

A person is holding a wooden crate filled with various fresh herbs and vegetables, including leafy greens and basil. The scene is set on a rooftop garden with a brick building and a city skyline in the background. The text is overlaid on the wooden crate.

Gärtnern geht überall

Obst, Gemüse und Kräuter auf kleinstem Raum



Gärtner geht überall

Obst, Gemüse und Kräuter
auf kleinstem Raum

Gayla Trail



ISBN: 978-3-572-08036-6

© der deutschen Erstausgabe 2012 by Bassermann Verlag,
einem Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH,
81673 München

© der amerikanischen Originalausgabe: Copyright © 2010
Gayla Trail

Erstmals herausgegeben in den USA unter dem Titel Grow Great
Grub von Clarkson Potter/Publishers, einem Imprint von Crown
Publishing Group, einem Verlag der Verlagsgruppe Random
House, Inc., New York.

Die deutsche Ausgabe wurde veröffentlicht mit Erlaubnis von
Clarkson Potter/Publishers, einem Imprint von Crown
Publishing Group, einem Verlag der Verlagsgruppe Random
House, Inc., New York.

Die Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist
ohne Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar.
Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikrover-
filmung und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen.

Fotos: Gayla Trail und Davin Risk

Illustrationen: Davin Risk

Umschlaggestaltung: Atelier Versen, Bad Aibling

Übersetzung: Dr. Wolfgang Hensel

Projektleitung: Herta Winkler

Gestaltung: Grafikstudio Scheffler, Berlin

Herstellung: Sonja Storz

Gesamtproducing: berliner buch.macher

Die Informationen in diesem Buch sind von Autorin und Verlag
sorgfältig erwogen und geprüft. Dennoch kann keine Garantie
übernommen werden. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags
und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögens-
schäden ist ausgeschlossen.

Druck: Leo Paper Products, Hongkong

Printed in China

817 2635 4453 6271





Inhalt

Einleitung: Der Weg zum Kleinstgärtner 6

Teil 1 · Trau Dich. Leitfaden für den Gemüsgarten

Kapitel 1	Gärten überall	12
Kapitel 2	Pflanzen besorgen	24
Kapitel 3	Ab hier geht's los.	32
Kapitel 4	Zwei Welten: Pflanzen im Boden und im Topf.	40
Kapitel 5	Pflege: Gesunde Pflanzen ziehen	58
Kapitel 6	Angriffe auf den Garten	66

Teil 2 · Die Pflanzen

Kapitel 7	Gemüse	80
Kapitel 8	Obst	128
Kapitel 9	Kräuter und essbare Blüten	140

Teil 3 · Die Ernte sichern

Kapitel 10	Richtig ernten	168
Kapitel 11	Frisches für später: Gutes lagern und konservieren.	174

Anhang

Literatur – Bezugsquellen – Internet	200
Glossar	204
Register	206

Einleitung: Der Weg zum Kleinstgärtner

Als Kind war ich fasziniert von meiner karibischen Großmutter Scylla, die auf ihrem winzigen Balkon mitten in der Stadt Kartoffeln in einem Eimer wachsen ließ. Es war ihr völlig egal, dass sie nicht mehr im sonnigen Barbados, sondern im kalten Norden Kanadas lebte. Scyllas Kartoffeleimer war meine erste Erfahrung mit Landwirtschaft in der Stadt.

Als ich mit meinen ersten eigenen, ganz und gar nicht perfekten Gärten experimentierte, fiel mir Großmutter Scylla und ihr Eimer ein. Sie hat mich inspiriert, die Grenzen „normaler“ Gärten zu sprengen. Wer schreibt uns vor, wie ein Garten auszusehen hat und wo man ihn anlegen darf?

Mein allererster Garten war der Hinterhof eines beengten Studentenwohnheims, in dem ich für ein Jahr während meines Studiums wohnte. Meine Mitbewohnerinnen und ich gruben und pflanzten zwangsläufig mit viel Improvisation und Bauchgefühl, denn wir alle hatten keine Ahnung von Gartenarbeit. Natürlich ging eine ganze Menge schief, weil wir die Pflanzen nicht richtig oder gar nicht pflegten, doch zu meiner Überraschung und sicher auch mit viel Glück ernteten wir mehr frische, biologisch angebaute Bohnen, Tomaten, Salat, Zwiebeln, Möhren und Kartoffeln, als wir essen konnten – bei minimalem finanziellen Aufwand.

Jetzt, Jahre später, habe ich mehr Erfahrung und glücklicherweise auch mehr Geld als in meiner Studentenzeit. Inzwischen bedeutet mir der biologische Anbau von Lebensmitteln weit mehr, als in schlechten Zeiten ordentliches Gemüse zu ernten. Meine Gärten haben mich gelehrt, selbstbewusst und zuversichtlich auf meine Erfahrung zu vertrauen. Ich weiß, dass ich unabhängig vom Supermarkt das ganze Jahr über gesunde Produkte ernten und essen kann, die ich selbst gepflanzt habe. In meinem kleinen Dachgarten

erlebe ich mit fast kindlicher Neugier, Stolz und großer Spannung, wie meine Pflanzen wachsen und gedeihen.

