

B. BRÜGGEMANN-NIEMANN | W. GANDERS | D. HAFFERKORN | N. KIRCHBAUMER

QUICKFINDER HOCHBEET UND GEMÜSEGARTEN

Was mache ich wann?
Der Jahresplaner für reiche Ernte



GU

Vorfrühling

Erstfrühling

Vollfrühling

Frühsummer

Hochsummer

Spätsommer

Frühherbst

Vollherbst

Spätherbst

Winter

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2024 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2024 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Cornelia Nunn

Lektorat: Angelika Lang

Korrekturat: Andrea Lazarovici

Bildredaktion: Hannah Crawford; Petra Ender, Natascha Klebl (Cover)

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, Bettina Stickel

eBook-Herstellung: Pia Schwarzmann

 ISBN 978-3-8338-9322-3

1. Auflage 2024

Bildnachweis

Coverabbildung: Shutterstock/barbastudio

Illustrationen: Bella Illenberger: Icons: Gießkanne, Schaufel in Erde, Samentüte, Keimling im Topf, Erntekorb, Hochbeet; Shutterstock: Strukturfond und Icon Zirkel; the noun project: Icon Gartenschere

Fotos: AdobeStock; Alamy; Dorothea Baumjohann; Biosphoto; FloraPress; Friedrich Strauss; GAP Photos; Getty Images; iStock; mauritius images; meine ernte GmbH/Waldemar Eisenbeis; /Wanda Ganders; /Steffen Hammer; /NatalieKirchbaumer; /Stefanie Neuhaus; /Anton Niemann; /Ina Remmel; /Lisa-Marie Rosenberger; MMGI/Marianne Majerus; Nova-Photo-Graphik GmbH; Shutterstock; Westend61/Deyan Georgiev ;/Nabiha Dahhan
Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-9322 03_2024_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen

vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE

Garantie



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

www.gu.de

WICHTIGER HINWEIS

Die Gedanken, Methoden, Anregungen und Tipps in diesem Buch basieren auf den Erfahrungen der Verfasserinnen. Sie wurden von den Autorinnen nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.



Von der Hand in den Korb: Selbstversorgung aus dem eigenen Garten macht glücklich.



Aus zarten Pflänzchen eine Mahlzeit wachsen zu sehen, ist Teil des Abenteuers Selbstversorgung.



So üppig kann es aussehen: Hochbeete versprechen reiche Ernte auf kleinem Raum.

Vorwort

Selbstversorgung ist mehr als nur ein Trend!

In einer Welt, in der wir uns vermehrt auf externe Ressourcen verlassen, stärkt das Gärtnern von frischem Gemüse unsere Verbindung zur Natur und zu uns selbst. Mit den Mietgärten von meine ernte konnten wir bereits mit mehr als 100.000 Menschen erfahren, dass es beim Gärtnern nicht nur darum geht, zu wissen, woher unsere Nahrung kommt, sondern auch darum, wieder in Interaktion mit der Natur zu treten, wenn wir an der frischen Luft mit den Händen in der Erde graben, dabei krabbelnden

Bodenlebewesen begegnen und erleben, wie aus einem Saatkorn eine Mahlzeit heranwächst.

Die Selbstversorgung aus dem Garten ist ein direkter Weg, um ressourceneffizienter zu leben, gesündere Lebensmittel zu genießen und unseren ökologischen Fußabdruck zu verkleinern. Selbstversorgung ist mehr als nur ein Trend – sie ist eine lebensverändernde Entscheidung. Dazu ist nicht immer ein großer Garten nötig. Auch ein Hochbeet ermöglicht reiche Ernte an vielfältigem Gemüse, Kräutern und Beeren, selbst bei begrenztem Platz.

Unsere Vision ist, dass sich jeder Mensch ein Stück weit selbstversorgen kann.

