



ulmer

Mein  
GEMÜSE  
GARTEN  
wie  
er  
mir  
GEFÄLLT

NATALIE FASSMANN





## WIE VIELE LÄNDERELEN...

...braucht man

eigentlich, um sich komplett selbst zu versorgen? Ganz schön viele, wenn man auch noch alle tierischen Produkte erzeugen möchte. Noch mehr, wenn es jeden Tag obendrein frisches Brot vom eigenen Acker geben soll. Oder Salamipizza. Da kommt man dann aber auch zu nichts anderem mehr. Dabei sind wir eigentlich schon ziemlich gut, wenn wir Gemüse ohne Ende hinkriegen. Echte Ackerhelden sind wir dann, da können wir uns was drauf einbilden. Dafür braucht man große Beete, nach dem Motto: Viel hilft viel. Viel Platz, viel Ernte. Schon 20–50 m<sup>2</sup> pro Person sind eine gute Basis, wenn man es auf vegane Kost abgesehen hat und keine Tierhaltung betreiben möchte – das einzige Schlachtfest, das stattfinden soll, ist ein ganz unblutiges und hat mit Fleischtomaten zu tun.

Damit wir die Gemüsetheken beim Shoppen auch möglichst lange links liegen lassen können, muss erst einmal ein Plan her. Manche Gewächse sind sich nämlich spinnefeind, andere ziemlich beste Freunde, alles ganz menschlich also. Und diese Freundschaften muss man pflegen:




Mischkultur und Fruchtwechsel sind die Stichworte. Damit die Pflanzen unseren Garten nicht nur eine Saison lang mit den Früchten unserer Arbeit überhäufen, heißt es: Beetchen wechsel dich. Der Platz, wo der Kohl letztes Jahr stand, hat dieses Jahr Pause und darf die Möhren beherbergen. Der Winter ist prima, um die Beet-Rotation zur Perfektion und aufs Papier zu bringen, gern bei einem Glas Rotwein. Die Ernte ist so gut wie im Sack, wenn wir es auch den Nützlingen im Garten bequem machen. Alles, was man braucht, sind Blumen zwischen den Nutzpflanzen. Bunte, blühende Gemüsebeete sehen sogar noch richtig gut aus und machen einfach Spaß.

### *Ernte gut, alles gut!*

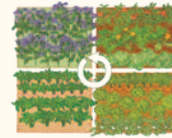


Noch mehr Spaß macht es aber, wenn wir die ersten sonnenverwöhnten Tomaten pflücken, den Salat schneiden oder Gurken und Knoblauch für das Zaziki ernten. Das Gefühl ist schon anders (besser natürlich, ganz klar), als wenn man das Gemüse einfach nur aus dem Einkaufswagen auf das Kassenband legt. Gab es tatsächlich mal eine Zeit, als wir die Möhren (0,99 € das Kilo) unter Neonlicht eingepackt haben? Unvorstellbar! Und der einzige Lebensmittelskandal in unserem Garten ist, dass wir manchmal mehr haben, als wir auf einmal essen können. Super, wenn man jemanden kennt, der Eier von eigenen Hühnern gegen sensationelle Eiertomaten tauscht. Wenn nicht, kocht man eben Tomatensauce ein. Die Königsdisziplin im Konservieren ist das Lagern im Erdkeller, der dem Wurzelgemüse ein Dach über dem Kopf bietet. Der braucht zwar Platz, lässt sich aber oben rum begrünen und die Versorgungslage bleibt bis in den tiefsten Winter hinein ganz entspannt – wir machen das wie die Eichhörnchen mit ihrer Vorratshaltung. Und im zeitigen Frühjahr, sobald es ein bisschen wärmer geworden ist, geht es mit dem Frühbeet gleich in die nächste Saison. Dann wird wieder ausgesät.

Eins ist sicher: Pestizide und andere schlimme Dinge müssen draußen bleiben und die Ernte wird stilecht im Weidenkorb nach Hause gebracht statt in Plastikfolie. Wer braucht schon Salamipizza? 

## DAS GANZE POTENZIAL AUSSCHÖPFEN

### FRUCHTFOLGEPLANUNG

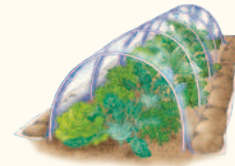


Immer schön der Reihe nach: Stark-, Mittel- und Schwachzehrer und zu guter Letzt Gründüngung.

AUF SEITE 52



### GEMÜSESCHUTZNETZE



Die beste Vorbeugung: Gemüseschutznetze schützen Gemüsepflanzen vor Schadinsekten.

AUF SEITE 73



### GEMÜSE HALTBAR MACHEN



Gemüsegenuss auch außerhalb der Saison: Einfrieren, Trocknen und Einlegen sind bewährte Methoden der Vorratshaltung.

AUF SEITE 82



### FRIED GREEN TOMATOES



Im Selbstversorgergarten wird alles verwertet, selbst Tomaten, die im Herbst nicht mehr ganz reif werden.

AUF SEITE 89





ICH WÜNSCHE MIR

DEN  
KLITZEKLEINEN GEMÜSE-  
GARTEN



GROSSE ERNTE...



Die dümmsten Bauern haben vielleicht immer die dicksten Kartoffeln, aber wir mit dem kleinsten Garten haben ganz bestimmt die schlauesten Kartoffel-Anzuchtbehälter! Da wachsen die Knollen auch schon mal im alten Reissack aus dem netten Asia-Laden um die Ecke. Den können wir sogar der Sonne hinterhertragen. Versuchen Sie das mal mit einem Kartoffelacker. Wenn dann der Reissack im Herbst geplündert wird, sind das die leckersten Bratkartoffeln, die die Welt je gesehen hat. Wetten?



... AUF KLEINSTEM RAUM



# ROSEN UND ROSENKOHL...

... Malven und Mangold –

ich will alles und noch viel mehr, obwohl es in meinem winzigen Garten selbst für Blumen nur noch Stehplätze gibt. Gut aussehen soll es auch, schließlich hat man auf so wenig Fläche immer alles im Blick.

Stauden und Sträucher dürfen bleiben, die gehören doch zur Familie. Wir zaubern uns einfach Platz: Mehr Freiheitsgrade für Gemüse! Wer hat denn gesagt, dass das Grünzeug Höhenangst hat? Es sieht sogar ganz unverschämt gut aus, wenn gertenschlanke Bohnen im Staudenbeet an einer schicken Rankhilfe hangeln. Die Stangenbohne 'Blauhilde' oder die knallige Feuerbohne sind so schön, dass die Nachbarn gar nicht auf die Idee kommen, man wäre unter die Gemüsegärtner gegangen – bis sie die Ernte sehen und ganz grün vor Neid werden.

Kübel mit Tomaten und Chilis passen prima auf die Terrasse. Vorm Wohnzimmerfenster können sie sich an die warme Hauswand kuscheln. Überhaupt – die Terrasse! Hier kann man so richtig in die Luft gehen – sah die kahle Sichtschutzwand nicht sowieso schon immer gähnend langweilig aus? Ein Hoch auf Gemüse! Mit vertikalen und hängenden

