

A young man with short brown hair, wearing a white t-shirt and light blue jeans, is sitting on a wooden crate in a lush garden. He is holding an acoustic guitar and smiling at the camera. The garden is filled with various plants, including tall sunflowers, pink flowers, and green leafy vegetables. A wire mesh fence is visible in the background.

der

GENIALE GEMÜSE GARTEN

JELLE MEDEMA



Ein warmer Sommertag geht zu Ende und es ist schon spät. Ich bin gerade erst mit der Arbeit fertig geworden und habe noch nicht zu Abend gegessen.

Durch die Küchentür trete ich hinaus in meinen Gemüsegarten. Der ist nur so groß wie ein Taschentuch, aber es steht ganz schön viel drin! Ich habe mehrere Beetkästen voller Gemüse, Küchenkräuter und Blumen. Zu ernten gibt es überall etwas. Heute pflücke ich eine Handvoll Salatblätter, ein paar Tomaten und eine Gurke für meinen Salat. Super, die Möhren sind reif! Dazu hole ich mir aus einem anderen Kasten noch Petersilie. Zum Fisch wird das wunderbar schmecken!

Ich gieße meine Pflanzen, schaue versunken den Schmetterlingen und Bienen zu, die sich in meinem Gemüsegarten zuhause fühlen, und staune einmal mehr darüber, wie üppig alles wächst und blüht. Dann zupfe ich noch ein einzelnes Unkrauthälmchen aus. Oh, die junge Zucchinipflanze braucht Hilfe beim Klettern. Sie aufzubinden ist aber schnell gemacht.

Binnen fünf Minuten hat mein Gemüsegarten alle Pflege erhalten, die er braucht, und ich selbst fühle mich nach einem stressigen Tag am Computer plötzlich wunderbar entspannt. Ich bleibe noch kurz stehen und atme tief durch. Es riecht nach frischem Grün und feuchtwarmer Erde. Herrlich!

Dann raffe ich mein Festmahl aus superknackigem Gemüse zusammen und gehe zurück ins Haus.

Willkommen im Genialen Gemüsegarten.

*Denn anno 2016 macht Gärtnern
richtig Spaß!*

INHALTSANGABE

Hallo, ich bin Jelle.....	9
Meine erste Gemüsegarten-Erfahrung.....	12
Die ersten Schritte des Genialen Gemüsegartens.....	14
Der Geniale Gemüsegarten heute.....	16
Was man in diesem Buch findet und wie man es verwendet.....	17
DER KASTEN, DAS SUBSTRAT UND DIE METHODE.....	18
Was Pflanzen brauchen.....	20
Das Prinzip des Genialen Gemüsegartens.....	22
Das GG-Substrat.....	24
Der GG-Kasten.....	28
Der Einteiler.....	30
Das Kletterspalier.....	31
Die GG-Methode.....	32
Die Wahl der Gemüsesorten.....	33
Wo kommt was hin?.....	36
Der Saatkalendar für den Genialen Gemüsegarten.....	41
Erklärung Saatkalendar.....	44
Säen.....	46
Pflanzen.....	49
Vorziehen.....	51
Pflege.....	58
Ernten.....	64
Bares Geld sparen mit dem Gemüsegarten.....	68
AN DIE ARBEIT!.....	73
Schritt 1: Einen Plan erstellen.....	74
Schritt 2: Die richtige Stelle finden.....	76
Schritt 3: Beetkästen & anderes Material herstellen.....	79
Stelle deine Einteiler her.....	84
Baue dein Kletterspalier.....	85
Weitere Konstruktionen.....	87
Schritt 4: Das GG-Substrat.....	88
Schritt 5: Das Aufstellen und Befüllen der Beetkästen.....	91
Schritt 6: Gartengeräte, Saatgut & Pflanzen.....	93
Schritt 7: Die Anwendung der GG-Methode.....	97
Schritt 8: Der GG im Wandel der Jahreszeiten.....	99
INSPIRATION & ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN.....	102
Opas Gärtchen.....	104
Der GG in einem modernen Garten.....	106
Balkon & Dachterrasse.....	109
Kinder und der Geniale Gemüsegarten.....	110
Große Projekte.....	114
Für eine bessere Welt.....	116

