

KAREN MEYER-REBENTISCH

KOSMOS

BUNT UND EXOTISCH

MIT KOSMOS MEHR ENTDECKEN
MIT
PERUANISCHEM
SAUERKLEE,
SÜSSKARTOFFELN
& OKRA
SEIT 1822

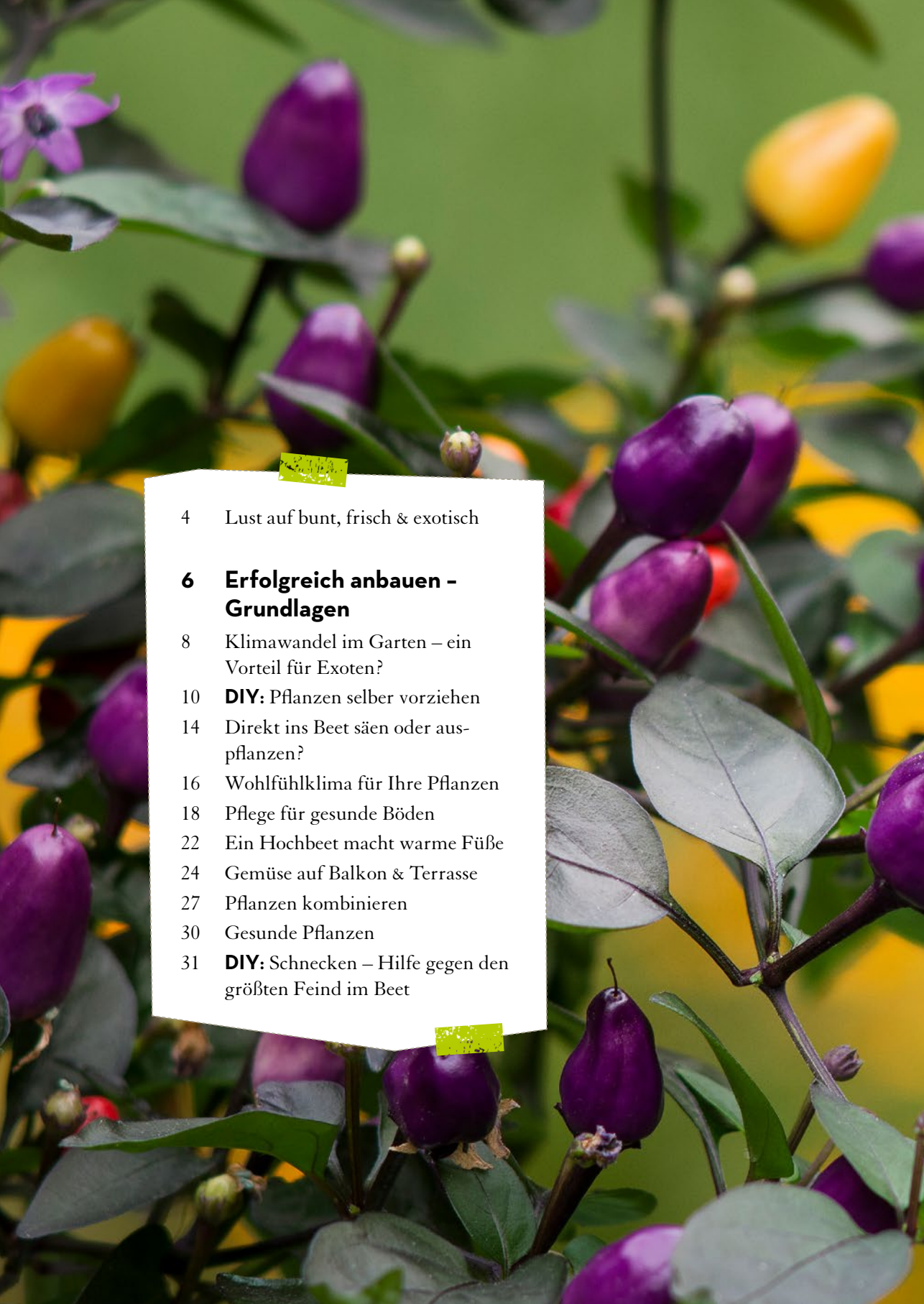
GEMÜSEGÄRTNERN
FÜR NEUGIERIGE

KAREN MEYER-REBENTISCH

**BUNT
UND
EXOTISCH**

**GEMÜSEGÄRTNERN
FÜR NEUGIERIGE**

KOSMOS



4 Lust auf bunt, frisch & exotisch

6 Erfolgreich anbauen - Grundlagen

8 Klimawandel im Garten – ein
Vorteil für Exoten?

10 **DIY:** Pflanzen selber vorziehen

14 Direkt ins Beet säen oder aus-
pflanzen?

16 Wohlfühlklima für Ihre Pflanzen

18 Pflege für gesunde Böden

22 Ein Hochbeet macht warme Füße

24 Gemüse auf Balkon & Terrasse

27 Pflanzen kombinieren

30 Gesunde Pflanzen

31 **DIY:** Schnecken – Hilfe gegen den
größten Feind im Beet

INHALT

32 Fruchtgemüse

- 34 Artischocke und Karde
- 36 Aubergine
- 40 Stangenbohne
- 43 Erbse
- 45 Gurke
- 50 Inkagurke
- 52 Mexikanische Minigurke
- 54 Okra
- 56 Paprika und Chili
- 62 Physalis
- 66 Tomate

72 Blattgemüse

- 74 Amarant
- 76 Baumspinat
- 78 Hirschhornwegerich
- 80 Bunter Mangold
- 83 Neuseeländer Spinat
- 86 Okinawa-Spinat
- 88 Radicchio
- 90 Salzkraut

92 Kohlgemüse

- 94 Asia-Kohl und -Salate
- 98 Palmkohl
- 100 Sprouting Brokkoli

102 Knollengemüse

- 104 Erdmandel
- 106 Bunte Kartoffeln
- 112 Knollenzist
- 114 Oca
- 116 Süßkartoffel
- 121 **DIY:** Süßkartoffeln selbst vorziehen
- 122 Yacon

- 124 Service
- 125 Register

Lust auf bunt, frisch & exotisch

Von Karen Meyer-Rebentisch

Vor 15 Jahren wagte sich meine Familie an ein Abenteuer, das für uns bis dahin der Inbegriff von Spießigkeit war: Wir pachteten einen Kleingarten, um Gemüse anzubauen. Es dauerte nicht lange, bis es uns gelang, den Gemüsebedarf von Juni bis November fast ausschließlich aus eigenem Anbau zu decken. Das machte Spaß und senkte deutlich die Kosten beim Einkauf im Bioladen.