Auf den Hinterhofgarten meiner Studentenzeit folgten noch viele Gärten zu ebener Erde und in der Höhe. Scyllas Einfallsreichtum, ihre Gartenweisheit und kategorische Weigerung, sich den gesellschaftlichen Zwängen Nordamerikas zu unterwerfen, haben mich ermutigt, meine eigenen Vorbehalte zu überdenken und sie ins Positive zu wenden.

Viele Stadtbewohner lassen sich vom eingeschränkten Platz entmutigen. Warum nur? Wer sagt denn, dass Gemüse und Salat nur auf großen eigenen oder gepachteten Gartenflächen wachsen? Doch selbst wenn der Platz vorhanden ist, mäkeln wir an den übrigen Bedingungen herum; und dann fehlt es angeblich an Wissen, Geld und, und, und... Wir finden immer einen Grund, keine Pflanzschaufel in die Hand zu nehmen.

Es ist richtig, dass jede süße, leckere Tomate und jede Handvoll frischen Basilikums aus einem gesunden Garten stammen. Es stimmt aber nicht, dass dazu ein großes Grundstück, möglichst auf dem Land, und ein enzyklopädisches Gartenwissen nötig sind. Überall auf der Welt bereichern die Stadtgärtner das lokale Angebot um gute Produkte. In Havanna (Kuba) stammen etwa 50–80% des frischen Gemüses aus der Stadt selbst – aus organischem Anbau! Das einzige Hindernis, es diesen Stadtgärtnern nachzumachen, ist unsere Angst, etwas falsch zu machen.



Balkonkästen sind zwar nicht perfekt, liefern aber erstaunlich viele und gute Produkte. Hier wächst eine üppige Auswahl Tomaten und Paprika.

Ich will Sie nicht anlügen. Natürlich muss man eine Menge lernen, bis der eigene Garten verlässliche Ernten liefert. Aber Sie müssen nicht alles von Anfang an wissen. Legen Sie einfach los, das nötige Wissen stellt sich dann schon ein – learning by doing. Für den Start brauchen Sie eine Anleitung (darin lesen Sie gerade) und eine oder zwei Pflanzen. Von da ab entwickeln sich ihre Fähigkeiten zusammen mit dem Garten.



Dieser Stadtbewohner hat den Rasen in seinem Vorgarten umgegraben und in ein Gemüsebeet verwandelt. In dem farbig angestrichenen Frühbeet wachsen Senfpflänzchen; das Fass fängt das Regenwasser vom Dach auf.

Lassen Sie sich nicht entmutigen: Fehler macht jeder; selbst einem erfahrenen Gärtner gelingt nicht alles. Sollte wirklich etwas komplett daneben gehen, räumen Sie die Reste weg und machen es beim nächsten Mal eben besser. Ehe Sie sich versehen, genießen Sie reife Erdbeeren, würzen mit frischen Kräutern, belegen einen Toast mit Tomatenscheiben – alles aus dem eigenen Garten.

Alles auf Bio

Der Wunsch zu wissen, woher unser Essen kommt und was es enthält, hat den Biobauern und organisch angebauten Produkten einen enormen Aufschwung gegeben, der ungebremst scheint. Viele Konsumenten entscheiden sich für Gemüse der Jahreszeit aus heimischem Anbau, statt Produkte zu kaufen, die Tausende von Kilometern vom Erzeuger zu uns unterwegs waren. In die Bewertung unserer Nahrung fließen heute auch die „Kosten“ ein, die sie im Hinblick auf Umwelt und unsere eigene Gesundheit verursachen. Vielleicht haben Sie dieses Buch genau deswegen gekauft: Sie erhoffen sich Hilfestellung, wie Sie mehr biologische Produkte zu erschwinglichen Preisen auf den Tisch bringen können. Mit „Bio“ ist es aber wie mit vielen anderen Schlagworten: Also, was bedeutet biologischer Anbau für Sie und Ihren Garten?

Einfach ausgedrückt, verzichtet der biologische Anbau komplett auf chemische Dünger oder Pestizide. Wenn Sie so vorgehen, sind Sie auf dem richtigen Weg. Außerdem ist es wichtig, den Garten mit und nicht gegen die Natur zu betreiben. Im Idealfall schaffen Sie so ein gesundes, nachhaltiges Gartenbiotop, in dem weder Krankheiten noch Schädlinge die Überhand gewinnen. Der Boden in einem Biogarten wird als lebende Einheit verstanden, die unterstützt und gefördert werden muss. Gesunder Boden ernährt gesunde Pflanzen, die aus eigener Kraft mit den meisten Problemen fertig werden. Chemische Dünger bewirken genau das Gegenteil: Während die Pflanzen kurzfristig besser wachsen, leiden langfristig die Boden- und andere Organismen.

