. „California Wonder“, „Merit“.
Gewürzpaprika „Ceyenne“.

AUSSAATZEIT: ab März im Treibbeet oder auf der Fensterbank warm.

Ab 20. Mai im Freiland.

SAATTIEFE: Samen nur leicht bedecken.

KEIMDAUER: 15 -30 Tage, Samen über Nacht einweichen.

SETZTIEFE: /

REIHENABSTAND: ca. 50 x 50 Abstand

PFLANZZEIT: Setzlinge ab Ende Mai ins Freibeet.

DÜNGUNG: gut vordüngen.

Wöchentliche Kompostgabe oder Algenpräparat.

REIFEZEIT: ab August bis zum ersten Frost.

STANDORT: warmer Sonnenplatz und windgeschützt.

Braucht nicht viel Platz zum Anbau.

Relativ trockenheitsverträglich.

PARTNER: /

UNVERTRÄGLICHKEITEN: muss noch erprobt werden.

BESONDERHEITEN: braucht viel Wärme. In rauen Gegenden am besten unter Folienschutz oder ins Frühbeet. Wenn sie voll ausgereift sind, erreichen sie den hohen Gehalt an Vitamin C.

Pflanze zweitriebig gezogen fördert den Ertrag.

LAGERUNG: Gewürzpaprika - kann auf einem Rost in der Sonne getrocknet und in luftdichten Behältern aufbewahrt werden.

Konservierung auch in Essig möglich.

Gemüsepaprika kann auch eingefroren werden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthält Karotinoide, die krebshemmend sind. Reich an Vitamin A+ C, E. Kalium und Eisen.

Chilipaprika = Lungenreiniger, beugt Bronchitis vor, gegen Sekretstau. Stimmt euphorisch und betäubt Schmerzen.

EIGENE NOTIZEN:

„Elefanten Chili“

RHABARBER

Botanische Familie der Knöterichgewächse



SORTEN: reichhaltige Auswahl wie z. B. „HolsteinerBlut“, „RotstieligerViktoria“, „Elmsjuwel“.

AUSSAATZEIT: Samenvermehrung lohnt nicht.

Am besten Jungpflanzen setzen.

SETZTIEFE: /

KEIMDAUER: /

AUSPFLANZZEIT: Februar - Juli

REIHENABSTAND: 90 - 1,20m im Umfang.

STANDORT: gut durchlässigen Boden. Braucht viel Platz, sonst sehr anspruchslos. Verträgt auch leichten Schatten unter Obstbäumen.

Hoher Wasserbedarf

PARTNER: Mischkultur - Spinat.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: nach der Ernte. Nach Absterben der Blätter im Herbst gut mit Kompost versorgen. Im Herbst nur wenn es sein muss in Mulche von Pferdemist.

ERNTE- UND REIFEZEIT: nach dem 2.Jahr ab April.

Ernte hört etwa Mitte Juni auf.

Nie die ganze Pflanze kahl schneiden.

LAGERUNG: als Marmelade sehr zu empfehlen.

BESONDERHEITEN: bevorzugt leicht sauren Boden. Blütentriebe sofort entfernen. Kann gut 8 - 12 Jahre an gleichem Platz stehen. Durch Teilung verjüngen. Frühe Ernte und schnelles Wachstum werden erreicht, wenn bei den Triebknospen ein Eimer übergestülpt wird.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

enthält Kalium, Calcium, Vitamin C, Magnesium.

EIGENE NOTIZEN:

ROTE BEETE

(Wurzelgemüse/ Mittelzehrer)

Botanische Familie der Gänsefußgewächse.



SORTEN: „Ägyptische Plattrunde“,
„rote Kugel“.

AUSSAATZEIT: März bis Juli alle 3 Wochen.

SAATTIEFE: /

SETZTIEFE: /

REIHENABSTAND: auf 8cm ausdünnen.

KEIMDAUER: 10 - 20 Tage / 4-5Jahre keimfähig. Zur guten Keimung sind Temperaturen

von mindestens 7°C nötig.

PFLANZZEIT: siehe Aussaatzeit.

DÜNGUNG: reichlich gut verrotteten Kompost oder Stalldünger. Frischer Dünger kann leicht den Geschmack verderben.

REIFEZEIT: Mai - November.

STANDORT: tiefer, nährstoffreicher Boden und genügend Feuchtigkeit.

PARTNER: Bohnen, Zucchini, Zwiebel, Dill.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Tomaten, Kartoffeln, Mais, Lauch, Gurken, Erbsen, Spinat.

BESONDERHEITEN: wachsen nicht, wo vorher Tomaten standen. Blätter können wie Spinat zubereitet werden. Häufiges hacken fördert das Wachstum. Mit Beinwellbrühe übergießen fördert die Wurzelbildung.

Schnitt mit Messer oder Schere - nur am Laub, damit sie nicht „ausblühen“. 5cm an der Knolle stehen lassen.

LAGERUNG: Kann gut ohne Qualitätsverlust den Winter über in Kisten an frostfreiem kühlen Platz gelagert werden oder in Essig einlegen.

Bei Verletzungen kann die Frucht „ausbluten“.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: Schutz gegenüber Strahlung z. B. nach Röntgenaufnahmen.

Blutbildende Eigenschaften. Enthält Vitamin ABC, Natrium, Eisen, Calcium, Magnesium, Phosphor. Enthält neben diversen Vitaminen und Mineralstoffen auch das Spurenelement Zink, das immunstärkend wirkt. Der reichlich enthaltene rote Pflanzenfarbstoff gilt als guter Radikalfänger.

EIGENE NOTIZEN:

GRÜNER BLATTSALAT

(Blattpflanze/ Mittelzehrer)

Botanische Familie der Korbblütler.



SORTEN: früh - „Larissa“,
mittel - „Neckarriesen“
Sommersalat - „Attraktion“
Pflücksalat - „Erdblatt“, „Red Salat Bowl“.

AUSSAATZEIT: ab Februar ins Frühbeet.
Letzte Aussaat August.

SAATTIEFE: /

KEIMDAUER: 7-15 Tage/3-5 Jahre keimfähig.

SETZTIEFE: /

AUSPFLANZZEIT: Mai

REIHENABSTAND: etwa 30 cm.

STANDORT: Blattsalat braucht gut durchlässigen Boden. Benötigt kein eigenes Beet, sondern kann als „Lückenfüller“ gepflanzt werden. Pflücksalat z. B. als Beet Einfassung.

PARTNER: zu Pfefferminze.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: mit Petersilie /Sellerie.

DÜNGUNG: keine großen Ansprüche.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Jungpflanzen brauchen 5-7 Wochen bis sie voll ausgebildet sind.

Brunnenkresse braucht viel Schatten, Feuchtigkeit speichernden Boden und viel Wasser, da sie in der freien Natur oft an Bächen wächst. Ernte ist von Juli bis November - Blüten beim Erscheinen entfernen.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthält Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen, Vitamin ABC.

EIGENE NOTIZEN:

ENDIVIENSALAT

(Blattpflanze /Mittelzehrer)

Botanische Familie der Korbblütler.



SORTEN: Salat für Spätsommer, Herbst und Winter.
gut lagerfähig - „Escariol“,
lange haltbar - „grüner Escariol“,
„Bubikopf“, „feingekrauster Frisee“.

AUSSAATZEIT: Juni / August.

SAATIEFE: in flachen Rillen.

KEIMDAUER: 14 -21 Tage / 4- 5 Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: siehe Aussaatzeit.

REIHENABSTAND: ca. 30 cm.

STANDORT: Halbschatten, da er in der Sonne leicht ausbleicht

PARTNER: Lauch, Fenchel, Kohlarten.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Fruchtwechsel dreijährig.

DÜNGUNG: braucht nährstoffreichen Boden.

3 Wochen vor der Aussaat mit Kompost oder Hornmehl düngen.

ERNTE -UND REIFEZEIT: Oktober - Februar.

LAGERUNG: Trocken geerntet und mit den Wurzeln in feuchtem Sand eingeschlagen, können im Keller die letzten Köpfe gelagert werden. Kann roh und gekocht zubereitet werden.

BESONDERHEITEN: /

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthält Natrium, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin ABC.

EIGENE NOTIZEN:

FELDSALAT

(Blattpflanze / Schwachzehrer)

Botanische Familie der Baldriangewächse.