Mittlerweile ist die Familienzeit vorbei und zwei 5-Meter-Reihen mit Möhren, 50 kg Zucchini sowie zwei Zentner Kartoffeln brauche ich nicht mehr. Also habe ich mich wieder verkleinert und baue nun mein Gemüse in zwei großen Hochbeeten und einigen Kübeln auf Balkon und Terrasse an. Umso mehr Spaß habe ich dabei, den Platz für die Kultur von Sorten zu nutzen, die besonders hübsch, schmackhaft oder im Handel kaum erhältlich sind. Zugegeben: Bunte



Tomaten erobern mittlerweile auch die Gemüseabteilung der Discounter und Süßkartoffeln sind heute ebenso Standard. Aber wer hat schon mal von Yacon, Palmkohl, Oca oder mexikanischen Minigurken gehört? Bestenfalls auf dem Münchner Viktualienmarkt gibt es Knollenziest oder Salzkraut zu kaufen – in meinem Garten wächst es! Ich liebe es zu experimentieren und bepflanze zugleich etwa die Hälfte des vorhandenen Platzes mit bewährten Gemüsearten. In diesem Buch werde ich Ihnen mehr als zwei Dutzend Gemüsearten vorstellen, die auf die eine oder andere Weise etwas Besonderes sind: Weil sie exotisch sind, weil es eine enorme Sortenvielfalt gibt oder weil sie weitgehend unbekannt sind. Jedes einzelne der Gemüse habe ich bereits selbst angebaut – außer der Okra. Versucht habe ich auch das, aber es funktioniert bei mir in Norddeutschland (Lübeck) einfach nicht, da muss man realistisch sein oder wie man hierzulande sagt „nutzt ja nichts“. Besonders wärmeliebende Pflanzen reifen im Weinbauklima einfach besser, dafür mögen viele Kohlgewächse und die meisten Salate lieber das frischere Klima im Norden Deutschlands.

Aber es geht viel mehr als man denkt, und ich kann Ihnen nur Mut zum Ausprobieren machen. In dem einen Jahr gelingt das eine besser, im nächsten etwas anderes. Und ich bin sicher, auch Sie werden Ihre bunten Favoriten finden, die Sie zukünftig nicht mehr missen möchten.

Viel Spaß dabei wünsche ich!