DER GG FÜR FORTGESCHRITTENE	118
Erfolgsgeschichten (und das Gegenteil davon)	121
Kräuter	122
Erdbeeren & anderes Kleinobst	127
Blumen	133
Essbare Blumen	134
Kartoffeln	136
Suboptimale Gegebenheiten	139
Die Saison verlängern	140
Den eigenen Kompost herstellen	142
Säen im Freistil	147
 DER KLEINE GEMÜSERATGEBER	 148
Kopfsalat	150
Spinat	151
Pflücksalat	152
Rauke (Rucola)	153
Feldsalat	154
Radieschen	155
Neuseeländer Spinat	156
Möhren	157
Rote Bete	158
Petersilie	159
Schnittlauch	159
Zwiebeln	160
Frühlingszwiebeln	160
Basilikum	161
Palmkohl	162
Mangold	163
Strauchbohne	164
Sonnenblume	165
Knackerbönsen & Zuckerschoten	166
Stangenbohne & Schnittbohne	167
Zucchini	168
Tomaten	170
Salatgurke	173
Kürbis	174
 NACHSCHLAGEWERK	 176
Kein genialer Gemüsegarten	178
Keimlinge	181
Saatgut ernten	182
Unter Belagerung!	185
Häufig gestellte Fragen	190
 Das war's ...	 194



VORWORT

Ein wenig arbeitsintensiver Gemüsegarten, der auf Terrasse und Balkon seinen Platz findet und für Jung und Alt einfach zu bewirtschaften sein soll? Das kann es nicht geben! Als ich zum ersten Mal über Jelle's Methode des Genialen Gemüsegartens stolperte – das kam durch meinen Freund, der Holländer ist und Jelle schon länger kannte – hatte ich große Vorbehalte.

Nicht, dass ich selber mit „grünem Daumen“ geboren worden wäre, aber über meinen Vater, einen leidenschaftlichen Naturmenschen, hatte ich in Sachen „Gärtnern“ schon vieles gesehen. Dachte ich. Und das fand ich nicht immer schön...

Derweil ließ mein Freund in seiner Begeisterung über die Methode des Genialen Gemüsegartens und über die Erfolgsstory des scheinbar einfachen Gärtnerns nicht locker.

Ich schnappte mir also Jelle's Buch, warf einen (und dann noch einen) Blick auf die Webseite, meldete mich für den Newsletter an und muss zugeben, dass es mir langsam in den Fingern zu kribbeln begann. Wäre es nicht fantastisch, gemeinsam mit den Kindern einen klei-

nen Gemüsegarten anzulegen, zu versorgen, wachsen zu sehen und zur Pflanzreife abzuernten? Angeblich ging das ja mit einem Minimalaufwand an Arbeit und Zeit. Denn Zeit habe ich mit zwei Kindern, einem Hund, einem Job und einem Freund der in den Niederlanden lebt wirklich nicht! Ein echter Salat- und Rohkostfan bin ich aber sehr wohl: Je grüner und frischer eine Mahlzeit ist, desto besser!

Kurzum, ich war bereit, die Methode des Genialen Gemüsegartens zu erproben: Wir stellten zwei Pflanzkästen auf unserer Terrasse auf. Der eine ist ein Tischkasten auf Holzbeinen, der andere steht direkt auf dem Boden. Beide füllten wir mit dem Substrat des Genialen Gemüsegartens. Dem Saatkalender folgend, bepflanzten wir unsere Kästen mit einer bunten Mischung verschiedener Gemüsesamen und hofften auf gutes Wetter und eine reiche Ernte. Beides traf ein – und uns traf die Erfahrung sprichwörtlich mitten ins Herz! Es hatte geklappt – nicht alles zu 100% natürlich – wir sind ja noch Anfänger und müssen in den kommenden Pflanzperioden noch viel lernen. Aber wir haben den ganzen Sommer über Gemüse und Salat aus den eigenen Beetkästen gegessen. Es ist ein unvergleichbares Erlebnis, sich aus dem eigenen Garten zu versorgen und die erstaunt-verzückten Kinderaugen beim Ernten der selbstgezogenen Radieschen, Möhren oder Frühlingszwiebeln zu sehen.