SORTEN: früh - „Etampes“,
„Holländischer Breitblättriger“,
spät - „dunkelgrüner Vollherziger“,
„Valentin“.

AUSSAATZEIT:

Anfang August bis September.

SAATTIEFE: etwa 0,5cm.

KEIMDAUER: 7 -15 Tage / 3 - 5Jahre keimfähig.

REIHENABSTAND: ca. 15 cm, nicht zu dicht.

STANDORT: auf Beete die im nächsten Jahr für Gemüse vorgesehen sind, besonders Karotten, Rote Beete, Mangold.

PARTNER: Untersaat zu Grünkohl, Rosenkohl, Stangenbohnen.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: genügend Kompost geben.

ERNTE - UND REIFEZEIT: /

LAGERUNG: /

BESONDERHEITEN: Abgedeckt mit einem transportablen

Frühbeet Kasten o. ä. erleichtert im Winter die Ernte.

Feldsalat kann auch als Gründüngung eingesät werden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: enthält viel Betacarotin für die Sehkraft, Eisen fürs Blut und Magnesium, das Herz, Muskeln und Nerven stärkt.

Reich an Vitamin A. Enthält außerdem Kalium, Calcium, Phosphor, Natrium, Vitamin B und C.

EIGENE NOTIZEN:



SCHWARZWURZEL

(Wurzelgemüse / Mittelzehrer)

Botanische Familie der Korbblütler



SORTEN: einjährige - „einjährige Riesen“.
zweijährig - „Hoffmans schwarze Pfahl“.

AUSSAATZEIT: März.

SAATTIEFE: dünn in 2cm tiefen Rillen.

KEIMDAUER: 15 - 25 Tage /

1- 2Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: /

REIHENABSTAND: 30cm, 5cm in der Reihe.

STANDORT: brauchen tiefen gelockerten Boden.

Gute Vorkultur sind Kartoffeln.

PARTNER: Kohlrabi, Kopfsalat, Lauch.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: gut mit Kompost des Vorjahres.

Keine frische Düngung!

ERNTE - UND REIFEZEIT: im November.

LAGERUNG: in feuchtem Torf oder Sand an frostfreiem Platz.

BESONDERHEITEN: braucht ausreichende Lockerung des Bodens. Bei der Ernte grundsätzlich zu beachten ist, dass die Wurzel leicht abbrechen kann. Deshalb vor der ersten Reihe Graben ausgraben und die Wurzel vorsichtig herausdrücken.

Werden die Blüten herausgebrochen - kann die Wurzel ein 2.Jahr im Boden bleiben.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

Für Zuckerkrankte sehr empfehlenswert, da sie Inulin enthalten. Reich an Kalium, Calcium. Die reichlich enthaltenen Bitterstoffe wirken harn- und schweißtreibend. Weitere Inhaltsstoffe sollen entspannen und den Schlaf fördern.

EIGENE NOTIZEN:

TOMATEN

(Fruchtgemüse / Starkzehrer)

Botanische Familie der Nachtschattengewächse.



SORTEN: früh - mittelfrüh „Rote Lämpchen“, „Azur“, sonstige - robuste „Tecoh Tepee“, „Hank“. frühe Fleischtomate - „Marmade“.

AUSSAATZEIT: ab März im warmen Treibbeet.

SAATTIEFE: /

KEIMDAUER: 6 - 15 Tage/ 3-4 Jahre.

AUSPFLANZZEIT: nicht vor Mitte Mai einpflanzen.

Boden gut wässern. Bis zur reifen Tomate ca 60 Tage

REIHENABSTAND: 50x50 cm.

STANDORT: an der Südseite des Hauses, Mauer oder ähnlichem geschützt gut vor Wind und Regen. Aber auch auf dem Balkon oder für Pflanzgefäße geeignet.

Liebend gerne stehen sie jahrelang auf dem gleichen Platz.

Am besten in der Mittelreihe, so können andere Pflanzen von ihrer stärkenden Wirkung profitieren. Vorsicht vor Sonnenbrand oder Austrocknung! Braucht Schutz vor extremer Nässe und zu starkem Wind. Zuviel Wasser und Regen lässt die Tomaten platzen.

PARTNER: Sellerie, Kapuzinerkresse oder Tagetes als Boden Decker hält Blattläuse und andere Insekten fern.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Kartoffeln, Rote Beete, Erbsen und Fenchel.

DÜNGUNG: da sie zu den Starkzehrern zählen, am besten alle 2 Wochen flüssig düngen oder Kompostdüngung angereichert mit Hornspänen evtl. eine Handvoll getrockneter Brennnessel oder mit Brennnesseljauche gießen oder Spezialkompost aus Pflanzenresten ihrer vorjährigen Geschwister.

Tomatenkompost = zerkleinerte Pflanzenreste aus

dem Vorjahr in einem extra Kompostsilo (am besten an Ort und Stelle) zerkleinerte oder kleingehackte Brennnessel und Beinwellblätter zugeben. 1-2handvoll mit Erde vermischt unter die Tomatenwurzeln geben.

ERNTE - UND REIFEZEIT: 2-3 Monate (Juli - Oktober).

LAGERUNG: kann gut eingefroren und eingemacht werden. Siehe auch unter Sommeraktionen.

BESONDERHEITEN: Knoblauchunterpflanzung schützt vor Braunfäule. Abschneiden der Blätter schwächt den Ertrag. Kein kaltes Wasser zum Gießen verwenden.

Tomatenblätter gegen Erdflohbefall bei Radieschen oder gegen Ameisen und Kohlflye.

Angießen mit lauwarmem Wasser erleichtert den Start von Setzlingen und Ablegern. Dadurch wird das umgebende Erdreich ein wenig angewärmt, so ist der Umpflanzschock nicht so groß ist. Von außen her das Gießwasser an den Wurzelballen bringen. Rank- und Stützhilfen für die Triebe. Stützen der Stängel fördert die Blütenbildung.

Geiztriebe bei Tomaten sind auszukneifen, jedoch darf nicht zu viel herumgeschnitten werden, da dies der Speicherung von Kohlenhydraten und Eiweiß in den Früchten und Blüten dient.

Nach dem 5. - 6. Blütenstand alle noch erscheinenden Blätter entfernen, da die später gebildeten Früchte nicht mehr ausreifen.

Geplatze Schalen werden verursacht durch unregelmäßiges gießen.

Tomatenblätterwasser hilft gegen Kohlweißlinge.

TOMATEN

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: das in der reifen Tomate enthaltene Thyramin hebt die Stimmung, ebenso verjüngende und belebende Wirkung.

Schützt vor Krebs und beugt Infarkten vor.

Besonders reich an Lykopin, welches das Risiko von Prostatakrebs, Lungen- und Magenkrebs vermindert.

Olivenzugabe steigert die Verwertbarkeit der enthaltenen Lykopen.

Enthält Karotinoide, die ebenfalls das Krebsrisiko hemmen.

Außerdem soll es die Spermienbeschaffenheit deutlich verbessern.

EIGENE NOTIZEN:

Tomatenfachfrau „Heidi Jung“ Ffm Oberrad 137 Sorten

„Rote Murmeln“ - braucht keine Rank Hilfen!

„Gelbe Johannisbeer Tomate“ braucht auch keine Rank Hilfe etc. sondern wuchert z.b. am Gartenzaun.

„Berner Rose“ Fleischtomate rosafarben

„Yellow Submarine“

Melone - Zuckermelone fürs Freiland
Sonnig + windgeschützt vorziehen!
Charentais Melone "Jerac"
www.gartenjournal.net

TOPINAMBUR

(Wurzelpflanze)



SORTEN: frühe - „Gigant“, „Henriette“
(ab Juli).

späte - „gute Gelbe“.

AUSSAATZEIT: im November oder zeitigem
Frühjahr (Mitte Februar bis Mitte April) .

SETZTIEFE: 5-10 cm tief.

KEIMDAUER: Mindestkeimtemperatur 7°C.

AUSPFLANZZEIT: siehe Aussaatzeit.

REIHENABSTAND: je nach Sorte in Reihen von 30 - 50cm
oder 70 - 100cm.

STANDORT: sonnig. Gedeiht auf jedem Gartenboden.
Guter Sicht und Windschutz!