Der Selbstversorgergarten

Selbstversorgung aus dem eigenen Garten ist eine urmenschliche Erfahrung. Seit unserer Sesshaftwerdung waren in traditionellen landwirtschaftlichen Gesellschaften Hausgärten üblich, um Familien mit frischem Gemüse, Kräutern und Obst zu versorgen. Nach dem Rückgang von Hausgärten während der Industrialisierung wurden im 20. Jahrhundert Selbstversorgergärten zur Bewältigung von Nahrungsmittelknappheit gefördert. In Deutschland entwickelte sich während des Zweiten Weltkriegs die Schrebergartenbewegung, bei der Bürger auf kleinen Parzellen Gemüseanbau betrieben. Ähnliche Bewegungen fanden weltweit statt. In vielen Industrieländern verlor die eigentliche Selbstversorgung mit zunehmender Verstädterung und mit der Globalisierung in vielen Regionen an Bedeutung. Lebensmittel aus allen Teilen der Welt wurden in Supermärkten zugänglich und erschwinglich, die Versorgung aus dem eigenen Garten war nicht mehr notwendig. Heute erleben wir eine Renaissance des Selbstversorgergartens. Viele erkennen, dass nicht alles, was sie im Supermarkt bekommen, nachhaltig oder gesund ist, sie möchten sich regional ernähren und die Natur wieder hautnah erleben. Gemeinschaftsgärten, Mietgärten, Urban Farming und der Einsatz ökologischer Anbaumethoden sind Teil der Bewegung. Dieses Buch möchte Ihnen das notwendige Wissen vermitteln, niedrigschwellig mit dem eigenen Gemüseanbau in Beet und Hochbeet zu starten und dabei nachhaltige Praktiken kennenzulernen, die Sie sofort umsetzen können.

Und so gelangen Sie zu Ihrem Selbstversorgergarten:

- In einem ausführlichen **Theorieteil** erfahren Sie Grundlegendes zu den Themen Boden, Düngen, Mulchen und Kompostieren. Außerdem stellen wir Ihnen neben dem Hochbeet als weitere Beettypen das Kraterbeet und das Hügelbeet vor. Eine Liste zeigt Ihnen die wichtigsten Gemüsearten, die Sie im Gemüsegarten und Hochbeet anbauen können.
- Der **Quickfinder** führt Sie über Schlagwörter zu den wichtigsten Maßnahmen im Beet und im Hochbeet.
- Im **Praxisteil** nennen wir alle Maßnahmen wie das Anziehen, Anlegen, Pflanzen, Pflegen oder Ernten, die in der betreffenden phänologischen Jahreszeit im Beet und Hochbeet notwendig sind.
- In einem mitwachsenden **Pflanzplan** stellen wir über vier phänologische Jahreszeiten hinweg exemplarisch eine Bepflanzung im Hochbeet durch das Gartenjahr vor – mit säen oder pflanzen, ernten, neu bepflanzen und wieder ernten.
- **DIY-Projekte** bieten einfache Bauanleitungen für Gärtnerinnen und Gärtner, die gern selbst Hand anlegen möchten, etwa für ein Bewässerungssystem für Hochbeete (Olla), das Anlegen einer Kräuterspirale oder für ein Paletten-Hochbeet.
- **Troubleshooting** – am Ende jeder phänologischen Jahreszeit – liefert Antworten auf Fragen, die in der entsprechenden Jahreszeit schon oft an uns gestellt wurden.
- Der **Serviceteil** enthält neben Register, nützlichen Bezugsquellen und weiterführenden Adressen auch wichtige Tabellen für den Anbau im Beet und Hochbeet.



Etwas Theorie

Sowohl in Ihrem Garten als auch in einem Hochbeet haben Sie die Möglichkeit, eine breite Palette an essbaren Pflanzen anzubauen. In diesem Buch widmen wir uns allem, was im Gemüsebeet und im Hochbeet wächst. Obstbäume werden von daher außen vor bleiben. Die Vielfalt der Sorten, die Sie anbauen können, ist groß. Gemüsepflanzen gehören ebenso dazu wie Kräuter oder Beerensträucher. Auf den nächsten Seiten geben wir Ihnen einen kurzen Überblick über die theoretischen Grundlagen, die nötig sind, damit Ihre Gemüse, Salate und Kräuter gut gedeihen.

Der Boden: Beschaffenheit, Vorbereitung, Verbesserung

Die Struktur des Bodens und seine Zusammensetzung sind für Beete und Hochbeete gleichermaßen relevant. Die Qualität des Bodens hat direkte Auswirkungen auf das Wachstum und die Gesundheit der Pflanzen. Erkunden Sie deshalb die Eigenschaften Ihres Bodens vor der Pflanzzeit, damit Sie ggf. Anpassungen vornehmen können.

