

A man with short brown hair and glasses, wearing a white shirt, is smiling broadly. He is holding a woven basket filled with fresh raspberries. He is standing in a garden, with green foliage and a wooden post visible in the background. The overall scene is bright and sunny, suggesting a healthy, natural environment.

Karl Ploberger

# So werde ich Biogärtner

12 Projekte für natürliches Gärtnern

Ulmer



*„Grabgabel rütteln statt Spaten schwingen – das spart Schweiß und macht den Boden gesund. Hilft dann auch noch der Regenwurm, geht es dem Boden gut“.*

sandigen, schotterhaltigen Böden zu den „Problemfällen“. Im ersten Fall hilft nur die tiefgründige Lockerung, „Rigolen“ nennt das der Fachmann, dabei wird die Erde mindestens zwei Spaten tief gelockert und dabei sofort mit Sand durchlässig gemacht. Konsequentes und über 10 und mehr Jahre dauerndes Bodenpflegen durch jährliche Kompostgaben und permanentes Mulchen fördern aber auch in solch „schwierigen“ Böden den fleißigen Helfer des Biogärtners, den Regenwurm. Er lockert den Boden bis in eine Tiefe von über 2 Meter, macht ihn durchlässig und reichert ihn mit dem besten Dünger an, den es gibt – Regenwurmhumus!

Problematischer sind dagegen echte Sand- oder Schotterböden. Hier kann meist nur durch die bewusste Zugabe von lehmiger Erde eine stabile Grundlage für das Wachstum des Gemüses geschaffen werden. Andernfalls wird Kompost und Mulch zwar für kurze Zeit das Gedeihen der Pflanzen verbessern, aber nach und nach „versickert“ der Humus in tiefen Erdschichten. Wer es nicht selbst erlebt hat, kann das gar nicht glauben – aber in norddeutschen Gärten, z. B. rund um Berlin, gehört das „Sandspielen“ zum Alltag bei der Gartenarbeit.

## Den Boden sanft behandeln

Gehen Sie beim Bearbeiten des Bodens nicht mit „Gewalt“ vor. Zwar müssen Sie in der ersten Phase das jährliche Umgraben im Spätherbst praktizieren, um die organische Bodenlockerung zu verbessern, später aber genügt der „Sauzahn“ oder die Grabgabel als Lockerungswerkzeug: in die Erde stechen und am Griff rütteln. Damit wird die Erde gelockert und die

Erdschichten werden nicht durcheinandergewirbelt. Die Milliarden von Mikroorganismen, die im gesunden, lebendigen Gartenboden daheim sind, bleiben also in genau jener Schicht, in der sie sich wohlfühlen und in der sie ihre Arbeit verrichten können.



Hornspäne und Kompost als Düngemittel sind für einen Gemüsegarten, in dem es gut gedeiht, völlig ausreichend.

Wer Gemüse selbst produziert, der schont die Umwelt – in mehrerer Hinsicht: Hier wird Kreislaufdenken praktiziert, denn alle organischen Abfälle werden im Kompost zu Humus, der wiederum die Pflanzen mit Nährstoffen versorgt. Gemüse aus dem eigenen Garten enthält die meisten Vitamine, denn durch Lagerung und Transport geht hier nichts verloren. Und schließlich sind Tomaten und Co. aus dem Beet vor der Haustür die besten CO<sub>2</sub>-Vermeider, die es gibt – kein Lastwagen, kein Flugzeug, kein Auto muss für den Transport herhalten. Ein gesunder Spaziergang durch den Garten genügt, und der Tisch ist gedeckt!

### Nur wer hegt und pflegt, erntet!

„Ein Gemüsegarten macht mir viel zu viel Arbeit – das lohnt sich nicht!“ Immer wieder hört man diese Befürchtung, dabei ist das Gegenteil der Fall: Gemüsegärten machen weniger Mühe, als man denkt. Wer den Boden gut vorbereitet, lockert und mit Humus versorgt, wer gleich von Beginn an dafür

am besten im  
Frühling

Den Boden gut vorbereiten, lockern und mit Humus versorgen – dann macht der Gemüsegarten weniger Mühe, als man denkt.



#### Radieschen (*Raphanus sativus var. sativus*)

**Anbau:** Aussaat.

**Ernte:** Nach 4 bis 6 Wochen. Radieschen sind die Flotten unter den Gemüsen: Kaum gesät, wird schon geerntet. Wichtig ist es, beim Kauf auf die Aussaatzeit achten. Es gibt Frühjahrs- und Herbstadieschen und solche, die das ganze Jahr über angebaut werden können, auch im Sommer. Nicht zu dicht säen. Falls es doch passiert ist, ausdünnen!