PARTNER: /

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: braucht keine Düngung - nur auf magerem Boden.
Im Frühjahr wenn nötig Kompost zugeben.
Stickstoffdüngung bringt viele kleine Knöllchen.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Spätsommer.

Alle Knollen, die nicht geerntet werden treiben im Frühjahr wieder aus und müssen ausgedünnt werden, damit es eine erntefähige Knollengröße gibt.

Ernte bei abnehmendem Mond.

BESONDERHEITEN: einfacher Anbau. Sonnenblumenähnliche bis zu 3m hohe Pflanze. Solange die Pflanze klein ist anhäufeln, bei Bedarf gießen.

Im 2. Jahr ausdünnen.

LAGERUNG: Da sie Frost gut vertragen überwintern sie im Beet und werden bei Bedarf geerntet.

In feuchtem Tuch eingewickelt und an einem kühlen Ort aufbewahrt halten sie als Vorrat ca.8 Tage.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: reich an Fruchtzucker und Mineralsalzen (gute Diabetikerkost).

Enthält Eiweiß, Kalium, Magnesium, Calcium, Phosphor und Eisen.

Vitamin B1, etwas Vitamin C.

Es entlastet Leber und Galle und Bauchspeicheldrüse und gilt als Naturheilmittel bei Verdauungsbeschwerden.

Immunsystem stabilisierend. Beugt Allergien vor.

Vorzüge: macht fast ohne Kalorien satt, appetithemmend. Reguliert den Blutzuckerspiegel, so dass der Appetit auf Süßes ausbleibt.

Stärkt die Darmflora und fördert gesundheitsfördernde Bakterienarten.

<i>Zubereitung</i> = Roh	als Salat
Gedämpft	als Gemüse
Gekocht	als Suppe

In großen Mengen vertilgt, kann es zu großen Blähungen kommen, deshalb mit kleinen Mengen beginnen!

EIGENE NOTIZEN:

Topinambur-Tinktur - (Ansatz mit 60% Alcohol)

(zur Darmsanierung - Schlackenstoffe)

5-8-Trpf vor der Mahlzeit

ZUCKERMAIS

(Fruchtpflanze / Starkzehrer)



SORTEN: z.B. „Golden Bantam“, „Rainbow Inka“.

AUSSAATZEIT: März bis Mai in Folgesaaten ausgesät ergibt eine längere Ernteperiode

SETZTIEFE: 5cm tief in Furchen, Körner in 10cm Abstand.

KEIMDAUER: /

AUSPFLANZEIT: siehe Aussaatzeit.

REIHENABSTAND: mindestens 20 - 50 cm.

STANDORT: braucht viel Sonne und kräftigen Boden.

PARTNER: Bohnen, Gurken, Melonen oder am Rande von Kartoffeln.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Rote Beete, Sellerie.

DÜNGUNG: mit Beinwell- und Brennnesseljauche übergießen.

ERNTE - UND REIFEZEIT: braucht Windbestäubung und deshalb in der Nachbarschaft die eigene Art.

LAGERUNG: lässt sich gut einfrieren oder süßsauer einlegen.

BESONDERHEITEN: bei „Rainbow Inka“ können sich die Pflanzen stark verzweigen. „Golden Bantam“ kann in der Milchreife zum Kochen, Braten und Grillen geerntet und roh gegessen werden.

Bei „Rainbow Inka“ können die getrockneten Körner den ganzen Winter über geknabbert werden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

Enthält Kalium, Natrium, Phosphor, Magnesium, Eisen, hoher Vitamin A Gehalt, Vitamin B.

EIGENE NOTIZEN:

ZUCCHINI

(Fruchtpflanze/ Starkzehrer)

Botanische Familie der Kürbisgewächse



SORTEN: früh - „Diamant“,
gelbe Früchte - „Goldfieber“,
Kletterzucchini - „Black Forest“,
(Ernte bis zum 1.Frost).

AUSSAATZEIT: März-April, in ca. 8cm
Töpfchen je 2 Samen, die schwächere Pflanze
später entfernen. Mitte Juni 2.Aussaat ins
Freiland ist gut für eine Folgeernte.

SAATTIEFE: /

KEIMDAUER: 5-10 Tage / 3-4 Jahre keimfähig.

AUSPFLANZZEIT: Mai-Juni.

REIHENABSTAND: ca. 60cm nach allen Seiten.

STANDORT: warmes Plätzchen.

Nicht auf den Kompost - laugt ihn aus.

PARTNER: Zwiebel, Rote Beete, Mais.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: /

DÜNGUNG: reichlich guten Kompost einarbeiten.

Ab Juli alle 2 Wochen mit flüssigem Algenpräparat.

ERNTE - UND REIFEZEIT: ab Juli - Oktober ab ca. 15cm
länge ernten.

LAGERUNG: /

BESONDERHEITEN: Wenige Pflanzen reichen aus. Nachdem
man das Beet mit Kompost gedüngt hat, legt man ein schwarzes
Flies darauf und setzt in die Pflanzlöcher die kleinen Pflanzen.

Ernte nur mit Messer oder Schere, nie abreißen!

Abstützen, wenn nötig.

Gegen Pilzkrankheiten mit Schachtelhalmbrühe spritzen.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN: Krebsrisiko senkend.

EIGENE NOTIZEN:

ZWIEBEL

(Wurzelpflanze/ Mittelzehrer)

Botanische Familie der Liliengewächse.



SORTEN: Frühlingsaussaat - „Ontario“,
Steckzwiebeln - „Stuttgarter Riesen“,
Überwinterungszwiebel - „Sensyn Yellow“
(auch gut zur Lagerung)

AUSAATZEIT:

ab März / April = Sommerzwiebel

Juli = Überwinterungszwiebel

SAATTIEFE: Setztiefe - nicht zu tief ins Beet.

Oberstes Drittel sollte noch aus dem Boden schauen.

KEIMDAUER: 3-5 Tage/ 2-3jahre keimfähig.

Die kleinsten Steckzwiebeln bringen die größte Ernte.

REIHENABSTAND: 20 - 25 cm

STANDORT: Mischkultur zu Schwachzehrern.

Relativ trockenheitsverträglich.

PARTNER: Erdbeeren, Dill, Möhren, Spinat.

Kamille fördert das Aroma und Wachstum.

UNVERTRÄGLICHKEITEN: Bohnen, Erbsen, Kohl.

DÜNGUNG: im Frühjahr eine Handvoll Hornmehl pro m² ausbringen. Nie mit frischem Mist oder stickstoffreichem Dünger düngen.

ERNTE - UND REIFEZEIT: Ende Juli, wenn das Laub vergilbt und sich von selbst umlegt.

Juni / August = Überwinterungszwiebel

Sommerzwiebel

LAGERUNG: Zum Trocknen auf ein erhöhtes Sieb oder Drahtgeflecht legen.

Für den Wintervorrat zu einem Zopf gebunden an einem luftigen Ort im Keller aufhängen. Die Luftfeuchte sollte unter 60% liegen.

BESONDERHEITEN: In Erdbeeren vertreibt die Zwiebel Erdbeermitmilben u. Erdbeerälchen, sowie Verhinderung des Grauschimmels.

Wurzeln im Boden gelassen reichern bei der Verrottung den Boden mit günstigen Stoffen an.

Laub der Zwiebel zur Reifebeschleunigung im Herbst niemals umknicken, stattdessen Zwiebelreihen vorsichtig lockern damit die Wurzeln abreißen.

Gedörrte Steckzwiebeln sollen besser wachsen, dazu legt man die Zwiebelchen in die Nähe vom Ofen zum dörren (nicht höher als 50°C.).

Mit Zwiebelschalentee Äpfel eingesprüht, halten diese doppelt so lange (pilzhemmende Wirkung).

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN:

Blähungstreibend, beruhigend. Fördert günstiges HDL Cholesterin, Blutverdünnend, Blutzuckerregulierend, tötet Bakterien ab, befreit die Bronchien von Sekretstau. Scharfes Antibiotikum.

EIGENE NOTIZEN:

„Roskoff“ - alte Zwiebelsorte¹





(Himbeeren am Strauch)

Brombeeren
Erdbeeren
Heidelbeeren
Himbeeren
Johannisbeeren
Stachelbeeren
Weintrauben

BROMBEEREN

(Selbstfruchtbar) Botanische Familie der Rosengewächse.