→ [≥](#), Einen Krümeltest durchführen

Der pH-Wert

Ein wichtiger Aspekt ist der pH-Wert des Bodens, der den Säuregehalt angibt. Ein leicht saurer bis neutraler pH-Wert zwischen 6,0 und 7,0 gilt im Allgemeinen als ideal für die meisten Gemüsearten. Bodentests und pH-Kits, die Sie im Baumarkt oder Gartenfachhandel bekommen, sind hilfreiche Werkzeuge, um den pH-Wert des Bodens zu bestimmen.

Es gibt aber auch **Zeigerpflanzen**, an denen Sie erkennen können, welcher Boden bei Ihnen vorliegt. Kamille und Sauerampfer gedeihen zum Beispiel auf saurem Boden, während Sie Klatschmohn, Wolfsmilch und Taubnesseln auf basischem Boden finden.

Sollte Ihr Boden zu sauer (pH-Wert unter 6,5) oder zu basisch bzw. alkalisch (pH-Wert über 7,5) für den Gemüseanbau sein, können Sie ihn mit einfachen Maßnahmen und Mitteln modifizieren.

- **Einen zu sauren Boden basischer machen:**

Pulverisierten Kalkstein oder Dolomitkalk erhalten Sie im Baumarkt. Sie können diese Substrate nach Anleitung auf der Verpackung dem Boden zugeben und damit die Säure im Boden neutralisieren, das heißt, den niedrigen pH-Wert erhöhen. Saurer Boden kann auch mit Natronlauge gegossen werden, um ihn zu neutralisieren. Gehen Sie dabei aber vorsichtig vor, damit der pH-Wert nicht in die andere Richtung umschlägt.

- **Einen zu basischen Boden saurer machen:** Um den pH-Wert zu senken, mischen Sie Schwefel oder Gips aus dem Baumarkt unter Ihren Boden. Achten Sie darauf, das richtige Produkt für Ihre spezifischen Anforderungen zu finden. Schwefel kann verwendet werden, um den pH-Wert eines alkalischen Bodens zu senken, während Gips den Boden lockert, die Wasserinfiltration verbessert und in salzhaltigen Böden Natrium ersetzt, um die Bodenqualität zu erhöhen. Diese Mittel dürfen Sie auf keinen Fall überdosieren. Sauerstoffhaltige organische Materialien wie Kompost, Mist und verrottetes Laub senken langfristig durch Zersetzung den pH-Wert. Auch Kaffeesatz ist ein guter Bodendünger, der dafür sorgt, dass der Boden saurer wird.

Nicht verwenden sollten Sie den leider immer noch häufig empfohlenen Torf.

Bewässerung

Das Bewässern der Pflanzen gehört zu den wichtigsten regelmäßigen Pflegemaßnahmen. Verschiedene Mittel stehen Ihnen dafür zur Verfügung, um einerseits Kosten zu sparen sowie um andererseits pflanzen- und umweltfreundlich zu wässern.

Gartenschlauch und Handbewässerung

Die einfachste Methode, Beete und Hochbeete zu wässern, ist die Verwendung eines Gartenschlauchs und einer Handbrause. Damit lässt sich Wasser gezielt auf die Gemüsepflanzen richten. Im Handel sind wassersparende Brausen erhältlich, die Sie so einstellen können, dass Sie nah am Wurzelbereich gießen können und kein Spritzwasser an Blätter und Früchte gelangt. Dies ist besonders nützlich, wenn Sie die Wassermenge individuell an die Bedürfnisse der verschiedenen Gemüsearten anpassen möchten. Auch eine Gießkanne können Sie verwenden. Es gibt sie in verschiedenen Größen. Achten Sie beim Kauf darauf, dass Sie die gefüllte Gießkanne noch gut tragen können. Brause- und Sparaufsätze leisten gute Dienste beim sparsamen und pflanzenschonenden Gießen.