Radis

RADICCHIO

ITALIA
548



ERFOLGREICH ANBAUEN – GRUNDLAGEN

Klimawandel im Garten – ein Vorteil für Exoten?

Der Klimawandel ist in vollem Gange. In einigen Teilen der Erde haben Witterungsextreme bereits dazu geführt, dass Ernteerträge sinken. Zugleich gibt es auch regionale Entwicklungen, die zu einer Änderung des traditionellen Anbauspektrums führen.

ES WIRD WÄRMER

So verschiebt sich die Obstbaumblüte in Deutschland etwa um zwei Wochen nach vorne – damit entsteht eine höhere Anfälligkeit für Spätfröste, aber es können auch Sorten kultiviert werden, die bislang hierzulande nicht ausreifen konnten. In Norddeutschland sind in den letzten Jahrzehnten einige Weinbauanlagen entstanden. Und auch der Mais wird mittlerweile nicht nur südlich von Dortmund angebaut.

PFLANZEN BRAUCHEN HILFE

Für wärmeliebende Pflanzen mag so die Erderwärmung Vorteile bringen, vor allem dann, wenn der Anbau im geschützten Garten und nicht auf dem Acker stattfindet. Denn hier können wir Problemen wie Trockenheit mit regelmäßigem Gießen entgegen. Bei anderen Extremen, wie beispielsweise Starkregen, ist es allerdings kaum möglich, die Pflanzen zu schützen.

VIELFALT IST NICHTS NEUES

Schon seit Jahrhunderten sind unsere Gemüsegärten ziemlich multikulti. Vielen ist gar nicht bewusst, dass sogar die als urdeutsch geltende Kartoffel

ursprünglich aus Südamerika kommt, genauso wie Tomate oder Gartenbohne. Die Gurke stammt aus Mittelasien und Mangold aus dem Mittelmeerraum. Manch ein Gemüse, das uns heute noch exotisch erscheint wie der Yacon oder die Oca wird sich seinen Platz in mitteleuropäischen Gemüsebeeten erobern. Die Anbaustrategien für viele Gemüsearten lassen sich den regionalen Gegebenheiten anpassen. So können besonders wärmeliebende Arten im Haus oder unter Glas vorgezogen werden, bevor man sie auspflanzt.

GLOBALISIERUNG IM GARTEN HAT VOR- UND NACHTEILE

Schon seit Jahrhunderten experimentieren Gärtnerinnen und Landwirte mit Pflanzen aus anderen Gefilden und tragen damit zu einer großen Vielfalt in unserer Esskultur und Ernährungsweise bei. Zum Glück haben wir vor allem Gemüsearten vom amerikanischen Kontinent hier beheimaten können und müssen nicht nur von Hirse, Dicken Bohnen, Erbsen und Möhren leben. Doch mit den neuen Kulturen kommen auch neue Antagonisten hierher – ob es die Krautfäule ist (die im 19. Jahrhundert zu so großen Ernteaussfällen in Irland führte,



1

1. Gemüse-Vielfalt im eigenen Garten macht richtig Spaß!
2. Von Tomaten und anderen Fruchtgemüsearten kann man leicht selbst Saatgut entnehmen.



2

dass Millionen Menschen starben) oder aber die Spanische Wegschnecke, der Schrecken fast aller Hausgärtner.

Diese Entwicklung wird durch die Globalisierung noch beschleunigt, für Obstbauer wird derzeit die Kirschessigfliege zum Problem.

Auch die negativen Folgen des Klimawandels werden mögliche regionale Vorteile überwiegen.

VIELFALT FÖRDERN UND SELBST ANBAUEN

Heutzutage können wir hierzulande nun Obst und Gemüse kaufen und genießen, das uns vor wenigen Jahrzehnten noch unbekannt war. Doch wer keinen Wochenmarkt mit heimischen Produzenten vor Ort hat, muss leider viel zu oft im Handel auf (Bio) Ware aus dem Ausland zurückgreifen und hat so meist keine Möglichkeit, regionale Erzeugnisse zu kaufen. Außer man baut sie klimagerecht selbst im eigenen Garten an!

Zugleich hat die Globalisierung zu einer enormen Verarmung der Sortenvielfalt geführt. Wo früher lokale Sorten gezüchtet und erhalten wurden, bauen Erwerbslandwirte immer häufiger das Saatgut multinational agierender Konzerne an.