So wurde ich zu Jelle's erstem deutschen Fan und zur absoluten Verfechterin der Methode des Genialen Gemüsegartens. Als ich später das Glück hatte, Jelle persönlich kennenzulernen und noch mehr über seine eigene Geschichte zu erfahren, nahm meine Begeisterung für den modernen, praktischen Gemüsegarten nur noch weiter zu.

Die Idee war geboren, den Genialen Gemüsegarten auch deutschen Hobbygärtnern (und solchen, die es werden wollen), näher zu bringen, sowie Menschen zu helfen, die sich bewusst und biologisch ernähren wollen. Was in den Niederlanden über die Jahre so viele Anhänger gefunden hat und von so vielen Leuten mit Eifer praktiziert wird, sollte auch in Deutschland auf großes Interesse stoßen, zumal eine gesunde und natürliche Lebensweise heute weit oben auf der Prioritätenliste von vielen Mitmenschen steht.

Es erfüllt mich mit Glück und auch ein bisschen mit Stolz, die Methode des Genialen Gemüsegartens in meine Hei-

mat zu bringen, weil sie mich ganz und gar überzeugt hat und weil ich der Meinung bin, dass jeder von uns mit geringem Zeit- und Arbeitsaufwand einen kleinen Beitrag zur Verbesserung unseres Ernährungskreislaufes leisten kann. Und dieser Beitrag macht sogar Riesenspaß!

Genug für den Anfang! Jelle wird Euch im weiteren Verlauf des Buches anschaulich erklären, wie der Geniale Gemüsegarten zu Eurer ganz persönlichen Erfolgsstory werden kann – Schritt für Schritt!

Ich hoffe, Ihr genießt die Lektüre! Weitere Informationen findet Ihr auf unserer Webseite www.dergenialegemuesegarten.de, wo Ihr Euch natürlich jederzeit auch für unseren Newsletter einschreiben könnt.

Viel Spaß beim Lesen und Gärtnern wünscht Euch

Uta



DER KASTEN, DAS SUBSTRAT UND DIE METHODE



Ein Gemüsegarten ist ein Garten, in dem du auf kleinem Raum dein eigenes Gemüse züchtest. Einen Gemüsegarten zu betreiben bedeutet, dafür zu sorgen, dass deine Gemüsepflänzchen gut und gesund wachsen, so dass du sie bald ernten kannst. Damit das gelingt, brauchst du ihnen nur zu geben, was sie brauchen.

Im Genialen Gemüsegarten musst du dafür sogar kaum etwas tun, weil du mit Materialien und einem System arbeitest, in denen deine Pflanzen per se schon fast alles Nötige finden.

Dieses Kapitel behandelt die Materialien und das System des Genialen Gemüsegartens.

Als ich hiermit anfang, war ich 14 Jahre alt. Seitdem ist meine Begeisterung nur noch größer geworden, denn es funktioniert wirklich super. Mit der Zeit habe ich auch verstanden, warum. Wenn du überlegst, was eine Pflanze braucht, um sich gesund zu entwickeln, dann beschränkt sich das im Wesentlichen auf fünf Dinge: Sonnenlicht, Luft, Wasser, Nährstoffe und Platz.

Wenn du also begreifst, wie ein Pflänzchen wächst, was es dazu braucht und warum du so vorgehen solltest wie in der Methode beschrieben, dann wird ein Gemüsegarten plötzlich zu einer ganz simplen Sache.

Ich gehe also von den fünf Dingen aus, die Pflanzen benötigen.



Das GG- SUBSTRAT

Im Genialen Gemüsegarten verwendest du weder deine eigene Gartenerde, noch fertig gekaufte Universal- oder Blumenerde aus dem Gartencenter. Meine besondere Art zu gärtnern ist nämlich nur deshalb so einfach, weil die Beetkästen mit einer speziellen Substratmischung gefüllt werden.

