

RENATE KÜNST

MIT
VICTORIA WEGNER

CALLWEY



**REIN INS
GRÜNE
—
RAUS IN
DIE STADT**



**EINE REISE DURCH
URBANE GÄRTEN**

★ Tipp

Kapuzinerkresse

Eine Pflanze, die im Himmelbeet auf keinen Fall fehlen darf, ist die Kapuzinerkresse. Die schnell wachsende, anspruchslose Pflanze sieht mit den großen schildförmigen Blättern und zahlreichen Blüten nicht nur schön aus, sie ist auch von Kopf bis Fuß essbar! Die leichte Schärfe der Blätter und Stängel passt hervorragend zu Salaten. Die gelben, orangen und roten Blüten landen im Himmelbeet-Café als essbare Dekoration auf fast allen Gerichten. Die Samen haben eine intensivere Schärfe und sind sehr knackig. Sie können frisch genossen oder als „falsche Kapern“ eingelegt werden (siehe Rezept). Für die Schärfe in der kleinen Pflanze sorgen die darin enthaltenen Senföle. Diese Stoffe haben eine keimhemmende Wirkung und können so z. B. Erkältungskrankheiten vorbeugen. Kapuzinerkresse macht sich auch prima in Mischkulturen. Sie bedeckt den Boden, kann ihn vor dem Austrocknen schützen und Unkraut unterdrücken. Außerdem zieht sie Blattläuse an und lockt so die Insekten von den empfindlicheren Kulturen weg, ohne selbst unter dem Befall zu sehr zu leiden. Kurzum, es gibt kaum eine Pflanze, die so viele Funktionen im Garten oder auf dem Balkon erfüllt! Und das Beste ist: Die Aussaat (ab Mitte Mai) ist kinderleicht und kann entweder direkt im Beet oder in mittelgroßen Töpfen/Balkonkästen erfolgen.



6 Basilikum aus Indien – die wichtigsten Infos werden auf Täfelchen zusammengefasst.



7 Es wird auch vertikal gegärtnert, z. B. mit einem Bohnenweg durch die Beete.



8 Himmelbeet–Schablonendruck.



9 Umsonst und draußen; Live-Konzert auf der Bühne im himmelbeet.

SELBST SÄEN, JÄTEN UND ERNTEN MITTEN IN BERLIN

Wo es bis zur Gründung 2012 nur eine brachliegende Fläche gab, stehen heute ca. 120 Gemeinschafts- und 170 Pachtbeete, die von Menschen aus der Nachbarschaft im entspannten Miteinander bewirtschaftet werden. Rund 20 Beete sind außerdem an soziale Initiativen vergeben. „Bitte gießt unsere Pflanzen mit. Wir können uns gerade aus gesundheitlichen Gründen nicht richtig um das Beet kümmern“, steht auf einem Schild vor einem Hochbeet. Kein Problem im himmelbeet, man hilft sich gegenseitig und kümmert sich auch mal um die Beete der Nachbarn.

Ruhe und Erholung sind für viele besonders wichtig, aber auch gemeinsam produktiv

sein und der Kontakt zu Menschen aus der Nachbarschaft. Im Fokus steht dabei die Erzeugung von Nahrungsmitteln in der Stadt mit einem Schwerpunkt auf regionale sowie alte Kultursorten. Gegärtnert wird ökologisch mit samenfestem Saatgut. In den Gemeinschaftsbeeten kann nach Bedarf selbst geerntet werden. Im himmelbeet findet sich alles, was das Bio-Gärtnerherz begehrt: mediterrane Kräuter, Beeren, essbare Blüten und natürlich Gemüse, wie z. B. Kartoffeln, verschiedene Salatsorten, Bohnen, Erbsen, Tomaten, Kohl, Mangold, Kohlrabi, Topinambur und vieles mehr.



10 „Die Weddinger Kräuternarren“, ein inklusives Projekt des himmelbeets, verkaufen ihre Produkte auf dem Markt.

Nicht verpassen



📍 Zum Mitnehmen

Im himmelbeet werden Jungpflanzen nach ökologischen Prinzipien gezogen und verkauft. Wer für Beet oder Balkon etwas Besonderes sucht,

findet hier Raritäten wie Rotes Basilikum, Goldmelisse oder Mexikanische Minze. Auch klassische Küchenkräuter und Gemüsepflanzen von robusten, samenfesten Sorten werden angeboten. Außerdem gibt es selbst gemachten Kräuteressig und Honig von den eigenen Bienen. Mit dem Kauf von Jungpflanzen und den erzeugten Produkten kann man das Projekt unterstützen.

📍 Zum Essen

himmelbeet-Café

Im himmelbeet-Café, welches aus Paletten und Lehm mit Unterstützung vieler Freiwilliger gezimmert wurde, wird vegan-vegetarisch gekocht – weil es schmeckt und gut für das Klima ist. Für die frisch zubereiteten Gerichte werden natürlich Salate, Kräuter, Blüten, Gemüse und Pilze aus dem Gemeinschaftsgarten verwendet. Der Kaffee stammt von Flying-Roasters-Kaffeebohnen. Das Café bietet Getränke und Speisen zu möglichst fairen Preisen an, ebenso kann man sich aber auch eigene Speisen und Getränke mitbringen. Das Garten-Café ist ein Beispiel dafür, dass es auch ohne viel Verpackungsmüll geht (Low Waste). Es wird so viel wie möglich selbst produziert, und es werden nur wenig verarbeitete Rohstoffe in Großgebinden und Trockenform genutzt, um Müll und Geld zu sparen.