In der Tat ist ein Biogarten weder besonders arbeitsaufwändig noch einschüchternd kompliziert. Wir reden hier nicht über einen 4 ha großen Profigarten. Auf dem Balkon einer Wohnung sind Schnecken kein wirkliches Problem und selbst in einem „Bodengarten“, wo sich die Schnecken austoben dürfen, sparen Sie Arbeitszeit, weil jegliche Abwehr im Biogarten auf guter Vorbeugung basiert. Wer auf

(unrealistische) Perfektion verzichtet, gewinnt Zeit, die Beine hochzulegen und die garantiert chemiefreien Produkte seiner Arbeit zu genießen!

Es geht los

Der erste Teil, „Trau Dich. Leitfaden für den Genussgarten“, soll Sie dazu inspirieren, das Beste aus dem Raum zu machen, der Ihnen zur Verfügung steht. In den Kapiteln stelle ich die grundlegenden Arbeitsschritte vor, die aus einer Fläche einen funktionierenden Garten machen. Außerdem biete ich Lösungen für die Probleme an, die in jeder Art von Garten zwangsläufig auftreten.

Einen funktionierenden Garten anzulegen ist eine Sache, es kommt aber auch darauf an, darin die Bedürfnisse jeder einzelnen Pflanze zu erfüllen. Daher widmet sich der zweite Teil („Die Pflanzen“) den Ansprüchen einer ausgewählten Zahl von Nutzpflanzen, damit sie eine köstliche Ernte liefern. Probieren Sie die faszinierenden alten Sorten von Nutzpflanzen aus, die nicht nur herrlich aussehen, sondern auch wunderbar schmecken. Richten Sie sich nach den Tipps und Tricks für den Anbau in Kübeln und im Boden. Hier können Sie später jederzeit nachschlagen, wenn Sie mit einer bestimmten Pflanze nicht weiterkommen oder etwas Neues ausprobieren möchten.

Die Arten in den drei Kapiteln von Teil 2 – „Gemüse“, „Obst“ und „Kräuter und essbare Blüten“ – sind im Wesentlichen alphabetisch angeordnet. In einigen Fällen wurden Pflanzen derselben Familien oder mit den gleichen Ansprüchen zu Gruppen zusammengefasst. Jede Gruppe beginnt mit einem einleitenden Abschnitt, dann folgen die Wachstumsbedingungen und Tipps für die Ernte.

Haupterntezeit ist der Spätsommer; dann kann das Angebot mega-üppig werden – manchmal fast zu üppig. Es wäre eine Schande, die Ernte verkommen zu lassen. Daher sollten Sie den richtigen Zeitpunkt nicht verpassen, wenn beispielsweise die Tomaten oder



Gurken erntereif sind. Und was macht man, wenn der Ertrag an Tomaten und Chili explodiert? Auch hier gibt Teil 2 die richtigen Antworten. Allgemeine Hinweise auf die Ernte – die beste Tageszeit, wie oft ernten – gibt der dritte Teil des Buches („Die Ernte ist reif“).

Teil 3 informiert darüber, wie man die Ernte früher gelagert oder konserviert hat und welche Möglichkeiten Sie heute haben. Ein wenig Know-How und ein paar Stunden Arbeit an einem Sonntagnachmittag sichern den Ertrag aus dem Garten für viele Monate.

Über Projekte und Rezepte

Die Zutaten in den Rezepten verraten etwas darüber, was meine Familie isst: Vollkornreis und -mehl, Biobutter und -milchprodukte und Backwaren mit wenig Zucker. Wir süßen nicht mit Zucker, sondern mit Ahornsirup, Honig und Agavensirup. Sollten Ihnen einige meiner gut bewährten Rezepte nicht süß genug schmecken, dann süßen Sie nach Geschmack nach. Das spezifische Aroma vieler Produkte richtet sich nach den örtlichen Gegebenheiten, dem Boden und sogar nach dem Wetter – passen Sie die Zutaten also ruhig an Ihren persönlichen Geschmack und Ihre individuellen Essgewohnheiten an.

Alle Projekte in diesem Buch sind nach ihrem Schwierigkeitsgrad mit 🍀 (besonders einfach) bis 🍀🍀🍀🍀 (besonders schwierig) markiert. Entscheiden Sie selbst, was Sie sich zutrauen.

Teil 1

*Träum Dich.
Leitfaden für den
Genussgarten*



Kapitel 1: Gärten überall



Terrassen, Balkone, Dächer, Sitzplätze, Mittelstreifen, Baumscheiben, Kübel oder Fenstergärten warten nur darauf, in einen Garten verwandelt zu werden.

Während der großen Weltwirtschaftskrise, im zweiten Weltkrieg und immer dann, wenn Geld und Nahrung knapp waren, haben die Nordamerikaner ihre Tomaten, Bohnen und anderes Gemüse auf jedem verfügbaren Fleckchen Erde selbst angebaut. Damals machte sich niemand Gedanken darüber, ob der Platz der „richtige“ sei. Während sich diese Einstellung in vielen Ländern der Erde bis heute erhalten hat, träumen die Menschen in den hoch industrialisierten Ländern leider zu oft von einem romantischen Gemüsegärtchen auf idealem Standort mit gutem Boden und möglichst gleich hinter dem Haus – aber von der Terrasse aus nicht zu sehen.