Experimentierfreudige Gärtnerinnen und Gärtner haben es sich fast überall auf der Welt zur Aufgabe gemacht, dem entgegenzuwirken. Es gibt eine Vielfalt an Vereinen und Tauschbörsen, bei denen Sämereien getauscht oder gegen kleines Geld verkauft werden. Saatguthersteller haben die Lust auf ausgefallene Gemüse entdeckt und haben heute ein größeres Angebot als noch vor zehn Jahren. So ist es heute der Hausgarten, in dem Vielfalt erhalten wird.

Wenn Sie sichergehen und zuverlässige standardisierte Qualität erwerben wollen, sind konventionelle und alternative Saatguthersteller die richtige Adresse. Schauen Sie sich die Hinweise zu Bezugsquellen am Ende dieses Buches an. Wenn Sie aber experimentierfreudig sind und sich gerne mit anderen Gemüsefreundinnen und Gärtnern austauschen möchten, rate ich dazu, ein Garten-Forum oder eine Tauschbörse im Internet zu besuchen.

Und probieren Sie ruhig einmal selbst aus, Samen aus Früchten aus dem eigenen Garten zu erhalten – vor allem bei Fruchtgemüse wie Tomate, Paprika, Chili, Kürbis, Gurke und Bohne ist das ganz einfach. Hinweise dazu finden Sie in den jeweiligen Gemüseporträts ab Seite 32.

PFLANZEN SELBER VORZIEHEN

Vor allem bei seltenen Sorten, die schwer im Handel zu erhalten sind, oder aber, wenn eine große Anzahl Pflanzen benötigt wird, lohnt es sich selbst

1. Pflanzgefäße und Erde

Wenn Sie selbst vorziehen möchten, lohnt es sich, in Anzuchterde zu investieren. Diese ist fein krümelig, keimfrei und enthält weniger Nährstoffe als normale Pflanzerde.

Ich gebe die Erde in Pflanzschalen aus Kunststoff und säe darin mehrere Gemüsesorten in Reihen aus. Dabei sollte man unbedingt die auf dem Samentütchen angegebene Aussaatiefe berücksichtigen. Falls dies nicht mehr vorhanden ist oder man eigenes Saatgut gesammelt hat, gilt die Faustregel: Das Saatkorn doppelt so dick mit Erde zu bedecken, wie es groß ist. Die einzelnen Saat-

reihen kennzeichne ich mit kleinen Schildchen, damit ich weiß, wo was wächst. Dazu schneide ich Streifen aus alten Joghurtbechern o. Ä. und beschrifte diese mit wasserfestem Stift. Später werden die kräftigsten Pflanzen ausgewählt und in Einzeltöpfe umgesetzt.

Eine Ausnahme bilden solche Pflanzen, die schnell sehr groß werden wie Gurke oder Kürbis. Diese werden direkt in einzelne Töpfchen mit einem Durchmesser von mindestens 9 cm ausgesät. Hier kann auch normale Blumenerde verwendet werden.



2. Keimtemperatur

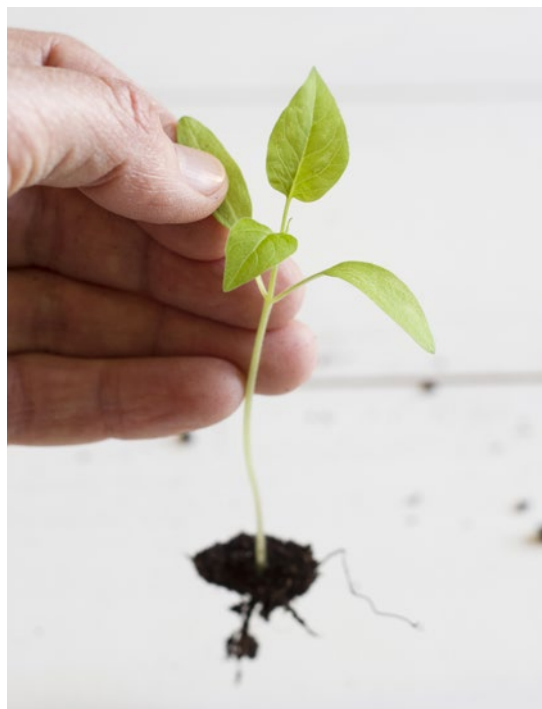
Exotische Pflanzen benötigen oft kuschelige Wärme, um ins Leben zu starten. Keimtemperaturen von mehr als den üblichen 20 °C Zimmertemperatur können mit Hilfe einer Heizmatte erreicht werden oder, wenn die Anzuchtbehälter auf einem Heizkörper platziert werden. Die zweite Lösung ist kostengünstiger, weil in der Regel vorhanden. Jedoch sollten Sie unbedingt die Temperatur im Pflanzgefäß messen, bevor Sie den Samen in die Erde stecken, denn mehr als 30 °C ist den meisten Pflanzenbabys dann doch zu viel.



vorzuziehen. Bei manchen Arten ist das leicht und unproblematisch, bei anderen ist einiges an Know-how und Pflege gefragt.