AUF TORF VERZICHTEN

Aus Gründen des Umweltschutzes sollten Sie auf Torf und torfhaltige Erde im Garten verzichten. Der weltweite Torfabbau führt zu großflächiger Entwässerung und damit zur Zerstörung des empfindlichen Ökosystems Moor. Die Freisetzung von Kohlendioxid aus den entwässerten Mooren trägt zur Klimaerwärmung und zum Treibhauseffekt bei. Darüber hinaus verlieren die Moore ihre wichtige Fähigkeit, Kohlendioxid und Wasser

zu speichern, und es geht wertvoller Lebensraum für Pflanzen und Tiere verloren, die an diesen Lebensraum angepasst sind. Alternative Substrate wie Kompost, Kokosfasern oder Rindenmulch sind eine umweltfreundliche und nachhaltige Alternative zu Torf.

Tropfbewässerung

Tropfbewässerungssysteme sind effiziente und wassersparende Optionen für Gärten jeder Größe und für Hochbeete. Bei diesem System werden kleine Tropfschläuche oder Tropfrohre entlang der Pflanzenreihen verlegt. Über regelmäßig angeordnete kleine Löcher in den Schläuchen oder Rohren gelangt das Wasser direkt an die Wurzeln. Durch eine Tropfbewässerung vermeiden Sie Wasserverschwendung. Manche Tropfsysteme lassen sich auch mittels einer Uhr oder einer App regulieren, was beispielsweise in Urlaubszeiten praktisch ist.

Regenwassernutzung durch Regentonnen oder Zisternen

Umweltfreundlich und kostensparend ist das Gießen mit Regenwasser. Es kann in Regentonnen, Zisternen oder anderen Behältern aufgefangen und dann verwendet werden. Dies ist nicht nur nachhaltig, sondern auch besser für die Pflanzen, da Regenwasser kalkarm und nicht gekühlt ist. Zisternen sind größere, meist unterirdisch installierte Regenwasserbehälter, die in verschiedenen Größen und Materialien erhältlich sind. Ihre Kapazität kann von einigen Hundert Litern bis zu mehreren Tausend Litern reichen. Zisternen können allerdings in der Anschaffung teuer sein – abhängig von ihrer Größe und von dem verwendeten Material. Sie benötigen dafür ausreichend Platz im Garten oder auf dem Grundstück. In manchen Bundesländern ist

eine Baugenehmigung für die Installation einer Zisterne zur sogenannten Grauwassernutzung erforderlich.
Ideal wäre es, wenn Regentonnen und Zisternen nah am Fallrohr der Regenrinne stehen.

Richtig düngen

Um wachsen zu können, verbrauchen die Pflanzen neben Wasser viele Nährstoffe aus dem Boden. Das sind unter anderem Stickstoff, Phosphor und verschiedene Spurenelemente. Die fehlenden Nährstoffe müssen wir dem Boden durch Düngen wieder zurückgeben.

Womit düngen?

In der Natur gibt es keinen Abfall. Alle abgestorbenen Pflanzenreste und organischen Materialien werden im Boden von Insekten, Bakterien und Pilzen zersetzt. Die Abbauprodukte dieser Bodenorganismen stehen den Pflanzen dann wieder als Nahrung zur Verfügung. Weil wir im Gemüsebeet durch das Ernten der Pflanzen diesen natürlichen Nährstoffkreislauf durchbrechen, ist es notwendig, in regelmäßigen Abständen zu düngen.

- **Organische Dünger** bestehen aus natürlichen Materialien wie Kompost, Tiermist, Rasenschnitt, Laub und anderen Pflanzenteilen. Die Nährstoffe im organischen Dünger werden durch Abbauprozesse von Bodenorganismen langsam freigesetzt und verbessern neben dem Nährstoffgehalt auch die Bodenstruktur und die Wasserhaltefähigkeit des Bodens. Organische Dünger kommen der Natur am nächsten und sollten das Mittel der Wahl im Gemüsegarten sein.
- **Mineralische Dünger** sind synthetische Dünger, die industriell hergestellt oder aus der Natur gewonnen werden. Solche Dünger sind im Handel in Form von Gesteinsmehl oder Pellets erhältlich. Sie enthalten

Nährstoffe in konzentrierter und schnell verfügbarer Form. Mineralische Dünger müssen sorgsam dosiert werden. Ihr langfristiger Einsatz kann zu einem Ungleichgewicht an Nährstoffen im Boden und zu einer Versauerung des Bodens führen, weil sich Salze aus dem Dünger im Boden anreichern können. Zudem werden wichtige Bodenorganismen durch den Einsatz von mineralischem Dünger abgebaut.