Ich muss zugeben, dass ich diesen Traum vom eigenen Garten auch geträumt habe, den ich in einen Mini-Bauernhof hinter dem Haus verwandeln wollte. Doch wenn ich mich jetzt auf meinem Dachgarten mit seinen zahllosen Kübeln umsehe und an meinen Anteil unseres hübschen Gemeinschaftsgartens denke, habe ich wohl alles richtig gemacht. Meine Gärten sind zwar keine eingezäunten Rechtecke in der Ecke eines großen Grundstücks und verteilen sich auf mehrere Standorte, aber sie reichen völlig aus. Das sehe ich jeden Tag auf meinem Tisch.

Jede Pflanze „will“ wachsen und manche erkämpfen sich den nötigen Platz selbst unter schwierigen Bedingungen. Natürlich stellen die meisten unserer hoch gezüchteten Nutzpflanzen größere Ansprüche als die Feld-Wald-und-Wiesen-Unkräuter. Aber viele

Kräuter und Gemüse sind zäh und ausdauernd genug, selbst an ungewöhnlichen Orten zu gedeihen. Haben Sie einen Vorgarten mit Rasen? Graben Sie einen Teil davon um und legen Sie Hochbeete an. Der Rasen war vermutlich ohnehin nie besonders dekorativ. Und wie sieht es mit dem nutzlosen Erdstreifen hinter der Garage aus? Wer sagt, dass die Grenze zum Nachbarn mit einer Hecke bepflanzt werden muss? Wie wäre es mit Mangold oder Purpurbasilikum? Oder stehen Sie mehr auf dem unglaublichen Lavendel? Viele solcher „ungeeigneten“ Stellen haben großzügiges Sonnenlicht und sind ideal für mediterrane Arten. Gehen Sie in sich: Vielleicht hatten Sie den „idealen“ Platz täglich vor Ihrer Nase!

Selbstverständlich gibt es auch Möchtegern-Gärtner, die tatsächlich kein Stück freier Erde haben. Dann bleiben immer noch Schösslinge, die sogar in einer dunklen Küche oder in Blumenkästen (siehe „Mini-beete auf kleinstem Raum“, Seite 14) gedeihen oder Töpfe mit Schnittlauch auf der Fensterbank (siehe „Genussgarten auf der Fensterbank“, Seite 16). So winzig solche „Gärten“ auch sein mögen, sie sind der Einstieg in einen echten Gemüsegarten. Vielleicht bietet sich später die Gelegenheit, ehrgeizigere Pläne jenseits der Fensterbank zu verwirklichen. Heute ist es noch ein einziger Topf mit Tomaten auf der Treppe, doch vielleicht blättern Sie schon bald mit erwartungsvollem Blick durch einen Samenkatalog und markieren interessante Angebote.



Dieses winzige, von Abfallhölzern zusammengehaltene Tomatenbeet fiel mir hinter einer Garage in einer Gasse von Toronto auf. Ästhetisch lässt es zwar zu wünschen übrig, aber es ist ein Garten. Solche Versuche inspirieren

mich immer wieder, meinem eigenen Weg zur Selbstversorgung zu folgen. Auf jedem Grundstück, in jeder Wohnung finden sich Orte, wo wirklich jeder ein paar Nutzpflanzen ziehen kann.

Minibeete auf kleinstem Raum



Sie brauchen

- Samen
- Blumen- oder einen anderen Kasten (mindestens 10 cm tief) mit Dränagelöchern im Boden
- Pflanzerde
- Untersetzer ohne Löcher, um überschüssiges Wasser aufzufangen

Jeder, und ich meine wirklich jeder, kann frische Keim sprossen in seiner Küche ziehen – auf kleinstem Raum und bei schlechtem Licht. Sprossen sind voll gepackt mit allen möglichen guten Dingen: Antioxidantien, Enzyme, Vitamin C, Ballaststoffe und Proteine. Sie schmecken wunderbar zu Suppen, Salaten und auf Sandwichs.

Wo eine Fensterbank ist, ist Licht. Dort können Sie die Keim sprossen zu Mini-Sprösslingen heranwachsen lassen; eine Woche oder mehr reichen aus. Solche Miniaturpflanzen haben schon Blättchen gebildet und unterscheiden sich in Farbe, Geschmack und Biss von den Sprossen. In den Spitzenrestaurants geben die Sprösslinge vielen Gerichten erst den letzten Schliff. Aus eigener Ernte kosten sie fast nichts. Viele Samen händler bieten bereits fertige Samenmischungen an, Sie können sich aber leicht eine persönliche Mischung selbst zusammenstellen (siehe unten).

Alle Samen, von den winzigsten Körnchen bis zu den großen Bohnensamen, keimen in Erde. Die beste Qualität finden Sie in Bioläden oder Samenhandlungen, die „Bio-Samen“ verkaufen. Die Samen dürfen auf keinen Fall gegen Pilzbefall gebeizt worden sein.