SORTEN= z. B. „Bromba Delikato“.

PFLANZZEIT= früher Winter.

PFLANZBEDINGUNGEN= am besten am Draht züchten, so bekommen sie gut Licht- und Erntebedingungen.

Düngung mit Kompost im späten Winter. Algendünger oder Stallmist beugt Eisenmangel vor.

ERNTE= Sommer - Spätsommer.

NACH DER ERNTE= Schnitt.

BESONDERHEITEN= Junge Triebe nie abschneiden sie sind die Fruchtträger für das kommende Jahr! Mindestens 2m hoch stehen lassen.

Zweige die genügend Früchte getragen haben, können bei ausreichender Menge am Boden abgeschnitten werden.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= Hoher Gehalt an Karotin. Reich an Calcium, Kalium, Vitamin ABC.

EIGENE NOTIZEN:

Botanische Familie der Rosengewächse.

SORTEN= mittelfrühe -z. B. „Senga- Sengana“.

PFLANZZEIT= Gießperiode beginnt mit der Blüte.

PFLANZBEDINGUNGEN= Beet sollte vorher mindestens 5 Jahre keine Erdbeeren als Vorgänger gehabt haben. Gute Vorgänger sind Bohnen, Kartoffeln.



Da der Ertrag alle 3-4 Jahre nachlässt, sollte die Kultur dann erneuert werden.

Sie gedeihen besonders gut in Gemeinschaft mit Borretsch (sorgt für kräftiges Wachstum) oder Gurkenkraut.

Gute Versorgung mit Kompost, Mist und Waldkompost - denn Erdbeeren sind große Humusliebhaber!

ERNTE= immer mit dem Stiel pflücken, d.h. über den Kelchblättern abknipsen und erst kurz vor dem Verzehr entfernen.

NACH DER ERNTE= 1Handvoll Pottasche zur Düngung pro m².

BESONDERHEITEN= zur Vertreibung von Erdbeermilben und Grauschimmel hilft es Lauch oder Zwiebel dazwischen zu setzen. Gute Beet Vorgänger sind Brennnessel. Sie sorgen für die Lockerung des Bodens. Ebenso Frühkartoffel.

Eine Mulchdecke aus feingehäckseltem Strohschnitt schützt heranreifende Früchte vor Nässe und so vor Grauschimmel.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= krebshemmend, vi-
renzerstörend. Enthält Kalium, Calcium, Phosphor, Vitamin ABC, Natrium. Reich an Ballaststoffen, wirkt sättigend und cholesterinabbauend.

EIGENE NOTIZEN:

HEIDELBEERE

(Selbstfruchtbar) Botanische Familie der Heidekrautgewächse



SORTEN= sehr früh - „Bluetta“,
spät - „Coville“.

PFLANZZEIT= im Herbst oder zeitigem Winter mit 1.80cm Abstand.

PFLANZBEDINGUNGEN= brauchen viel Kali, daher ist Extradüngung notwendig.

Im zeitigen Frühjahr pro m² 1 Handvoll Pottasche.

Bei Gefahr starken Frostes unbedingt Frostschutz anbringen.

ERNTE= erst nach 3 Jahren oder länger erste Ernte.

Sind etwa 10 Tage nach der Blaufärbung richtig reif.

Zur Fruchtreife zum Schutz vor Vögel mit Netz schützen.

NACH DER ERNTE= Junge Pflanzen brauchen kaum geschnitten zu werden. Ab 3. Jahr Form geben. Alte verwahrloste Triebe können über dem Boden abgesägt werden. Düngung mit Kompost und Hornspäne.

BESONDERHEITEN= eignet sich für Hochbeet mit saurem Boden und sonnigen Standort, mit Torf und Kompost angereichert.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= tötet infektiöse Viren ab und bekämpft Durchfall. Bei manchen Menschen abführend wirkend. Verhindert Schädigung der Blutgefäße.

EIGENE NOTIZEN:

(Selbstfruchtbar) Botanische Familie der Rosengewächse.

SORTEN= mit 2x Früchte im Jahr tragend,
z. B. „Korbfüller“.

PFLANZZEIT= im Herbst oder zeitigem
Frühjahr.

PFLANZBEDINGUNGEN=

Abstand in Reihe 45cm, zwischen der Reihe
1,80m. Junge Triebe anbinden.

Untersaat Senf oder Kleearten wie Gelb Klee, Weißklee, Erd
Klee. Knoblauch als Nachbar schützt vor Grauschimmel und Ru-
tenkrankheit. Etwas Schatten wird toleriert.

ERNTE= je nach Sorte.

Die Früchte sind nur an einjährigem Holz.

Himbeeren mit Stiel geerntet verderben nicht so schnell.

NACH DER ERNTE= Himbeerschnitt nur bei trockenem Wet-
ter. Auf Rutenkrankheiten achten!

Abgeerntete Ruten jedes Jahr ausschneiden.

Bei Krankheitsbefall Kupferspritzung durchführen und geschnit-
tene Ruten verbrennen oder in Mülltonne!

Die abgetragenen Ruten sollten sofort entfernt werden.

Auslichten und junge Triebe hochbinden. Mit Kompost mulchen.

Düngen im späten Winter mit Kompost oder Mist.

BESONDERHEITEN= gegen den Himbeerblütenstecher helfen
einige Salatpflanzen als Fangpflanze zu setzen oder mittels
Fangtrichter zu fangen und anderweitig auszusetzen.

Fangtrichter = in großem Glas einen engen weiten Trichter aus
Papier in die Öffnung einbringen, unter die Himbeerruten halten,
klopfen und die Käfer fallen in den Trichter. Am besten morgens!

EIGENE NOTIZEN:



JOHANNISBEEREN

Botanische Familie der Steinbrechgewächse. Sie finden selbst im kleinsten Garten einen Platz.



SORTEN= rote - „Rote Vierländer“,
„Red Lake“,
weiße - „Weiße Versailler“,
schwarze - „Strata“.
Mischung aus schwarzen u. weißen:
„Jostabeere“.

PFLANZZEIT= am besten im Herbst oder zeitigen Winter.

PFLANZBEDINGUNGEN= Pflanzabstand ca. 1, 50cm. An einem sonnigem Platz. Hier fühlt auch der Wermut sich zu Hause und dient gleichzeitig als Abwehr gegen Säulchenrost.

Untersaat : Senf oder Klearten wie Gelb Klee, Weißklee, Erd Klee.

DÜNGUNG= 2Handvoll Dünger pro m². Brauchen viel Kalium.

ERNTE= ganze Trauben pflücken.

Einzelne Trauben mit der Gabel abstreifen. Lassen sich gut einfrieren oder zur Herstellung von Gelee, Saft oder Liköre verwenden.

NACH DER ERNTE =

BESONDERHEITEN= Selbstfruchtbar.

Fremdbestäubung fördert jedoch den Ertrag, deshalb am besten 2 verschiedene Sorten pflanzen.

Sie tragen am 2 bis 3jährigenHolz.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= reich an Calcium, Kalium, Magnesium, Vitamin ABC, Eisen.

EIGENE NOTIZEN:

STACHELBEEREN

(Selbstfruchtbar) Botanische Familie der Steinbrechgewächse.

SORTEN= je nach Sorte -grün, gelb, rot.

PFLANZZEIT= im Herbst oder frühen Winter

PFLANZBEDINGUNGEN= Sonnigen Platz.

Für sehr kalte Regionen ist eine Anpflanzung nicht so günstig.



Zur besseren Befruchtung sollten 2 verschiedene Sorten gepflanzt werden. Regelmäßiger Schnitt fördert den Ertrag.

ERNTE= immer mit dem Stiel ernten und erst kurz vor dem Verzehr entfernen.

Optimaler Partner zum Einmachen ist Kiwi.

NACH DER ERNTE= Beeren fruchten auf einjährigem Holz (helle Farbe).

Beste Zeit zum Schneiden ist im Dezember. Leittriebe jeden Winter um 1/3 zurückschneiden. Seitentriebe auf 2Knospen.

BESONDERHEITEN= eignen sich für den kleinsten Garten.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= Gut für die Augen und für Diabetiker. Hoher Vitamin C Gehalt.

EIGENE NOTIZEN:

WEINTRAUBEN

(Selbstfruchtbar)



SORTEN= wie z. B. "Frühe Malinger" oder „Blauer Portugießer“.