- **Nährstoffdünger:** In wenigen Fällen können Sie zu einem Nährstoffdünger (→ [Tabelle](#)) greifen, der gezielt für bestimmte Mangelercheinungen eingesetzt wird. Auch bei Nährstoffdüngern besteht die Gefahr der Überdüngung und Bodenversauerung. Sie sollten nur ausnahmsweise und in Maßen verwendet werden.

ESSENZIELLE PFLANZENNÄHRSTOFFE

Damit Ihre Pflanzen groß und stark werden können, benötigen sie Nährstoffe, die in unterschiedlichen Anteilen im Boden vorhanden sind. Hauptakteure beim Anbau von Gemüse sind Kalium, Phosphor und Stickstoff. Einen Mangel an diesen jeweiligen Nährstoffen können Sie mit etwas Kenntnis schnell erkennen und beheben.

Name	wofür wichtig?	Folgen eines Mangels	Maßnahmen bei Mangel
Stickstoff (N)	■ wesentlicher Bestandteil von Proteinen, Enzymen und Chlorophyll, dem grünen Pigment, das für die Fotosynthese wichtig ist ■ Unterstützung des Blattwachstums und der allgemeinen Entwicklung der Pflanze	■ gelbliche Blätter ■ Minderwuchs der Pflanze	■ Zugabe von Kompost oder Mist ■ Mischkultur mit stickstoffbindenden Pflanzen wie Erbsen, Bohnen oder Klee
Kalium (K)	■ wichtig für die Stoffwechselprozesse und	■ gelbe Blattränder ■ verkümmerte und weniger	■ Zugabe von kaliumhaltigem, organischem

	den Wasserhaushalt der Pflanze ■ Förderung der Blütenbildung, Fruchtbildung ■ Förderung der Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten und Stress Hinweis: Fruchtgemüse sind besonders häufig von Kaliummangel betroffen.	aromatische Früchte	Material wie Bananenschalen oder Kartoffelschalen in den Kompost ■ Zugabe von reiner Holzasche in die Erde
Phosphor (P)	■ entscheidend bei der Entwicklung von Wurzeln, Blüten und Früchten	■ schwache Blütenbildung ■ schwache Wurzelentwicklung ■ allgemein langsame Pflanzenentwicklung	■ Zugabe von Hornspänen, Hühnermist oder Pferdemist

Kompostieren

Ein Komposthaufen ermöglicht Ihnen, Ihre organischen Küchenabfälle wie ungekochte Gemüsereste, Kaffeesatz, Laub und Grasschnitt effizient und umweltfreundlich zu entsorgen. Damit nutzen Sie den Kreislauf von Werden und Vergehen im eigenen Garten optimal.

Einen Komposthaufen können Sie zu jeder Jahreszeit aufbauen. Das zeitige Frühjahr oder der Herbst sind jedoch ideal für die Neuanlage eines Komposthaufens. Wenn Sie ihn ab Frühjahr über das Jahr regelmäßig befüllen, können Sie zu Beginn der Gartensaison frischen Kompost auf Ihre Beete geben. Ein voller Kompost, der ab Herbst befüllt wurde, darf bis zu seiner Verwendung abgedeckt ruhen.

Größe des Komposthaufens: Die Größe kann je nach verfügbarem Platz und Ihren Bedürfnissen variieren. In der Regel sollte ein Kompost jedoch mindestens 1 Kubikmeter (1 m³) Volumen haben. Das entspricht den Abmessungen von etwa 1 × 1 × 1 m (Länge × Breite × Höhe). Dieses Maß sorgt dafür, dass sich alle Materialien im Zusammenspiel gut zersetzen können.

WAS DARF NICHT AUF DEN KOMPOST?

Achten Sie darauf, keine kranken oder von Schädlingen befallenen Pflanzenteile auf den Kompost zu geben. So verhindern Sie die Verbreitung von Krankheiten, wenn Sie später den fertigen Kompost in Ihren Beeten ausbringen.