GUTE ERDE IST DAS A UND O

Das Geheimnis eines funktionierenden Gemüsegartens liegt in der Erde. Das wird dir jeder Gärtner bestätigen. Je besser der Boden, desto besser gedeiht das Gemüse, denn dort holt es sich Nährstoffe, Wasser und Luft für die Wurzeln.

Neben dem Unkrautjäten ist es deshalb die Bodenverbesserung, für die der Gärtner in einem herkömmlichen Gemüsegarten die meiste Zeit aufbringen muss. Da wird ganz schön viel umgegraben und karrenweise Dünger, Kompost, Kalk und Knochenmehl unter die Erde gemischt.

Professionelle Züchter gehen es aber anders an.

Sie wollen so schnell wie möglich perfekte Pflanzen, Früchte und/oder Gemüse erzeugen. Darum achten sie genau auf die individuellen Bedürfnisse jeder Pflanzensorte. Welche Nährstoffe brauchen die einzelnen Pflanzen und benötigen sie davon viel oder nur wenig?

Was ist der ideale Säuregrad (oder pH-Wert) des Bodens, sollte er eher sauer oder basisch sein?

Darf der Boden feucht sein oder mag die Pflanze es trockener? Für welche Krankheiten ist die Pflanze anfällig? Undsowweiter. Nachdem sie das alles geklärt haben, stellen sie für jede Sorte eine eigene, besondere Substratmischung her, der oft ein ganzes Arsenal an Dünge- und Schädlingsbekämpfungsmitteln beigemischt wird. Das Ganze verlangt also nach einer regelrechten Studie. Nur so können sich die Profis sicher sein, das bestmögliche Resultat zu erzielen.



die GG- METHODE

Gut, inzwischen kennst du schon das GG-Substrat, den GG-Kasten mit Einteiler und das Kletterspalier. Höchste Zeit, das tolle Material endlich zu nutzen! Man stellt so einen Kasten mit Substrat ja nicht nur zum Spaß auf; es muss den Zeit- und Geldaufwand schon lohnen. Schließlich haben wir Niederländer einen Ruf zu verteidigen ... (Aber auch unter den deutschen Freunden finden wir sicherlich Gleichgesinnte, und das nicht nur in Baden-Württemberg!) Ziel der ganzen Aktion ist es also, möglichst viel Gemüse im Kasten unterzubringen, um danach so schnell und so viel wie möglich ernten zu können. Wie schaffen wir das? Natürlich mit der GG-Methode!

Denn weißt du, Gemüse säen, pflanzen und versorgen ist wesentlich einfacher als die meisten Gartenbücher es uns glauben machen. Lass dich von den ellenlangen Kapiteln zum Thema oder auch von den vielen Warnhinweisen und Anleitungen in Gartenforen bloß nicht abschrecken. Da wird dir lang und breit erklärt, wie du säen, vereinzelnd und pikieren musst, es geht um Keimfähigkeit, Keimtemperatur, Warm- und Kaltkeimer und, und, und.

Nach ein paar Jahren Erfahrung kann es sicherlich interessant sein, in manchen dieser Bereiche dein Wissen zu vertiefen, aber das, was du im vorliegenden Kapitel liest, reicht für den Anfang völlig aus.

Im Genialen Gemüsegarten wird außerdem ganz anders gesät als in einem herkömmlichen Gemüsegarten. Durch die Verwendung des Substrats und des Kastens hast du schon einen enormen Vorsprung gewonnen! Eine ganze Reihe von Arbeitsgängen, die für andere Gemüsegärtner zum Pflichtprogramm gehören, sind für dich nun einfach überflüssig. Lass dich also nicht durch das verwirren, was du anderswo liest oder hörst!

In diesem Teil des Buches zeige ich dir, wie ich die Materialien des GG einsetze, um meinem Gemüse die fünf Dinge zu sichern, die es zum Gedeihen braucht: Sonnenlicht, Wasser, Luft, Nahrung und Platz.