PFLANZZEIT= Herbst oder früher Winter.

Im Abstand von 1,50m.

Nach dem Pflanzen mit gutem Kompost oder Mist mulchen!

PFLANZBEDINGUNGEN= karger Boden - guter Wasserablauf. Reichlich organischen Dünger. Bei schlechtem Wuchs 2 Handvoll Hornmehl pro m².

ERNTE= Trauben sind reif, wenn sich die Stängel braun färben.

NACH DER ERNTE= an einem kühlen schattigen Platz gelagert halten sie sich etwa 1 Monat.

BESONDERHEITEN= Ausdünnungsschnitt mit einer Spezialschere.

GESUNDHEITLICHE EIGENSCHAFTEN= die enthaltene Ferulinsäure hat eine krebshemmende Wirkung. Ebenso enthalten sind Mineralien und Vitamine.

EIGENE NOTIZEN:



GENERELL
SCHNITTKALENDER
APFEL
KIRSCHEN
MIRABELLEN
PFIRSICH
PFLAUMEN
HASELNÜSSE

OBSTGARTEN UND GEHÖLZSCHNITT

(Fruchtpflanzen)

Generell:

- Schnitt, wenn möglich nur an trockenen Tagen.
- Werkzeug muss scharf sein, so dass glatte Schnittstellen entstehen.
- Nach dem Mondkalender - Schnitt nur an Fruchttagen bei abnehmendem Mond.
- Winterschnitt fördert - Sommerschnitt hemmt das Triebwachstum.
- Alle sich überkreuzenden und nach innen wachsenden Triebe werden entfernt.
- Zur Verhinderung der Bleiglanzkrankheit die Wunden mit Wundbalsam abdecken.
- Für eine reiche Ernte muss der Baum schon im Vorjahr mit Nährstoffen versorgt werden, z.B. Kräuterjauche mit Beinwell.
- Den Baum mit Flüssigdüngung versorgen.
Ungefähr Anfang /Mitte Juli: dazu Gräben oder Löcher graben, nicht tiefer als 30 cm und im Abstand zur halben Kronentraufe mit Kräuterjauche füllen.
- Bis Ende Januar frische Schafswolle statt Leimringe um den Stamm ziehen und vor dem Verbrennen schauen ob Nützlinge drin sind !
- Kreuzbestäubung = für den Fruchtansatz müssen 2 oder 3 Bäume in der Nähe stehen.
- Stammpflege mit Drahtbürste oder Rindenschrapper.

SCHNITTKALENDER

- Januar/Februar → Obstbäume, Johannis- und Stachelbeeren.
März/April → Rosen-Hauptschnitt, Immergrüne Hecken.
Juni/Juli/August → Laubabwerfende Hecken.
September → Himbeeren.
Oktober/November → Obstbäume, Rosenrückschnitt,
Johannis- und Stachelbeeren.

APFEL

Botanische Familie der Rosengewächse.

Sinnbild für Vollkommenheit, Frische und Gesundheit.

Braucht Ausdünnungsschnitt.

Kreuzbestäubung.

Bevorzugt sonnigen geschützten Platz.

Bei Spalieren = Sommerschnitt - Ende Juli voll entwickelte Seitenäste auf Blätter vom untersten Büschel kürzen.

Bei Alleinstehenden = Spätherbst oder zwischen Dezember und März.

Bei älteren Bäumen = Auslichtung an der Unterseite des Astes befindlicher Kurztriebe.

Gesundheitliche Eigenschaften: enthält Kalium, Eisen, Magnesium, Natrium, Vitamin ABC.

Stärkt das Immunsystem. Ferulinsäure wirkt krebsbekämpfend.



**„Ein Apfel gegessen vor der Nacht,
hat manchen Arzt zum Bettler ge-
macht.“**

OBSTGARTEN UND GEHÖLZSCHNITT

KIRSCHEN

Botanische Familie der Rosengewächse.

Nicht zu stark düngen und nicht zu stark Kalken!

Fruchtet an einjährigem Holz.

Kreuzbestäubung = Süßkirschen können auch von Sauerkirschen bestäubt werden.

Süßkirschen = Wachstum im Sommer muss in Grenzen gehalten werden. Nebentriebe auf ca. 5-6 Blätter kürzen..

Im Frühherbst auf ca. 3 Knospen zurückschneiden..

Bei erwachsenen Bäumen Kurztriebe auslichten, auch im Frühjahr. Brauchen 6-8 Jahre bis sie tragen.

Sauerkirschen - mögen Schatten.

Selbstfruchtbar z. B. Schattenmorellen.

Nach der Ernte ca. 1/4 der Fruchttriebe eines kräftigen Neutriebes zurückschneiden.

Gesundheitliche Eigenschaften: reich an Vitamin A und Kalium, Mineralien, Fruchtzucker und Fruchtsäure, Vitamin C,E, B1,B2,B6. Besitzen antibakterielle Stoffe gegen Karies.

Hoher Gehalt an Folsäure.

Enthält Biophenole - die vor Freien Radikalen schützen und so krebsvorbeugende Wirkung haben.

Ebenso krebsbekämpfende Wirkung hat die in ihnen enthaltene Ferulinsäure.

MIRABELLEN

Selbstunfruchtbar.

Die 4 Steinobstsorten können sich aber untereinander befruchten.

Braucht guten Boden, viel Sonne und Wärme.

PFLAUMEN

Botanische Familie der Rosengewächse.

Selbstfruchtbar.

Brauchen wenig beschnitten zu werden, nur Ausdünnung.

Sommerschnitt - nach der Ernte. An allen zu kräftigen, sich überkreuzenden oder zu dichten Trieben.

Eine nach unten zeigende Knospe stehen lassen oder ganz entfernen.

Gesundheitliche Eigenschaften: die in ihnen enthaltene Ferulinsäure hat eine krebsbekämpfende Wirkung.

Ebenso stark Abführend. Enthält Vitamin ABC, Kalium, Calcium, Magnesium.

PFIRSICH - NEKTARINEN

Botanische Familie der Rosengewächse

Selbstfruchtbare Sorten anbauen!

Ausreichend Düngen. Braucht viel Wärme und humusreichen Boden. Blüht von März bis April.

Trägt Früchte an einjährigem Holz und muss jedes Jahr zurück geschnitten werden.

„Bukett Triebe“ = kurze Triebe mit vielen Blüten, nicht zurückschneiden.

Entwickelt Fruchttriebe an denen Holzknospen und Blütenknospen in Büscheln zusammen sitzen.

„Falsche Fruchttriebe“ = nur mit Blütenknospen besetzt werden auf 1-2 Triebe zurück geschnitten.

Gesundheitliche Eigenschafte: enthalten Calcium, Kalium, Phosphor, Vitamin ABC.

OBSTGARTEN UND GEHÖLZSCHNITT

HASELNÜSSE

Flachwurzler - kann bis zu 100 Jahre alt werden.

Werden vom Wind bestäubt und brauchen einen Partner zur Bestäubung, deshalb verschiedene Sorten zusammenpflanzen. Auch als Schutzhecke geeignet.

Kräftiges Auslichten und Rückschnitt halten sie in fruchtbarer Form. 4-6 Hauptäste genügen. Früchte sitzen immer an jungen Trieben.

Pflanzloch = 80cm tief.

Abstand = 3- 4m.

Ernte = können mit der grünen Hülle geerntet werden.

Früchte trocken und luftig voll ausreifen lassen.

Vorsicht vor Schimmel!

Gesundheitliche Eigenschaften: Blutzuckerregulierend, Enthalten Natrium, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin ABC.

WALNÜSSE

Brauchen viel Platz, sonst sehr genügsam.

Ernteausfall nur, wenn die Blüte April/Mai durch späten Frost leidet.

Strenger Geruch der Blätter soll Mücken und Fliegen vertreiben.

Gesundheitliche Eigenschaften: enthalten Natrium, Kalium, Calcium, Phosphor, Magnesium, Eisen, Vitamin ABC.

Blutzuckerregulierend.

EIGENE NOTIZEN

„Apfelsorte“ - „Discovery“ - schmeckt nach Erdbeere!
“Albemene“



JANUAR

- Gartenplan für die kommende Saison entwerfen.
(Mischkulturen zusammenstellen)
- Wintergemüse und Lagerobst kontrollieren.
- Winterschutz bei empfindlichen Pflanzen prüfen.