- **Gekochte Speisen** dürfen Sie grundsätzlich auf den Kompost geben, sofern sie nicht stark gewürzt oder gesalzen sind. Fleisch, Fisch, Milchprodukte oder fettige Speisen locken Ratten an und sollten deshalb nicht auf dem Kompost landen.
- **Schalen von Zitrusfrüchten** sind oft mit Pestiziden und Fungiziden behandelt, welche die Mikroorganismen im Kompost hemmen und sich später in den Gemüsepflanzen anreichern können. Seien Sie also sparsam damit und geben Sie nur zerkleinerte Schalen von Bio-Zitrusfrüchten auf den Kompost.

Zusammensetzung des Kompostes

Kompost ist ein Rotteprodukt aus organischen Abfällen. Das Substrat, das dabei entsteht, gleicht dem Humus, also der oberen, fruchtbaren Erdschicht des Bodens. Ein Komposthaufen setzt sich aus einer Vielzahl von organischen Materialien zusammen, die in Schichten abgelegt werden. Die Zentimeterangaben rechts nennen die Höhe der Schichten für eine Erstbefüllung des Kompostes. Sie können danach abwechselnd braune und grüne Materialien hinzufügen, während der Komposthaufen sich zersetzt.

Kohlenstoffreiche Materialien (braun):

- zerkleinerte Äste und Zweige: 10–15 cm
- Zeitungspapier und Karton (nicht glänzend, unbedruckt): 2–5 cm

- Laub und Stroh: 10–15 cm

Stickstoffreiche Materialien (grün):

- Küchenabfälle (Gemüse- und Obstabfälle, Kaffeesatz, Teebeutel): 2–5 cm
- Rasenschnitt: 5–10 cm
- Unkraut (nicht blühend oder samenreif) und frische Pflanzenreste (zum Beispiel abgeschnittene Blätter): 2–5 cm

Weitere Materialien, die lose über die anderen Materialien gestreut werden:

- zerkleinerte Eierschalen (zur Erhöhung des Kalziumgehalts)
- Kaffeesatz (als Stickstoffquelle und zur Verbesserung der Belüftung)
- Holzasche (in begrenzten Mengen zur Erhöhung des Kalzium- und Kaliumgehalts)



TIPP!

Kompostreife mit Kresse testen

Unreifer Kompost kann schädlich für Aussaaten sein, weil er zu viele Nährstoffe für sie enthält. Testen Sie die Reife, indem Sie Gartenboden und Kompost im Verhältnis 1:1 mischen und darauf Kresse aussäen. Kresse, die auf diesem Gemisch normal wächst und gesund aussieht, signalisiert, dass der Kompost ausreichend gereift ist. Verzögertes, verformtes oder geringes Wachstum oder ungewöhnliche Farbveränderungen deuten darauf hin, dass der Kompost noch Zeit braucht.

Kompost ist nicht gleich Kompost

Je nachdem, zu welchem Zeitpunkt des Rotteprozesses Sie ihn entnehmen, erhalten Sie unterschiedliche Reifegrade mit verschiedenen Eigenschaften.

Frischkompost können Sie nach etwa drei Monaten entnehmen, in der Regel von der Unterseite oder vom Boden des Komposthaufens. Er enthält noch erkennbare Ausgangsstoffe und ist reich an Nährstoffen. Daher eignet er sich gut zum Mulchen für Starkzehrer und Beerensträucher. Am Ende des Rotteprozesses, nach etwa sechs bis zwölf Monaten, erhalten Sie klassischen **reifen Kompost**. Er ist dunkel, feinkrümelig und duftet angenehm nach Waldboden. Sie können etwa 3 l pro m² Gemüsebeet verwenden. Wenn Sie länger warten, wird aus dem reifen Kompost **Komposterde**. Die Düngewirkung nimmt ab, aber das Substrat bleibt als Bodenverbesserer geeignet.

Mulchen

Mulchen imitiert die natürliche Bodenbedeckung, die wir in der Natur aus Nadeln, Laub, Moos, Gras, Wildkräutern, Blumen, Sträuchern, Zweigen, Rinde und Ästen finden. Diese organische Schicht führt dem Boden Nährstoffe zu, unterdrückt Unkrautwuchs, fördert die Bodenlebewesen und erhält die Bodenfeuchtigkeit. Zudem verhindert sie, dass die Bodennährstoffe bei Regen und durch Wind und Wetter ausgewaschen werden und der Boden erodiert.