3. Lichtmenge

Gerade beliebte Exoten wie Auberginen und Paprika, aber auch Okra, müssen bereits im Februar ausgesät werden, damit sie bis zum Auspflanzen nach den Eisheiligen ausreichend groß sind. Stehen die Jungpflanzen dann nicht hell genug, „vergeilen“ sie, das heißt sie werden lang und dünn, weil sie sich zum Licht strecken, und wachsen nicht zu kräftigen Jungpflanzen heran. Sie können dem entgegenwirken, wenn Sie einfache Leuchtstoffröhren dicht über die Jungpflanzen hängen und gegebenenfalls noch das Licht mittels einer Abdeckung ausrichten. Ich nehme dazu einen mit Alufolie beklebten Karton.



4. Umpflanzen bzw. Pikieren

Haben die Jungpflänzchen in den Schalen neben den Keimblättern noch ein bis zwei weitere pflanzentypische Blattpaare entwickelt, pikiere ich sie. Das heißt, ich grabe sie mit einem Pikierstab oder einem Teelöffel vorsichtig aus (dazu halte ich sie an einem Blatt fest, nie am Stängel) und setze sie in einzelne Töpfchen, die mit normaler Blumenerde gefüllt sind. Dafür wähle ich die kräftigsten Jungpflanzen aus, die anderen kommen auf den Kompost. Haben die Jungpflanzen sehr lange Wurzeln, kürze ich diese beim Pikieren ein, indem ich sie um ein Drittel abzwicke. Tomaten- und Paprika-Jungpflanzen setze ich beim Pikieren tiefer, als sie vorher standen. Andere Gemüsearten mögen das nicht.

Fortsetzung auf nächster Seite >>

>> Fortsetzung von vorheriger Seite



5. Pflege des Pflanzenkindergartens

Bis zum Keimen sollten Sie die Erde gleichmäßig feucht halten. Ich verwende dazu eine Sprühflasche, damit ich kleine Samenkörner nicht mit einem Wasserschwall wegspüle. Aber passen Sie auf, zu viel Wasser schadet, denn die Saat kann dadurch faulen! Außerdem siedeln sich gerne Trauermücken in zu feuchter Erde an.

6. Jungpflanzen abhärten

Einige Tage vor dem endgültigen Auspflanzen müssen die Pflänzchen, die bis dahin im Haus waren, abgehärtet werden. Nutzen Sie einen warmen Tag, und stellen Sie die Töpfe in den Schatten nach draußen. Denn auch Pflanzen können einen Sonnenbrand bekommen, wenn sie die UV-Strahlung noch nicht gewohnt sind. Abends nehmen Sie die Töpfe wieder herein.

Nach ein paar Tagen können Sie die Pflänzchen an die Sonne gewöhnen und schließlich auch über Nacht draußen lassen, sofern kein Frost angesagt ist. Meist wird am Ende der Anzuchtphase der Platz auf der Fensterbank zu eng. Ich baue etwa zwei bis drei Wochen vor dem endgültigen Auspflanzen ein Folienfrühbeet auf der Terrasse auf und stelle die Jungpflanzen dort hinein. Ist Nachtfrost angesagt, „heize“ ich mit ein paar Kerzen.





Jungpflanzen, die lange im Haus stehen wie Paprika, Tomaten, Auberginen oder Okra gebe ich acht Wochen nach dem Umpflanzen in Einzeltöpfe eine erste Dosis Flüssigdünger!

7. Ausnahmen für weniger wärmebedürftige Arten wie Salate, Blatt- und Kohlgemüse

Manchen Gemüsearten sind Zimmertemperaturen in der Kinderstube schon zu warm (siehe Tabelle S. 15). Diese können Sie in unbeheizten Räumen, einem Frühbeet oder Gewächshaus aussäen. Wichtig ist nur, dass die Pflanzen genügend Licht bekommen.

Ich verwende hier sogenannte Topfplatten, das sind Tablett, die für jede Pflanze einen eigenen Standraum vorgesehen haben. Wenn die Pflänzchen größer geworden und schon einen gut entwickelten Wurzelballen haben, kann man sie von unten herausdrücken und direkt an den endgültigen Standort setzen. Der Schritt des Pikierens entfällt dann.