EIGENE NOTIZEN

Immergrüne Pflanzen an frostfreien Tagen gießen.

- Winterschutz überprüfen.
- Pflanzzeit für Stauden und Ziergehölze, wenn der Boden nicht gefroren ist.
- Schnitt von Ziergehölzen - Spätsommerblüher wie z. B. Sommerflieder, Bartblume, Buschkiee.
- Besorgung von Saatgut für alle Frühjahrsaussaaten.
- Gemüsepflanzen = Anzuchtzeit für Tomaten, Paprika, Salat, Grünkohl.
Einsäen in Aussaaterde, später vereinzeln.
Vorsicht vor Austrocknung!
- Kübelpflanzen aus dem Winterschlaf holen.
- Knollenbegonien und Canna an einem hellem kühlen Platz vorziehen.
Ab Mai in´s Freie.
- Vorkultur von Einjahresblumen.
Sie erfreuen jedes Jahr mit ihrer langen Blütenpracht und lassen dem Gartenfreund die Möglichkeit mit Farben und Pflanzen zu experimentieren.
Einhjahresblumen mit ungewöhnlichen Namen wie „Gretel im Busch“ oder „Schnee auf dem Berg“ oder „Liebhaber der Nacht.“

EIGENE NOTIZEN:

MÄRZ

- ⤴ Hecken und Staudengehölze pflanzen.
- ⤴ Blumenbeete düngen.
- ⤴ GEMÜSEPFLANZEN
Gesät werden können: Möhren,
Petersilie, Rettich, Zwiebeln, Radieschen,
Spinat, Mangold, Erbsen, Salat.
- ⤴ Kräuter: Dill, Kerbel, Borretsch, Gurkenkraut.
- ⤴ Gepflanzt werden kann:
Kopfsalat, Kohlrabi, Frühkartoffeln, Steckzwiebel.
- ⤴ Einjahresblumenaussaat = an Ort und Stelle aussäen, wo man sie haben will.
Mit Vorkultur im Frühbeet oder Gewächshaus,
aber auch auf der Fensterbank lassen sie sich leicht heranziehen.
Einjahresblumen wie: Tagetes, Löwenmäulchen,
Goldlack, Zinnien, Sonnenhut, Astern, Levkojen,
Ziertabak und viele mehr.
- ⤴ Kompost ausbringen.
- ⤴ Alle Beete mit Schachtelhalmbrühe oder Rainfarnbrühe überbrausen.
- ⤴ Brombeeren mit Rainfarntee spritzen (gegen Brombeermilben).
- ⤴ Rasenpflege = erster Schnitt, düngen, belüften etc.

EIGENE NOTIZEN:

Dürre Zweige + Stauden abschneiden
Laubreste evtl. entfernen.

- Das im Winter angefallene Material kompostieren.
- Pflanzenjauche ansetzen.
- Gründüngung und Untersaaten einsäen.
- Schneckenabwehr!
- Aussaat und Auspflanzungen

EIGENEN NOTIZEN:

Buchsbäume in Form bringen + Ziersträucher die im Sommer + Herbst blühen.

Vor ziehen von Bohnen Kürbis, Melone.

Pflanzen von Kartoffeln, Kohlrabi, Brombeere, Himbeere, Erdbeeren + Weinreben

MAI

- Die Eisheiligen sind vom 12. - 15. Mai (Pankratius, Servatius, Bonifatius, Kalte Sophie) .
- Erst nach den Eisheiligen frostempfindliche Kulturen auspflanzen - Tomaten, Gurken, Zucchini, Kürbisse etc.
- Bodenbedeckung anbringen.
- Unkräuter hacken und Boden lockern.
- Trockenheit fördert Erdflöhbefall!
- Gut mulchen und wässern!
- Erdräupen einsammeln.
- Schachtelhalmbrühe vorbeugend gegen Pilzkrankheiten spritzen.
- Karotten gegen die Möhrenfliege mit Rainfarntee oder Zwiebelwasser überbrausen .
- Auf Nützlinge achten!
- Obstmadenfanggürtel und Kirschfliegenfalle anbringen.
- Erdbeeren mit Holz, Stroh oder Folie abdecken.
- Unter Beeresträuchern hat sich die Untersaat mit Weißklee bewährt.

EIGENE NOTIZEN:

5. Mai - Welt-nacktGärtnern Tag!

- Unkrautbekämpfung
- Boden lockern, danach bewässern - wenn nötig.
- Mulchdecke überprüfen und wenn nötig erneuern.
- Küchen und Heilkräuter ernten und trocknen.
- Sommerschnitt bei Obstbäumen und Beeren.
- Pflanzenstärkende Brühen ansetzen und düngen der Beete.
- Ausdünnen engstehender Saaten.
- Erbsen, Porree´, Buschbohnen und Kohlpflanzen anhäufeln.
- Rasen nicht zu kurz schneiden.
- Zu Johanni am 24.Juni ist die Rhabarberernte abgeschlossen.

EIGENE NOTIZEN:

Saen von Rettich, Chinakohl, Endivien, Rote Beete

JULI

- Beerenmonat!
- Neben der Ernte steht die Pflege des Gartens im Vordergrund.
- Erdbeeren nach der Ernte auslichten, ausputzen und mit Kompost düngen.
- Himbeeren - auslichten und entfernen der abgeernteten Ruten. Mulchen nicht vergessen!
- Direktsaaten ausdünnen.
- Vor der Ferienabreise Beete gut mulchen und wässern.
- Abgeblühtes abschneiden - es sei denn - zur Samenanzucht stehen lassen.
- Hecken schneiden, Stauden vermehren und anbinden.
- Aussaat (zuerst in Töpfen) von zweijährigem Blumensamen für das nächste Jahr (wie Rittersporn, Akelei, Fingerhut etc.).
- Freigewordene Beete wieder bestellen.
- Sommerschnitt aller Gehölze.
- Leere Nistkästen säubern.
- Von laubabwerfenden Blütensträuchern ist eine Vermehrung durch Stecklinge möglich.

EIGENE NOTIZEN:

Düngen von Paprika, Tomaten, Gurken, + Kohl

Petersilie aussaen

Lupinen aussaen in einzelnen Töpfen

- Erntezeit
- Gründüngung
- Unkraut jäten.
- Mulchen
- Herbstzeitlose und Krokusse pflanzen.
- Trockenblumenernte.
- Beerensträucher schneiden.
- Wenn draußen die heiße Sonne scheint, ist jetzt die richtige Zeit, Gemüse und Obstlager mit flüssiger Seife abzubürsten und gut zu lüften.

EIGENE NOTIZEN:

Saen von Kopfsalat, Pflück-und Schneidsalat

Karoffelernte

SEPTEMBER

- Ernten und konservieren.
- Kompostieren
- Im Boden auf Schneckeneier achten und vernichten!
- Blumenzwiebeln setzen.
- Boden lüften, evtl. wässern oder düngen.
- Beerenobststräucher schneiden.
- Lauch an häufeln.

EIGENE NOTIZEN:

Rasen neu aus saen

Saen von Feldsalat + Winterspinat

- Das große Aufräumen fängt an.
- Letzte Gründüngungseinsaat.
- Beete einwintern.
- Laub- und Asthaufen für Nützlinge stehen lassen.
- Gehölzpflanzzeit.
- Rosenpflanzzeit.
- Knoblauchanzucht.
- Nicht winterharte Knollen und Kübelpflanzen werden zum Überwintern in frostfreien Raum gebracht.

EIGENE NOTIZEN:

Samen ernten und sammeln

Saen von winterharter Salattrauke

Pflanzen von Rhabarber, Knoblauch

NOVEMBER

- Aufräumarbeiten erledigen.
- Obstbaumanstrich anbringen:
auf 10 l Wasser
5kg Lehm
5kg Pferdemist
0,5kg Stein- oder Algenmehl
0,5 l Schachtelhalmbrühe
- Winterschutz für Stauden und Rosen
- Frostempfindliche Pflanzen abdecken.
- Neuen Kompost ansetzen.

EIGENE NOTIZEN:

- Gartengeräte reinigen, überprüfen und ergänzen.
- Frühlingsblüher schneiden.
- Pflanzen im Winterquartier nicht vergessen!