Sprossen & Sprösslinge

Erdig

Blattsalat, Spinat, Sonnenblume, grüne Erbsen, Adzuki-bohnen, Brokkoli, Linsen, Alfalfa, Rote Bete, Kopfkohl

Würzig

Senf, Kresse, Daikon, Radieschen, Zwiebeln, Grünkohl, Rukola

Saftig

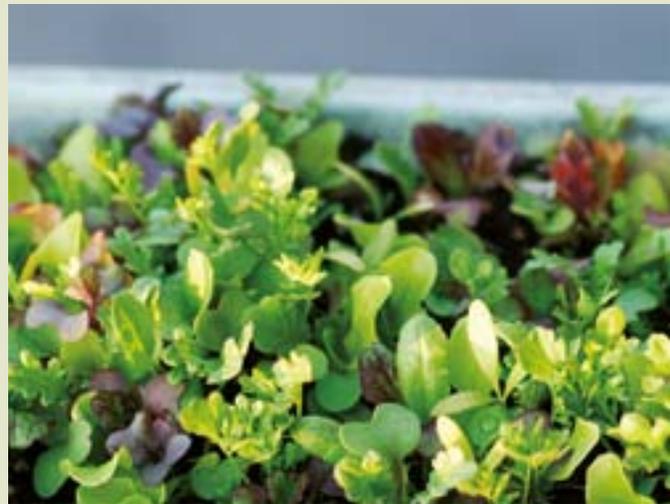
Weizengras, Alfalfa, Mungbohnen

Wie wird's gemacht?

1. Wenn die Samen bei Zimmertemperatur 4–8 Stunden in Wasser quellen, keimen sie schneller aus. Bohnen mit harten Schalen müssen länger quellen als kleine Samen.
2. Gießen Sie das Wasser ab und spülen Sie die Samen kurz mit frischem Wasser ab.
3. Füllen Sie den Kasten zu zwei Dritteln mit feuchter Pflanzerde. Glätten Sie die Erde; sie muss aber nicht völlig eben sein. Ein paar Buckel verderben die Ernte nicht.
4. Streuen Sie den Samen gleichmäßig aus und decken Sie eine dünne Schicht Erde darüber. Auf Seite 25 wird genauer erklärt, wie gesät wird.
5. Stellen Sie den Kasten in den Untersetzer und gießen Sie ihn vorsichtig. Der Kasten gehört an einen warmen Platz; die Erde sollte stets etwa so feucht wie ein Schwamm sein. Bis zur Keimung brauchen die Samen kein Licht. Die Keimzeiten richten sich nach der Pflanzenart: Radieschen, Kresse, Kohl und Senf keimen in 4–8 Tagen, Sonnenblumen und Zwiebeln brauchen 10–14 Tage.
6. Sobald die Keim sprossen aus der Erde ragen, wird der Kasten auf eine sonnige Fensterbank gestellt. Die Erde muss weiter feucht sein, darf aber nicht nass werden.

Ernte: Keim sprossen können sofort geerntet werden, sobald sie aus der Erde schauen. Schneiden Sie sich Ihren Bedarf mit einer scharfen Schere ab. Nach ein paar Tagen bis zwei Wochen sind die grünen Mini-Sprösslinge erntereif (wenn sie vier und mehr Blatt-paare gebildet haben).

Nach der Ernte: Sie können so lange ernten, bis keine neuen Pflanzen mehr austreiben. Weizengras kann mehrfach abgeschnitten werden. Danach wird der gesamte Kasteninhalt kompostiert – auf ein Neues (Seite 46).



Fröhliches Recyclen: Statt ständig neue Plastiktöpfe zu kaufen, recyceln Sie einfach Joghurtbecher, Margarine- und andere Dosen. Bohren Sie ein paar Löcher in den Boden, stellen Sie den Deckel als Untersetzer darunter und los geht's.

Hydrokultur: Das Keimen im Einweckglas oder auf einer feuchten Unterlage ist in Verruf gekommen, weil die Gefahr von *E. coli* und Salmonellen droht. Es ist in der Tat nicht leicht, die Sprosse vor Bakterien und Pilzen zu schützen. Wenn Sie sich für den Kasten mit Erde entscheiden, sind sie auf der sicheren Seite.

Genussgarten auf der Fensterbank



Kräuter, Grünzeug, Salate, essbare Blüten und sogar Chili gedeihen bestens in einem Blumenkasten auf der Fensterbank. Vor allem im Sommer, wenn die Tage länger und die Temperaturen höher werden, sind Fensterbänke perfekte Standorte. Im Schatten können Sie der Sonne mit künstlichem Licht – professionelle Pflanzenlampen, zur Not auch einfache Lampen mit Tageslichtcharakter – auf die Sprünge helfen.