## Gemüse im Garten



### Pflücksalate

(*Lactuca sativa var. crispa*)

**Anbau:** Aussaat oder Pflanzung.

**Ernte:** Nach 3 bis 5 Wochen.

Ob als Pflänzchen gekauft oder als Samen ausgesät – die Palette der Pflücksalate ist enorm: Eichblatt, Lollo Rosso, Lollo Bianco, aber auch Rucola – alle haben eines gemeinsam: Sie wachsen schnell und liefern über viele Wochen schmackhaften Salat.



Zucchini (*Cucurbita pepo subsp. pepo conva*)

**Anbau:** Aussaat (auf der Fensterbank) oder Pflanzung.

**Ernte:** Nach 6 bis 8 Wochen.

Zucchini vorziehen oder als Pflanze kaufen. Kompost und Hornspäne sorgen für einen optimalen Start. Wer wenig Platz hat, sollte es mit kletternden Sorten (z. B. 'Black Forest') versuchen. Wichtig: Die ersten drei Fruchtsätze ausbrechen, denn sie beginnen wegen der fehlenden Wurzeln meist zu faulen.



### Tomaten

(*Solanum lycopersicum*)

**Anbau:** Aussaat (auf der Fensterbank) oder Pflanzung.

**Ernte:** Nach 8 bis 10 Wochen.

Bei den Tomaten steht eine riesige Sortenauswahl zur Verfügung. Wählen Sie davon jene, die als besonders robust gelten und wenig anfällig für Kraut- und Braunfäule sind. Alle anderen mit einem Regendach schützen! Bei allen Pflanzen regelmäßig die untersten Seitentriebe an den Blattachseln ausbrechen.



### Kartoffel

(*Solanum tuberosum*)

**Anbau:** Aussaat (entweder spezielle Knollen oder ausgewachsene aus der Küche).

**Ernte:** Nach 12 bis 16 Wochen.

Heute gibt es auch eine Reihe besonderer Sorten für den Hausgarten, etwa 'Linzer Blaue' oder 'Bamberger Hörnchen'. In die Pflanzlöcher Steinmehl streuen und später, wenn die Pflanzen etwa 20 Zentimeter hoch sind, anhäufeln.

sorgt, dass sich Beikräuter nicht breit machen können, der wird viel Freude am wachsenden „Vitamin-Beet“ haben. Denn gießen, jäten und Schädlingen hinterherjagen ist nur dann eine permanente Aufgabe, wenn man Fehler beim Anlegen des Beetes, der Auswahl der Pflanzen oder der Bearbeitung macht.

Die wichtigsten Tipps:

- » Nach der herbstlichen Bodenlockerung das Stück Erde sofort mit Laub abdecken – das schützt!
- » Im Frühjahr diese Mulchschicht gemeinsam mit dem Kompost einarbeiten – das ist Futter fürs Bodenleben! Überschüssiges Laub auf den Kompost geben.
- » Dann wird gesät und gepflanzt.
- » Die Mulchschicht aus Rasenschnitt (der kommt so auf die Erde, wie er im Grasfangsack anfällt) wird so dünn aufgetragen, dass es keine Fäulnis gibt. Zwischen den Saat- und Pflanzreihen wird so die Erde vor dem Austrocknen geschützt.
- » Auch das Aufkommen von Beikräutern vermeidet man durch konsequentes Mulchen, z. B. durch Aufstreuen einer dünnen, 1 bis 2 Zentimeter starken Schicht Rasenschnitt auf dem Beet.

am besten  
im Herbst



Eine Mulchschicht aus Rasenschnitt schützt die Erde vor dem Austrocknen und verhindert das Aufkommen von Beikräutern.

- » Gegossen wird nicht jeden Tag ein wenig, sondern alle paar Tage kräftig – je nach Witterung und Temperatur im Abstand von 3 bis 5 Tagen. Damit suchen die Wurzeln auch in tieferen Erdschichten nach Wasser. Das macht sie resistent gegen Trockenheit.



## Gründüngung und Fruchtfolge

Ein gesunder Boden ist die Grundlage des erfolgreichen Gärtnerns. Ausgewogene Fruchtfolge und „Auszeiten“ mit Gründüngung sorgen dafür, dass er nicht einseitig ausgelaugt wird.