EIGENE NOTIZEN:

Ernte von Chinakohl, Möhren + rote Beete

BADEZUSÄTZE

Badesalz - „Blütentraum“

500g Meersalz

getrocknete Rosen

Ringelblüten

Melisse

3 Tropfen Öle Lavendel

Bergamott

Rosenholz

Badesalz bei Erkältungen - „Hust - Ex “

500g Meersalz

getrockneten Dost

Thymian

Salbei

Farn

Pfefferminze

2Tropfen Öle - Thymian

Oregano

Rosmarin

Zubereitung: Meersalz schichtweise im Wechsel mit den getrockneten Kräutern in ein dekoratives Glas füllen.

Schichten mit Salz 1 cm, Kräuter 3-4 mm.

Oberste Schicht Salz und die Öle drauftropfen.

Glas gut verschließen!

HAARPFLEGE

3 Esslöffel Thymian

Spitzwegerich

Salbei

Brennnessel

Ringelblüten

200ml Wasser

50ml naturreinen Obstessig

oder Saft $\frac{1}{2}$ Zitrone - nur bei blondem Haar!

Zubereitung: Kräuter mit heißem Wasser übergießen. 7 Minuten ziehen lassen und abfiltern. Kräuteres sig zugeben, in dunkles luftdichtes Glas gießen. Hält bis zu 2 Wochen!

Nach dem Waschen in die Kopfhaut einmassieren, nicht ausspülen!

REZEPTE MIT LAVENDEL

Zur Entspannung

10 - 15 Tropfen Lavendelessenz in etwas Milch aufgelöst, ergibt ein regenerierendes und durchblutungsförderndes Bad.

Sanfte Einschlafhilfe

4ml wilde Kamille

6ml Lavendel mischen

8-12 Tropfen der Mischung in einem Aromastreamer zur Raumbeduftung erleichtern das Einschlafen.

Rosmarinöl - Duft verbessert das Erinnerungsvermögen

SOMMERAKTIONEN

RINGELBLUMENSALBE

(bei schlecht heilende Wunden, Schorf, Geschwüre und rauer Haut)

100g Vaseline - in Topf erhitzen.

1 Handvoll Blüten - Blüten darin aufwallen lassen.

Topf 24 Std. stehen lassen. Blüten absieben und nochmals erwärmt in Dosen abfüllen.

Im Kühlschrank aufbewahren!

TOMATENSOSSE

2,5 kg Tomaten

500g klein geschnittene Zwiebeln - zusammen andünsten und mixen.

Ca. 100ml Essig und Gewürze

2 durchgepresste Knoblauchzehen,

$\frac{1}{2}$ Teel. Oregano, Salz und Pfeffer oder Gemüsebrühe, nach Bedarf hinzugeben.

Heiß in ausgekochte Schraubdeckelgläser abgefüllt, halten sie sich bis ca. 6 Monate. Längere Haltbarkeit durch Einkochen bei 80°C ca.25 Minuten.

PESTO mit PETERSILIE

Inhalt für 2Gläser (je1/4l)

2 Eßl. Pinienkerne goldbraun rösten.

3 Bund Petersilie

1 Bund Basilikum - beides waschen, gut trocknen und feinhacken.

2 Knoblauchzehen durchgepresst hinzugeben.

Alles im Mixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in gut verschließbare Gläser füllen.

Einkochen oder 1Woche im Kühlschrank haltbar.

KRÄUTERÖLE

z. B. etwas Rosmarin, Thymian,
1 Lorbeerblatt,
2 getrocknete Chilischoten,
alles in ein Glas füllen,
mit Öl übergießen bis es mindestens 2 cm
bedeckt ist .
Gut verschlossen, kühl und dunkel aufbe-
wahren.



KRÄUTERESSIG

Frische Kräuter (z. B. Basilikum, Thymian, Rosmarin, Estragon) in
eine Flasche geben,
mit je 100ml Essig,
sowie 300ml Weißwein auffüllen.
Einige Tage ziehen lassen.

LIKÖRCHEN

Rote Johannisbeeren in Gin

1kg Johannisbeeren (oder auch Brombeeren)
500g Zucker
1l Gin

Johannisbeeren von den Stielen gezupft und gewaschen in eine
Schüssel geben, mit dem Zucker vermischen und zugedeckt über
Nacht stehen lassen.

In Gläser abfüllen und mit Gin übergießen. Gut verschlossen bis
zur ersten Probe mindestens 2 Monate warten.

EIGENE NOTIZEN:

Shitake oder Austernpilze

Viele Gärtnereien bieten fertige Stäbchenbrut an.

Holzdübel in Buche, Eiche, oder Nadelgehölze einbringen. Stamm ca.30 - 50 cm Durchmesser.

An schattigen feuchten Ort stellen.

Holz zuerst sehr feucht halten.

Jedoch „Vorsicht vor Schimmel“ und Schnecken.

Ausprobieren!

Eigene Champignons

(für 4 Personen, Ernte in 2 Wochen!)

Zeit = Mai / Juni an überdachtem Platz.

Mistbeetartigen Kasten bauen.

Größe etwa 100 x 60x35cm.

Mit Folie auslegen.

1. Schicht - Pferdemist ca. 10 cm hoch.

2. Schicht - Waldkompost und Pferdemist ca. 15 cm hoch.

3. Schicht - feingesiebter Waldkompost ca. 10 cm hoch.

Alles gut zusammendrücken. Impfen mit Champignonsporen.

Letzte Schicht dünn feinerkrümeltes Pumpernickelbrot.

Beet stets feucht halten!

Im Frühjahr wieder neu.



EIGENE NOTIZEN:

Wen es jetzt gepackt hat und intensiver einsteigen möchte, empfehle ich folgende Bücher und andere interessante Adressen:

Weiterführende Bücher, Literatur und Adressen:

„Saataussaattage“

von Maria Thun (Pflanzen nach dem Mondkalender - erscheint jährlich)

„Vom richtigen Zeitpunkt“ von Johanna Paungger u.

Thomas Poppe (Anwendung des Mondkalender im täglichen Leben)

„Das biologische Gartenbuch“

von Kraft von Heynitz u. Georg Merckenz

„Altes Gärtnerwissen wieder entdeckt“

von Inga-Maria Richberg

„Der Biogarten“

von Marie-Luise Kreutzer

„Geheimnisse aus dem Klostergarten“

von Schwester Christa Weinrich (Kosmos Verlag Stuttgart 1998
ISBN 3:440-0739-1)

„Der Wildkräutergarten mit Eva Aschenbrenner durch´s Jahr“

von Eva Aschenbrenner

„Das praktische Igel - Buch“

Von Michael Lohmann

(BLV Verlag München ISBN 3-405-16015-4)

Luxusinsektenhotels - Herstellung von „Erthal Sozialwerk“ Aburg
www.erthal-sozialwerk.de

„Bauanleitungen“

für Nistkästen oder Insektenhäuser

pro Mappe 4E einschl. Porto

bei NABU Altkreis Norden

Wilde Acker Weg 42

26529 Uppgant-Schott

Tel.04934-5527

„Dreschflegel“

Biologisches Saatgut für Gemüse, Kräuter,

Alte Kulturpflanzen und Blumen

In der Aue 31 -Postfach 1213

37202 Witzenhausen

www.dreschflegel-saatgut.de

www.krautundrueben.de

„Nützlinge per Post“

Räuberische Gallmücke - gegen Blattläuse

Schlupfwespen - gegen die weiße Fliege

Raubmilben - gegen Spinnmilben

Florfliegen - gegen Blattläuse u. andere weichhäutige Insekten.

Räuberische Nematoden - gegen gefurchte Dickmaulrüssler.

(Bestellkarte hierfür ist im Handel erhältlich oder unter

www.hobbythek.de)

„Promologen Verein e.V.“ Promologen kümmern sich um den Erhalt

alter Apfelsorten

c/o Wilfried Müller

Brünlasberg 52

08280 Aue = www.promologen-verein.de

„ **Köstliche Blüten**“ von Marion Nickig + Heide Rau
Rezepte aus dem Kräuter- und Blumengarten

Rühlemanns

„**Kräuter & Duftpflanzen**“

Auf dem Berg 166

D 27367 Horstedt

www.ruehlemanns.de

„**Rindenschrot Toilette**“ Sawi biocon

www.berger-biotechnik.de

www.baumschule-plattner.de

Bayernfeige - Violetta

Ältere pflanzen können ausgepflanzt werden.