Die Pflege

Pflanzen im Blumenkasten halten nicht ewig. Verlängern Sie die Lebensdauer durch regelmäßiges Gießen, gute Drainage und so viel Licht wie möglich. Gießen Sie immer dann, wenn die Erde etwa 2–3 cm unter der Oberfläche auszutrocknen beginnt. Wie oft die Gießkanne nötig ist, hängt von der Situation ab: Kästen und Töpfe an einem warmen, sonnigen Fenster

oder über der Heizung trocknen schneller aus als ein Kasten am Nordfenster. Bevor Sie also zur Gießkanne greifen, erst den Finger in die Erde stecken und die Feuchtigkeit in 2–3 cm Tiefe prüfen.

Pflanzen, die in feuchter Atmosphäre wachsen, kommen im Sommer besser über die Runden. Erhöhen Sie die Luftfeuchtigkeit durch regelmäßiges Besprühen oder stellen Sie die Töpfe in eine Wasserschale mit Kieselsteinen.

Vorbeugung gegen Schädlinge und Krankheiten

Im Winter dürfen die Kästen nicht gedüngt werden. Die Tage sind zu kurz und die Pflanzen würden im schwachen Licht schwache, schütterere Triebe bilden. Schneiden Sie die Pflanzen lieber regelmäßig zurück, damit sie kompakt und buschig wachsen.

Welche Pflanzen?

Nebeneinander im selben Gefäß dürfen nur Pflanzenarten mit denselben Ansprüchen an ihre Umgebung wachsen. So lieben mediterrane Kräuter, wie Oregano, Majoran, Salbei und Thymian, direkte Sonne und gut durchlässige Erde. Auch die verschiedenen Salate passen gut zusammen, während Chili in einen eigenen Topf gehört.

Greifen Sie beim Zimmergarten möglichst auf vorgezogene Pflänzchen zurück – das erleichtert die Arbeit und geht am schnellsten. Nur Basilikum, Ringelblume, Veilchen, Stiefmütterchen und Korianther lassen sich problemlos auch aus Samen ziehen. Auch bei allen Formen von Schösslingen und Salaten sind Samen die bessere Wahl.

Welche Pflanzgefäße?

Dank ihrer schmalen, langen Form sind handelsübliche Blumenkästen ideal für die Fensterbank. Stöbern Sie aber ruhig in Geschäften und auf Märkten nach hübschen Alternativen, wie den quadratischen Töpfen auf der Abbildung. Kästen und Töpfe sollten allerdings mindestens 15 cm hoch sein; sie müssen Drainagelöcher am Boden haben und auf passenden Untersetzern stehen. Je höher der Topf, desto größer ist die Chance, dass Pflanzen lange durchhalten. Bei Töpfen ohne Bodenlöcher behelfen Sie sich mit einer 2–3 cm hohen Bodenabdeckung aus Kies oder Tonscherben, die als Wasserreservoir dienen. In diesem Fall müssen Sie aber sehr kontrolliert gießen, damit die Wurzeln nicht ertrinken – sinnvoll allenfalls für kurzlebige Arten.

1. Füllen Sie die angefeuchtete Erde bis etwa 5–10 cm unter den oberen Rand ein.
2. Bohren Sie für jedes Pflänzchen oder Ableger ein eigenes Loch in die Erde.
3. Nehmen Sie die Pflänzchen aus ihren Containern und setzen Sie sie in das neue Gefäß ein. Lassen Sie zwischen den Pflanzen genügend Platz, damit sich Wurzeln und Blätter ausbreiten können. In einen Kasten von 30 x 15 cm passen drei normalgroße Pflanzen.
4. Füllen Sie die restliche Erde ein; achten Sie darauf, dass umgetopfte Pflanzen nicht tiefer stehen als vorher. Der Wurzelhals – dort treffen sich Spross und Wurzel – muss gerade frei liegen. Zwischen Oberkante, Kasten und Erde bleibt ein etwa 3–5 cm großer Abstand für das Gießwasser.
5. Gießen Sie so lange Wasser nach, bis es unten aus den Löchern heraustropft.

Sie brauchen

- Blumenkasten oder Topf mit Drainagelöchern
- Kieselsteine oder Tonscherben (optional)
- Pflanzerde
- Samen, Pflänzchen oder bewurzelte Stecklinge



Für Fensterbänke in voller Sonne:

- Thymian
- Oregano
- Salbei
- Majoran
- Chili (versuchen Sie die winzigen 'Chinese Ornamental' oder die wüchsige Sorte 'Red Rocoto')
- Basilikum (vorzugsweise kompakte Sorten wie 'Purpurbasilikum')
- Petersilie
- Kresse
- Ringelblume

Für Fensterbänke mit leichtem Schatten:

- Minze
- Schnittlauch
- Kopfsalat
- Spinat
- Petersilie
- Thymian
- Mizuna
- Winterportulak
- Veilchen und Stiefmütterchen



Platz ist überall

Wenn das Verlangen nach einem Garten größer ist als der Platz auf der Fensterbank, müssen Auswege her. Aber wohin mit den Pflanzen, wenn man keinen eigenen Garten hat? Sie könnten eine Gartenfläche pachten oder ein freies Stück Land mit Nachbarn und Freunden als Gemeinschaftsgarten bewirtschaften.

