

# ZUM FRIESSIEN GIERN

Biologischer Pflanzenschutz für Haus und Garten



Sonja Stockmann

## Gesund ernähren in kritischen Zeiten

Noch während diese Zeilen geschrieben oder gedruckt werden, kann die aktuelle Situation eine völlig andere sein. Wir befinden uns in der Corona-Krise und sollten uns gerade deshalb nicht lähmen lassen, sondern nach neuen Wegen und Möglichkeiten suchen. Die Bedeutung der gegenseitigen Unterstützung gewinnt an Bedeutung. Das gilt nicht nur für die Familie, sondern sollte auch unsere Mitmenschen betreffen. Dabei denken wir an den Obstbauern, den Landwirt oder den Gärtner von nebenan. Vielfach sind diese Betriebe Arbeitgeber für unsere eigenen Nachbarn oder Familienmitglieder. Sie stehen uns nah.

Nicht durch geschlossene Lebensmittelläden, sondern durch den gestrichenen Urlaub, gewinnt die Arbeit im Garten an Bedeutung. Auch die Selbstversorgung auf dem städtischen Balkon rückt wieder mehr in den Fokus. Nicht zuletzt, weil man es sich in seiner nahen Umgebung an die man nun fester gebunden ist, schön einrichten möchte. Die Landwirte und Gemüsebauern von nebenan haben sich stark gemacht, dass frische Lebensmittel jederzeit verfügbar sind, auch wenn der pendelnde Grenzverkehr behindert wird. Wir sollten in diesem Zusammenhang besonders an den Wert unserer Böden und nationalen Landwirtschaftsflächen denken. Welchen Nutzen haben wir von ihnen noch, wenn wir in der Krise feststellen, dass sie versiegelt sind oder aufgrund des klimatischen Einflusses nicht mehr fruchtbar? Vielleicht nutzen wir den Überschuss an Zeit, um einmal in größeren Zusammenhängen nachzudenken. Was bedeutet



Eine „Wiese“ auf dem Balkon

Freiheit? Weltweit reisen und mit dem Auto überall hinfahren dürfen oder immer verfügbares klares, sauberes Wasser und das Wissen um die Vielfalt unserer Lebensmittel sowie die uneingeschränkte Möglichkeit, diese vor Ort zu produzieren. Langfristig gesehen stehen sich unterschiedliche Freiheitsansprüche leider im Weg. Wer global denkt, wird sich dessen bewusst.

Allein das Angebot in den heute üblichen Lebensmittelläden der bekannten Konzerne bietet an Breite nur einen Bruchteil von dem, was die Natur bietet. Haben Sie beispielsweise schon einmal von diesen Feldfrüchten gehört:

### Blattgemüse und Salate

Blatt- oder Stielmangold mit neon-leuchtenden Stielen, die sehr attraktiv im gemischten Blumenkasten in Kombination mit Erdbeeren und Kräutern sein können. Desweiteren werden Schildampfer, chinesischer Stielsalat oder Blütenkohl, Pak Choi, Speisechrysantheme, Rucola geboten und auch die jungen Blätter von Radieschen schmecken köstlich im gemischten Salat. Wie wäre es mit Hirschgeweih-Wegerich, Guter Heinrich, Grüner Hirschzunge, Löffelkraut und Ochsen-

zunge? Portulak, Melde und Erdbeerspinat runden die Auswahl ab.

### Bohnen und Erbsen

Flageolet-Bohnen, Jackbohne, platzsparende Stangenbohnen für den Balkon, Lablab-Bohnen oder die roh verzehrbare Meterbohne (auch Spargelbohne genannt). Köstlich sind auch junge Zuckererbsen, etwas exotischer die Spargelerbse.

### Gurken

Oliven-Gurke, Armenische Gurke, Zitronen-Gurke und für heiße Sommer die Horngurke „Kiwano“.

### Kohlgemüse

Sehr vielseitiges Sortenangebot und ganzjährig zu ernten, wenn von Kohlrabi über Meerkohl und Kohlsprossen bis Grünkohl alles abgedeckt wird.

### Wurzelgemüse und Knollen

Pastinake, Rapunzel-Glockenblume, Mangoldwurz, Karotten in farbenfroher Palette verschiedener Sorten, Rübchen, Schwarzwurzel, Haferwurz, Kerbelrübe, Zuckerwurz, Knollenziest und Speise-Klettenwurz.

Wir ergänzen das Angebot durch eine unendliche Vielzahl von Kürbissen, Mais, Rettich und natürlich Kräutern ab. Als Selbstversorger im eigenen Garten können Sie Samen der verschiedensten Pflanzen bestellen und ausprobieren. Gute Literatur begleitet Ihren Forschersinn. Auch unsere lokalen Buchhändler freuen sich über telefonische Bestellungen und einen Umsatz über persönliche Lieferdienste. Auch Zierpflanzen können in dieser kritischen Zeit einen mehrfachen Nutzen haben. Sie erfüllen unser Herz durch die Blütenpracht und viele von den Blühern sind sogar dekorativ auf unserem Teller. Hier ein paar Beispiele dafür:

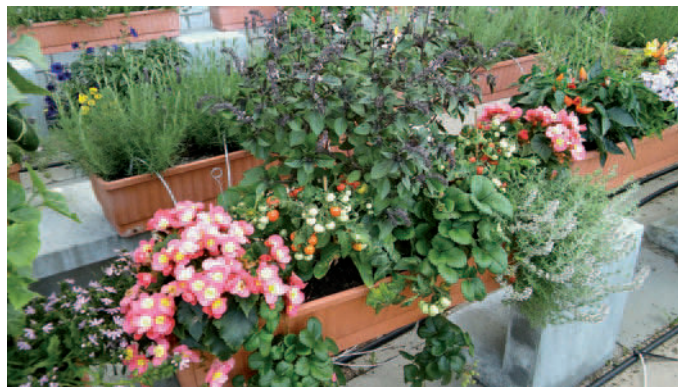
### Essbare Blüten

Duftveilchen *Viola odorata* oder *Viola tricolor*, Wegwarte *Cichorium intybus*, Sumpf-Mädesüß *Filipendula ulmaria*, Gundermann *Glechoma hederacea*, Taglilie *Hemerocallis*, Malven *Malva sylvestris* und *M. moschata*, Austernpflanze *Mer-*



Vogelmiere macht sich auch im Balkonkasten neben immergrünen Koniferen und anderen Zierpflanzen gut und peppt jeden Sommersalat auf.

*tensia maritima*, Tripmadam *Sedum reflexum*, Duftnessel *Agastache sp.*, Römische Kamille *Chamaemelum nobile*, Zitronenduftendes Johanniskraut *Hypericum hircinum*, Monarda *Monarda sp.*, Stockrose *Alcea rosea*, Allium-Arten, Eibisch *Althaea officinalis*, Ochsenzunge *Ancusa azurea*, Ringelblume *Calendula officinalis*, Kapuzinerkresse *Tropaeolum majus*, Lavendel *Lavandula sp.*, Primeln *Primula elatior* und *P. veris*, Rosen *Rosa sp.*, Holunder *Sambucus nigra*, Nelken *Dianthus sp.*, Funkien *Hosta sp.*, Nachtviole *Hesperis matronalis*, Vergissmeinnicht *Myosotis sp.*, Ballonblume *Platycodon grandiflorus*, Hoher Sommerphlox *Phlox paniculata*, Nachtkerze *Oenothera sp.*, Zimmerknoblauch *Tulbaghia violacea*, Palmlilie *Yucca sp.*, Dahlien *Dah-*



Gemischter Balkonkasten mit essbaren Blüten, Beeren und Kräutern

*lia sp.*, Begonien, Löwenzahn, Linde, Gänseblümchen, Duftpelargonien, Sonnenblumen, Jasmin, Glockenblumen, Lungenkraut, Senf, Kohllarten, ...

Essbare Blüten können Salate, Cocktails oder Nachspeisen verschönern. Auf Kuchen sind besonders kandierte Blüten attraktiv. Vor der Ernte zieren sie

Garten oder Blumentopf in Kombination mit Blattgemüse, Beerenobst und Kräutern. Ein richtiger Naschgarten! Vor dem Verzehr sollten natürlich keine Pflanzenschutzanwendungen durchgeführt worden sein. Zierpflanzen mit essbaren Blüten kaufen Sie deshalb am besten beim Gärtner des Vertrauens oder in der Naturgärtnerei.

Der Aussaat und dem Bepflanzen steht nun nichts mehr im Wege. Wer es schnell und einfach haben möchte, kauft Jungpflanzen bei unseren heimischen Gartenbaubetrieben ein. Neben Zierpflanzen für Balkon und Beet bieten unsere lokalen Gartenbaubetriebe auch eine Fülle von Kräutern, Jungpflanzen von Frucht-, Blatt- und Kohlgemüse sowie junge Obstgehölze für größere Töpfe oder den Gartenboden. Sie beraten auch bei Kombinationen, Bedürfnissen von Pflanzen und dem Einsatz von Nützlingen und Pflanzenstärkung. Holen Sie sich Urlaub und Genuss in Garten und Balkon und lassen Sie das Jahr 2020 unvergesslich werden! ■

## Leseranfrage

### Wie kann ich Wühlmäuse von meinem Garten fernhalten oder sie bekämpfen?



Wühlmäuse richten in allen Kulturen Schäden an, eine Bekämpfung vor dem ersten Wurf ist naturgemäß am sinnvollsten. Mit der klassischen Drahtbügel- oder Zangenfalle lässt sich mit etwas Übung der Befall mit Wühlmäusen recht effektiv reduzieren. Als giftig für die Wühlmäuse gelten die Samen der kreuzblättrigen Wolfsmilch (*Euphorbia lathyris*), landsläufig auch als Mauskraut bezeichnet. Ebenso ist das Kraut der Hundszunge (*Cynoglossum officinale*) giftig. Bei größeren

Anlagen empfiehlt sich die Errichtung von Sitzstangen für Greifvögel, um sie derart zum Jagen einzuladen.

Ein Vergrämen der ungeliebten Mitbewohner ist durch Unterpflanzen von Kaiserkrone (der Wurzelgeruch vertreibt die Mäuse), kleinkronige Narzissensorten, Knoblauch und Stechapfel möglich. Bei letzterem ist das rechtzeitige Entfernen der Samenstände notwendig, um eine unerwünschte Massenausbreitung



Kreuzblättrige Wolfsmilch

zu verhindern. Ob das Eingraben von leeren Flaschen bis zur Mündung mit dem dadurch entstehenden Windpfeifen Wühlmäuse vertreiben kann, ist auszuprobieren. Das Ansetzen von Holunderblättern in Wasser und das Eingießen dieser Jauche in die Mausgänge soll ebenfalls vertreibend wirken.