Im Winter auf Wurzel- + kronenschutz achten!

Kaktusfreunde

www.kaktusmichel.de

Pflanzendoktor (kostenlos)

Frankfurt Bethmann Park

Sprechstunde Mo-Mi-Fr-10-12h

Hausgemachte Liköre, Schnäpse und Getränke.

„*Mit und Ohne*“ von Ilse Hombrink

Safran Krokus- „Krokus sedativus“

selber anpflanzen - Zwiebel im Juli setzten 12cm tief blüht dann
im Herbst! 10 Stck - 5.90€

Alte seltene Haus Tier Rassen

www.oekotierzucht.de (inga Günther)

Französische „LeBleu“ Hühner (beste Hühnchen)

Hermannsdorfer Landwerkstätten

Biohof von ehemaligem Großschlächter

„Hermannsdorfer Weideschweine“

Experte für Wildblumen + Wiesenzüchter - Ernst Rieger

„Rettet die Wildblumen“

www.rieger-hofmann.de

www.naturimgarte.at

www.vertikaler-garten.de

Strohballengarten.ch

Hochwertigen eigenen Flüssigdünger selbst herstellen-

Biokomposter = Fermentierung= „Bokashi Eimer“ ca70€

z.b. bei www.waschbaer.de

PH Schnelltest

Bodenprobe des Gartens ca 30€

500g Mischerde an ca 15 Stellen des Gartenbereichs

Terra Preta „fruchtbare Erde“

Pflanzkohle selber herstellen:

Holzkohlepulver

Gesteinsmehl

Kompost

Holzschnitzel

Gartenbedarf:

A

Akelei 26, 40,
Algenmehl 8,
Ameisen , 14
Anhang 124
Anis ,17,
Apfel 103,
April 111,
Aubergine 46,
August 115,
Aussaart 10,

B

Badezusätze 120,
Baldrian 33,
Bartritis 40,
Basilikum 20, 21, 22 40,
Bechermalve 20, 26,
Beerenobst 91,
Begonien 42,
Beinwell 33, 100,
Beinwell 8, 15,
Blattgewächse 10,
Blattläuse 16,
Blumen 17,
Blumen 19, 40,
Blütengewächse 10,
Bodenbearbeitung 10,
Bohnenkraut 17, 21, 20, 22, 33,
Borretsch 20, 21, 22,
Brennnessel 15, 20, 34,
Brombeeren 92,
Buschbohnen 9, 48,

C

Canna **41**,

D

Dahlien **41**,

Dezember 117,

Dill 17, 20, 21, **23**, 30,

Düngemittel 8,

Düngen 10,

E

Einjahresblumen **21**,

Endivien 9, 72,

Erbsen 9, **48**,

Erdbeeren **93**,

Erdkröte 18,

Estragon **31**,

F

Feldsalat 9, **74**,

Fenchel 9, 30, **33**,

Fruchtgewächse 10,

Fliegen 14, 18,

Farne 40,

Februar 107,

G

Gartengemüse 43,

Gauklerblume 26,

Gehölzschnitt 99,

Gelbsenf 17,

Gießen 7,

Gladiole 28,

Goldlack 21,
Goldrute 20,
Gretel im Busch 21,
Gründüngung 11, 17,
Grüner Blattsalat 70,
Grünkohl 50,
Grüenspargel 52,
Gurken 54,
Gurkenkraut 20, **39**,

H

Haarpflege 119,
Haselnüsse 104,
Hecken 101,
Heidelbeeren 94,
Helfer 18,
Himbeeren 95, 101,
Horngrieß 8,
Hornmehl 8,
Hornspäne 8,

I

Igel 18,
Iltis 18,
Inkaklee 11,

J

Jahreskalender 105,
Januar 106,
Johannisbeeren 96,
Juli 112,
Jungfer im Grünen 20, 27, **39**,
Juni 111,

K

Kalebasen 27,
Kali 8,
Kalk 8,
Kamille 23,
Kapuzinerkresse 17, 20, 21, 23,
Karotten 9, 56,
Kartoffel 7, 9, 58,
Katzen 14,
Kerbel 17, 20, 21, 24, 31,
Kerbelrüben 31,
Kirschen 102,
Klee 20,
Knoblauch 17, 21, 24, 31,
Kohlhernie 11,
Kohlrabi 9,
Kohlweißling 16,
Kompost 7, 8, 11, 12,
Koriander 21, 24,
Kräuter 17, 19, 21, 31, 32, 33
Kräuteröl 121,
Kreuzbestäubung 100,
Kümmel 29,

L

Lauch 9, 60,
Lauchmotte 16,
Lavendel 17, 20, 21, **33**, 119,
Leguminosen 11,
Liebhaber der Nacht 21,
Liebstöckl 31, 32, **34**,
Likörchen 121
Löwenzahn 20,

M

Maggiakraut 34,
Mai 110,
Majoran 32, 36,
Mangold 62,
März 108,
Maulwurf 15,
Meerrettich 17, **35**,
Mirabellen 102,
Möhren 16,
Möhrenfliege 16,
Mondkalender 10,
Mücken 14,
Mulch 11,

N

Nektarinen 103,
November 116,
Nützlinge 13,

O

Ölrettich 11,
Ohrwürmer 14,
Obstgarten 99,
Obstbäume 101,
Oktober 115,

P

Paprika 64
Pechnelken 9,
Pesto mit Petersilie 120,
Petersilie 20, **29**,
Pfefferminze 9, 17, 32, **36**,

Pfingstrosen 39,
Pfirsich 103,
Pflaumen 103,
Pilze 122,
Plagegeister 13, 17,
Porree 31,

R

Radieschen 31,
Raupen 18,
Rhabarber 66,
Ringelblumen 9, 17, 20, 21, 25, 31,
Ringelblumensalbe 120,
Rittersporn 27, **39**,
Rosen 7,40, 101,
Rosmarin 36,
Rote Beete 68,

S

Säen 7,
Salat 9,
Salbei 17, 20, 32, 36, 40,
Samen 7,
Schmetterlinge 18,
Schnecken 15,
Schnee auf dem Berg 21,
Schnittlauch 37,
Schnittsalat 9,
Schwarzwurzel 76,
Sellerie 31,
September 114,
Sommeraktionen 118,
Sonnenblumen 9, 20, 21,

Sonnenhut 21, 27,
Sonnentau 17,
Spitzmaus 18,
Stachelbeeren 97,
Staudenphlox 40,
Steinmehl 8,
Stickstoff 11,
Stockrosen 40,
Stroh 8, 11, 12,
Strohblumen 21, 27,

T

Tagetes 9, 17, 20, 21, 28, 31,
Thymian 17, 33, 39,
Tomaten 7, 9, 31, 78,
Tomatensoße 120,
Topinambur 82,
Tränendes Herz 40,

U

Unkraut 11,

V

Vögel 18,
Vogelmiere 20,

W

Wacholder 37,
Waldlilien 40,
Waldmeister 38,
Walnüsse 104,
Wässern 10,
Weintrauben 98,
Weißkohl 9,

Wermut 15, 16, 20, 38,
Wespen 15,
Wurzelgewächse 10,

Y

Ysop 17, 39,

Z

Ziertabak 21,
Zinnien 21, 28,
Zucchini 9, 86,
Zuckermais 84,
Zwiebel 9, 31, 88,

Einbandgestaltung, Grafik, Fotos u. Layout von mir selbst.

Das Foto auf der Umschlagrückseite zeigt den Konventgarten der Benediktinerabtei Seligenstadt mit seinem Heilkräutergarten und des Zier- und Nutzgartens.

Gift im Garten

- Schneckenkorn = Katzen könne bei Aufnahme sterben, ebenso für Kinder sehr giftig!
- Mäusekorn = wie oben!
- Insektengifte + Nagetiergifte
- Benziner - Motorsägen, Rasenmäher etc., alle Motorgeräte waren bei Messung bis 700 fach über dem zugelassenen Grenzwerten! Dies kann zu Knochenmarkerkrankungen führen! (Stand 2018)
Am besten Akkugeräte!

Spezial Labor in der Eifel für Feststellung von Blei, Arsen, Kadmium + Kupfer im Gartenboden! =