Gemeinschaftsgärten

In einigen Großstädten hat sich die Idee des Gemeinschaftsgartens bereits durchgesetzt. Die Stadt stellt Grundstücke zur Verfügung, die von Gartengemeinschaften genutzt werden. Die Pflege des Gesamtgartens übernimmt die Gemeinschaft, doch jedes Mitglied der Gemeinschaft bewirtschaftet auch sein privates Stückchen Gartenland. Anders als Schrebergartenkolonien – mit langjährigen Pachtverträgen und einer festen Satzung – sind Gemeinschaftsgärten lockerer organisiert und eher auf kurzfristige Nutzung angelegt.

Sollte es in Ihrer Gemeinde keine Gemeinschaftsgärten geben, schließen Sie sich mit ein paar Gleichgesinnten zusammen und erkundigen Sie sich bei der Gemeinde nach einem Stück Brachland – vielleicht haben Sie Glück.



Gärten auf der Straße

Auf Asphalt wachsen natürlich keine Pflanzen, aber an vielen Stellen – Mittelstreifen, Seitenstreifen, Bürgersteige, Baumscheiben, unbebaute Grundstücke – in der Stadt liegt nackte, ungenutzte Erde brach, die von Unkräutern erobert wird. Selbst solche „trostlosen“ Flächen lassen sich eingeschränkt als Garten nutzen. Ähnlich wie eine Hausbesetzung ist auch diese Flächenbesetzung nicht legal, aber es muss ja nicht gerade der Mittelstreifen einer viel befahrenen, vierspurigen Schnellstraße sein. In Wohngebieten finden sich überall ruhige, nicht genutzte Ecken, die Platz für ein paar Samen bieten.

Schon immer hat es „Guerilla-Gärtner“ gegeben, die Blumensamen in eine Baumscheibe gesät und dann sich selbst überlassen haben. Wer ein öffentliches Stück Erde sinnvoll nutzen möchte, beweist zumindest, dass er bereit ist, Verantwortung zu übernehmen. Sie sollten allerdings bedenken, dass Gemüse auf der Höhe von Auspuffgasen nicht unbedingt erstrebenswert ist. Aber vielleicht können Sie Ihre Nachbarn davon überzeugen, dass ein vernachlässigter Grünstreifen neben dem Bürgersteig als Wildblumenbeet viel freundlicher aussähe. Zur Sicherheit empfiehlt sich ein Anruf bei der Gemeindeverwaltung, denn was nützt das schönste Blumenbeet, wenn Sie sich dafür eine Anzeige einhandeln.

Vom Traum zum Plan

Lange Zeit galt der Kleingarten als spießig und kleimbürgerlich – praktisch und nützlich, aber gut versteckt hinter dem „richtigen“ Garten. Hinter hübschen, nicht essbaren Blumen wuchsen die Salate und Gemüse auf einem sonnigen, aber unsichtbaren Fleckchen Gartenerde.

Nutzpflanzen als Zierpflanzen

Inzwischen hat sich unsere Einschätzung total geändert, denn gerade die traditionellen, alten Gemüsesorten haben hübsche Farben und sehen prächtig aus. Endlich erhalten der früher heiß geliebte Mangold und der Grünkohl wieder die Aufmerksamkeit, die sie verdienen. Moderne Gartengestalter werfen alte Vorurteile über den Haufen und setzen essbare Pflanzen neben die Zierpflanzen in den Vordergrund der heiligen Staudenrabatte. Außerdem hat sich gezeigt, dass sich viele Blüten auch im Essen gut machen. Sie sehen als Zutat zum Hauptgericht oder im Dessert nicht nur gut aus, sondern schmecken köstlich und sind nahrhaft. Gärtner mit wenig Platz müssen sich nicht mehr zwischen Schönheit und Nützlichkeit entscheiden, sie können die Blumenpracht genießen und sie aufessen!

Essbare Zutaten im Garten

Die einfachste Möglichkeit, Nutzpflanzen im Garten unterzubringen, bietet das Blumenbeet. Pflanzen Sie an Stelle von Ziergräsern oder Purpurglöckchen dekorative Gemüsesorten: Roter Mangold 'Rhubarb Chart' oder Grünkohl 'Redbor' sind während der Wachstumsphase ein wunderbarer Ersatz für Funkien und Buntnesseln. Hoher Dill mit seinen fedrigen Blättern und der metallische Bronzefenchel duften nicht nur aromatisch, sondern stechen die unverdaulichen Astilben auch optisch aus. Wenn Sie Nutzpflanzen als Blattschmuck einsetzen, sparen Sie sogar Geld.