Mulch ist eine bewährte Praxis in alternativen Gartenbaumethoden und wird immer beliebter, besonders im Gemüseanbau. Diese Schicht verhindert das Auswaschen bei Regen und Erosion bei Wind und Wetter, während sie dem Boden Nährstoffe zuführt.

Die Dicke der Mulchschicht richtet sich nach der Höhe der Pflanzen, die Sie mulchen. Generell sollte die Mulchschicht nicht dicker als 10 cm werden. Bodennahe Pflanzen werden dünner gemulcht und sollten keinen direkten Kontakt zur Mulchschicht haben, da die Blätter sonst schimmeln können.

Wie oft mulchen?

Die Häufigkeit des Mulchens hängt davon ab, welches Material Sie dafür verwendet haben und wie die Witterungsbedingungen sind. Besonders im Sommer baut sich die Mulchschicht bei warmen Temperaturen, erhöhter Sonneneinstrahlung, Regen und Bewässerung schneller ab. Beginnen Sie mit dem Mulchen im zeitigen Frühjahr, sobald die Pflanzen gekeimt sind. Da sich das Material mit der Zeit zersetzt, sollten Sie die Mulchschicht regelmäßig prüfen und auffrischen, sobald die Schicht dünner als 5 cm ist oder ungleichmäßig wird.

Wann mulchen?

Die Frage, wann man mulchen sollte, ist einfach zu beantworten: immer! Mulch bildet im Frühjahr eine Barriere gegen das Austreiben unerwünschter Beikräuter, schützt den Boden im Sommer vor Austrocknung und die Pflanzen vor intensiver Sonneneinstrahlung. Im Herbst profitieren manche Gemüsearten oder Beete von einer zusätzlichen isolierenden Mulchschicht.

Womit soll gemulcht werden?

Zum Mulchen können Sie alles verwenden, was während des Jahres im Garten als Abfall anfällt. Manche Materialien können Sie im Ganzen verwenden, andere müssen mit der Schere oder dem Häcksler zerkleinert werden.

- **Gehölzschnitt und Holzhäcksel:** Das Schnittgut von Obstbäumen, Beerensträuchern und die verholzten Teile einiger Kräuter ergeben ein hervorragendes Mulchmaterial. Im Gemüsebeet sollte Gehölzschnitt nur sparsam angewendet werden, weil er sich nur langsam zersetzt. Sie können den Gehölzschnitt auch häckseln, um die Zersetzung zu beschleunigen. Verwenden Sie am besten älteren Gehölzschnitt, da zu frisches Material zu

einer erhöhten Stickstoffbindung führen kann, weil die Mikroorganismen im Boden den Stickstoff aus dem Boden verwenden, um das Mulchmaterial abzubauen. Hierdurch wird das Pflanzenwachstum beeinträchtigt. Achten Sie darauf, dass eine Mulchschicht aus Gehölzschnitt nicht dicker als 5–10 cm ist. Eine zu dicke Schicht kann die Durchlässigkeit des Bodens beeinträchtigen und zu Staunässe führen. Gehölzschnitt und Holzhäcksels eignen sich gut für Pflanzen wie Kartoffeln, Kürbisse und Zwiebeln.