### Warum Gründüngung?

Pflanzen benötigen zum Wachstum unterschiedlich viele Nährstoffe – ein dicker Kohlrabi, ein riesiger Kürbis oder auch eine Tomate holen sich viel mehr „Futter“ aus der Erde als ein zarter Salat oder die meisten Kräuter. Bodenleben und Dünger – beides wird von den Wurzeln der Pflanzen umgarnt. Der Boden liefert Nährstoffe und arbeitet auf Hochtouren.

Gärtner haben nach jahrhundertelanger Erfahrung die Gemüsearten in Stark-, Mittel-, und Schwachzehrer eingeteilt. Als vierte Gruppe kommen die Gründüngungspflanzen dazu. Sie werden oft als „Geberpflanzen“ bezeichnet. Nach dem Vorbereiten eines Gemüsebeetes, auf dem Kompost und Hornspäne als Dünger eingearbeitet wurden, wird gesät und gepflanzt. Haben Sie im Gemüsegarten die Chance, vier Beete anzulegen, dann sollten Sie nun Jahr für Jahr die Bepflanzung wechseln. Begonnen wird mit den Starkzehrern, zum Beispiel Kohl und Kürbisgewächse. Darauf folgen im nächsten Jahr Mittelzehrer

wie Radieschen und Karotten, im Jahr darauf sind Schwachzehrer an der Reihe, etwa Salat und Kräuter. Im vierten Beet kommen dann das ganze Jahr über Gründüngungspflanzen auf das Beet, die den Boden wieder frisch beleben.

Als Gründüngungspflanzen bieten sich Leguminosen (Erbsen, Bohnen, Wicken), aber auch Bienenfreund, Gelbsenf und Ringelblume an. Das Beet ist dann nicht nur Augenweide, weil es von Blüten und saftigem Grün



geschmückt wird, sondern der Boden wird gleichzeitig gestärkt und mit Nährstoffen angereichert: Die Leguminosen sammeln Stickstoff aus der Luft und geben ihn über die sogenannten Knöllchenbakterien an den Wurzeln wieder an die Erde ab.

Die Pflanzen werden im Herbst nicht ausgerissen, sondern abgemäht und liegen gelassen. Die dadurch entstehende Mulchschicht schützt den Boden, verrottet zum Teil, wird im Frühjahr gemeinsam mit Kompost eingearbeitet und so zur Grundlage für den Neustart des Beetes. Nun können Sie wieder Starkzehrer auf das Beet pflanzen und der Ablauf beginnt von vorne.

## Wer hat welchen Nährstoffbedarf?

- » **Starkzehrer:** alle Kohlarten, Gurken, Kartoffeln, Lauch, Sellerie, Kürbis, Zucchini, Tomaten, Rhabarber, Rote Beete
- » **Mittelzehrer:** Zwiebeln, Knoblauch, Möhren, Fenchel, Schwarzwurzeln, Radieschen, Kohlrabi, Paprika, Melonen
- » **Schwachzehrer:** Spinat, Bohnen, Salatarten, Erbsen, Kräuter

## Warum Fruchtfolge?

Die Fruchtfolge trägt zu einem ausgewogenen Nährstoffangebot für die Pflanzen bei, noch wichtiger aber ist sie, um Schädlingsbefall und Krankheiten vorzubeugen. Große Probleme treten im Gemüsegarten immer dann auf, wenn Gemüse der gleichen Familie (z. B. Zwiebel, Knoblauch, Porree, Schnittlauch) zu kurz hintereinander am selben Platz gepflanzt werden. Pilzkrankungen und Schädlinge machen sich dann breit und befallen rasch alle „Familienmitglieder.“ Auch wenn oft ein Intervall von bis zu 7 Jahren empfohlen wird, im kleinen Privatgarten ist das beinahe unmöglich, hier kann man mit einer Fruchtfolge von 4 Jahren zufrieden sein.



Starkzehrer unter den Gemüsen, wie etwa die Rote Beete, haben einen hohen Nährstoffbedarf.



Im dritten Jahr der Fruchtfolge sind die Schwachzehrer an der Reihe, z. B. Salat und Erbsen.



## »» Bio? Logisch!

Was Jahrhunderte galt, das zählte in den 1960er-Jahren plötzlich nicht mehr. Monokultur war angesagt und das nicht bloß ein Jahr lang, sondern Jahr für Jahr. Das Ergebnis: ausgelaugte Böden, kranke Pflanzen und viel Gifteinsatz. Das ist aber weitgehend Geschichte, Fruchtfolge und Bodenpflege sind wieder hoch im Kurs – bei den Profis und auch im Hobbygarten.