Die großen Artischocken setzen genauso faszinierende Blickpunkte wie Zierdisteln und belohnen Sie am Ende der Vegetationsperiode mit den leckeren Blütenböden. Wenn Sie ganz gewöhnlichen Porree über Winter im Beet stehen lassen, treibt er im Frühling mit einem farbigen, kugelförmigen Blütenstand aus – ein preiswerter Ersatz für den teuren Zierlauch (*Allium giganteum*). Japanischer Basilikum (Shiso) oder Basilikum 'Dark Opal' übernehmen mit ihren roten Blättern an einem sonnigen Standort die Aufgabe der Blattschmuckpflanzen und liefern das Aroma für Tees und Pesto. Von vielen Arten sind panaschierte Sorten im Handel, die meist die Bezeichnung 'Variegata' tragen (Paprika, Minze, Oregano); auch die Kapuzinerkresse (*Tropaeolum 'Alaska Mix'*) hat panaschierte Blätter. Es gibt sogar Tomaten mit weiß-grün panaschierten Blättern. Die Früchte gibt es gewissermaßen als Bonus nach dem Blattschmuck.





Linke Seite: Prachtvoller Purpurbasilikum 'Purple Ruffles'.

Oben links: Erdbeeren, Veilchen und Purpurbasilikum 'Purple Ruffles' teilen sich einen Erdbeertopf im Frühling.

Oben: Farbige Bohnen verschönern einen Zaun.

Links: Stattlicher Amaranth und Mangold schmücken einen sonnigen Randstreifen.

Der zeitgemäße Gemüsegarten

Gemüse als hübscher Blattschmuck zwischen den Blumen ist aber erst der Anfang. Planen, dekorieren und organisieren Sie gerne? Dann machen Sie sich an die Arbeit und gestalten Sie den gesamten Küchen- oder Gemüsegarten als Ziergarten. Die historischen Gemüsegärten waren formal aufgebaut, mit geometrisch angeordneten, rechteckigen Beeten. Doch was spricht dagegen, das Gemüse heute in lockeren Gruppen, Bögen oder Spiralen zu pflanzen? Die Kombination aus Nutzpflanzen und guten Nachbarn (siehe Seite 34) sieht nicht nur gut aus, sondern hilft auch, den Garten gesund zu halten.

Säumen Sie Ihren Gemüsegarten mit bunten, niedrigen Salaten, Kapuzinerkresse, Kamille, Thymian, Erdbeeren, krauser Petersilie oder Veilchen als Blickfänge. Oder halten Sie sich an traditionelle, rechteckige Beete, die von sauber beschnittenen Hecken aus Rosmarin, Lavendel oder Blaubeeren eingefasst werden.

Beziehen Sie die dritte Dimension mit ein: Rankgitter aus Holz oder Stangenzelte aus Bambus dienen als Kletterhilfe für hohe Stangenbohnen, Erbsen oder

Tomaten. Konstruieren Sie eine organische Form aus abgeschnittenen Zweigen oder stabilen Ranken. Pflanzen Sie Salat, Thymian oder Purpurbasilikum 'Purple Ruffles' darunter, um den Boden zu schützen und Unkraut zu unterdrücken – Bodendecker erleichtern die Arbeit.

In kleinen Gärten spart „vertikales“ Gemüse sehr viel Platz; es verkleidet Zäune und dient als Sichtschutz. Entscheiden Sie sich für problemlose, wüchsige Arten, wie mexikanische Minigurken (*Melothria scabra*) mit zierlichen Blättern und kleinen, sehr leckeren Früchten oder Feuerbohnen mit leuchtend roten Blüten und großen, hängenden Hülsen. Eine Reihe Topinambur wächst zu einem lebenden Sichtschutz aus 3 m hohen Pflanzen mit sonnenblumenartigen Blüten heran. Lassen Sie Hopfen (*Humulus lupulus*) über Stangen oder einen Zaun zu einem Schirm wachsen; die jungen Triebe werden im Frühling wie Spargel zubereitet. Da sich Hopfen extrem stark ausbreitet – wer Hopfen im Garten hat, wird ihn nie wieder los –, sollten Sie seinen Ausbreitungsdrang gehörig eindämmen: Pflanzen Sie ihn daher in einen großen Kübel.



◀ Zweige vom letzten Gehölzschnitt als Kletterhilfe für Erbsen.

Die leuchtend rosa Blüte ▶ dieser Knollenbegonie bringt den Topf zum Strahlen; außerdem ist sie essbar. Die saftigen Blütenblätter schmecken sauer wie Zitronen und lassen sich entsprechend verwenden.



UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Gayla Trail

Gärtnern geht überall!

Obst, Gemüse und Kräuter auf kleinstem Raum

Gebundenes Buch, Pappband, 208 Seiten, 19,0 x 23,0 cm

ISBN: 978-3-572-08036-6

Bassermann Inspiration

Erscheinungstermin: März 2012

Wenig Platz und trotzdem viel Ernte

Für selbstgezogene Gemüse, Kräuter und Obst braucht man nicht viel Platz. Der Balkon, ein Flachdach, ein Kasten auf der Fensterbank, ein Fleckchen Erde im Hinterhof genügen. Gayla Trail, Gründerin einer der erfolgreichsten Gartencommunities, erklärt in diesem wunderbaren Buch, wie man Tomaten, Erdbeeren, Thymian & Co. umweltverträglich anbaut, den richtigen Ort wählt, die Pflanzen pflegt und Schädlinge abwehrt.