- **Rasenschnitt:** Wer neben seinen Beeten auch einen klassischen Rasen im Garten hat, kann sich vor Rasenschnitt besonders im Frühjahr und Herbst nicht retten. Sie können den Rasenschnitt sehr gut als Mulchschicht auf Ihren Beeten verwenden – vorausgesetzt, es handelt sich um ungedüngten und ungespritzten Rasenschnitt. Das Material sollte vor der Verwendung gut angetrocknet sein, sonst schaffen Sie unfreiwillig ein ideales Schneckenheim. Lockern Sie den Rasenschnitt mit einer Harke auf, um keine Klumpen auf dem Beet auszubringen. Die Mulchschicht aus Rasenschnitt sollte dünn sein, um Fäulnis und eine Stickstoffzehrung zu vermeiden; 2–5 cm alle vier bis sechs Wochen sind ausreichend (→ [Tipp](#)).
- **Stroh:** Die getrockneten Halme von Getreide fallen meist nicht im eigenen Garten an, sind aber günstig im Baumarkt oder beim Bauern erhältlich. Stroh ist das klassische Mulchmaterial für Erdbeeren (daher der englische Name »Straw«-berries). Stroh lässt sich aber auch für Tomaten, Paprika, Gurken, Zucchini und Kürbisse verwenden. Hier erfüllt das Material besonders die Funktion des Schutzes der Früchte vor Druckstellen und Schimmel bei Bodenkontakt. Beim Mulchen im Frühjahr hilft Stroh als Schutz gegen kalte Temperaturen. Das Stroh sollte frei von Unkrautsamen sein.

unglaubliche Vielfalt alter, heimischer oder seltener Kräuter, Pilze und Beeren. Vögel, Amphibien und Insekten sind im Garten immer an den reich gedeckten Tisch eingeladen.

Nützliche Adressen und Literatur

BEZUGSQUELLEN SAATGUT

Meine ernte GmbH

Homepage der Autorinnen. Saatgut, Pilze, Mietgärten und Content zum Thema Selbstversorgung

www.meine-ernte.de

Bingenheimer Saatgut GmbH

Bio-Samen zertifiziert nach Demeter, Bioland oder EU-Bio

www.bingenheimersaatgut.de

ReinSaat

Samenfestes Bio-Saatgut

www.reinsaat.at

Magic Garden Seeds

Saatgut-Raritäten und Samen von besonderen Kultur- und Nutzpflanzen und alten Sorten

www.magicgardenseeds.de

Dürr Saatgut

Rund 850 Sorten an Gemüse-, Kräuter- und Blumensamen, zum Großteil auch in Bio-Qualität

www.duerr-samen.de

Hawlik Pilzbrut

Pilzanzuchtsets und alles rund um Speisepilze

www.pilzbrut.de

Kräuter-und Wildpflanzen-Gärtnerei Strickler

www.gaertnerei-strickler.de

HOCHBEET

Siebengebirgsschule Bonn

Förderschule im Verbund LES Winterstraße 53, 53177 Bonn
Individuelle Hochbeete aus Holz auf Kundenwunsch samt
Lieferservice.kontakt@siebengebirgsschule.de

Stima Hochbeet

Hochbeete und Zubehör aus Holz
www.stima-hochbeet.eu

Schroth-Paletten GmbH

Paletten aller Art zum Eigenbau von Hochbeeten
www.schroth-paletten.de

Robinia24

Hochbeete und Zubehör aus Robinienholz
www.robinia24.de

GEWÄCHSHÄUSER

Halls

Gewächshäuser und Zubehör
www.juliana.com

BERATUNG

Aid Infodienst

Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.
www.aid.de

Hortipendium

Das grüne Lexikon Wiki für die grünen Berufe und für
Freizeitgartenbau
www.hortipendium.de

Mikrolandwirtschaft e. V.

Plattform für gemeinschaftlichen Gemüseanbau und lokale Landwirtschaft

www.mikrolandwirtschaft.org

Permakultur Institut e. V. und Permakultur Akademie

Bildungsarbeit, Vernetzung, Informationen zum Thema Permakultur

www.permakultur.de

Raiffeisen Laborservice

Genossenschaftliches Unternehmen

www.raiffeisen-laborservice.de

Bodenanalysen

Verband deutscher Landwirtschaftlicher Untersuchungs- und Forschungsanstalten e.V.

www.vdlufa.de

LITERATUR

Arnold, A.: **Quickfinder Artenvielfalt im Gartenjahr.** GU-Verlag, München

Barlage, A./Goss, B./Schuster, T.: **Quickfinder Gartenjahr.** GU-Verlag, München

Baumjohann, D.: **365 Tage Hochbeet.** GU-Verlag, München

Hudak, R.: **Obst & Gemüse selbst anbauen.** GU-Verlag, München

Hudak, R.: **Kräuter selbst anbauen.** GU-Verlag, München

Kirchbaumer, N./Ganders, W./Remmel, I.: **Gemüse für alle!** GU-Verlag, München