Startklar? Dann mal los!

WO KOMMT WAS HIN?

Du hast inzwischen gelernt, nur zu säen, was du auch ernten willst und anspruchslose Gemüsesorten auszuwählen, die leicht gedeihen und die für die Kultur im Beetkasten geeignet sind. Außerdem weißt du, dass du in jedes Feld etwas anderes setzen musst. So langsam hast du wahrscheinlich schon eine Vorstellung davon, was du in deinen Kasten säen und pflanzen möchtest.

Stell dir nun vor, du stehst vor einem Beetkasten von 120 x 120 cm. Er ist mit GG-Substrat gefüllt, ein schönes Raster wurde aufgelegt und hinten steht ein solides Kletterspalier. Du hast 16 Felder von 30 x 30 cm Größe und in jedes dieser Felder kommt eine andere Gemüsesorte. Du hast 16 verschiedene Samentütchen und wirst die Körner jetzt auf die Felder verteilen. Wie entscheidest du, was wohin kommt? Einfach alles irgendwie in den Kasten zu setzen ist suboptimal, denn du willst deinen Pflanzen ja genau das geben, was sie brauchen: genügend Sonnenlicht und Platz. Da es alles unterschiedliche Gemüsesorten sind, musst du also erst ein paar Dinge über sie wissen:

1. *Zu welcher Jahreszeit du sie säen oder pflanzen musst,*
2. *Wie hoch sie werden,*
3. *Wie viel Platz sie brauchen*
4. *Und zu welcher Pflanzenfamilie sie gehören.*

Beginnen wir mit dem ersten Punkt.

1. SAATZEIT

Manche Pflanzen brauchen Wärme, um gut zu wachsen; andere können gerade das nicht so gut vertragen.

Wenn du mitten im Winter säst, dürfte dir dabei klar sein, dass nicht allzu viel geschehen wird. Säst du mitten im Sommer, werden alle die Samen, die zum Keimen kühlere Temperaturen brauchen, nicht gut aufgehen.

Bohnen, zum Beispiel, lieben Wärme. Sie kannst du in

den Monaten Mai und Juni säen, denn sie wachsen am besten im Sommer. Dann erhältst du auch die leckersten Bohnen. Kopfsalat und Radieschen mögen es dagegen lieber etwas kühler und gedeihen im Hochsommer nicht so gut. Dem Rucola macht das alles nichts aus: Du kannst ihn von Anfang März bis Ende September durchgehend säen.

Echtes Sommergemüse (wie Tomaten) verträgt überhaupt keine Kälte und darf erst Ende Mai nach draußen. Da es lange dauert bis die Pflanze reife Tomaten trägt, musst du sie innen vorziehen. Unsere Sommersaison ist einfach zu kurz, um diese Pflanzen direkt in den Kasten zu säen.

Auf jedem Samentütchen ist die Saatzeit angegeben.





der SAATKALENDER FÜR DEN GENIALEN GEMÜSEGARTEN

Alles in allem solltest du also schon das eine oder andere über dein Gemüse wissen, ehe du es in ein bestimmtes Feld setzt: Wie hoch und wie breit wird die Pflanze, wann ist die beste Saatzeit, zu welcher Pflanzenfamilie gehört sie ... Pfff, wie merkt man sich das alles?

Alles im Kopf zu haben ist tatsächlich nicht so einfach – eben deshalb erstellen die meisten Gärtner ausgeklügelte Pläne, auf denen sie festhalten, was sie wann wo pflanzen wollen.

„He Jelle, sagtest du nicht, das alles sei ganz mühelos und unkompliziert?“

Immer mit der Ruhe; es ist auch einfach!

Denn dieses Buch enthält einen Saatkalendar. Den habe ich in erster Instanz für mich selbst angelegt, weil ich zu faul war, Pflanzpläne anzufertigen und es allmählich leid

wurde, ständig Tabellen zu studieren und auf meinen Sammentütchen nach Informationen zu suchen – die sehr oft gar nicht darauf standen, so dass ich dann doch wieder im Internet nachschauen musste!

Als ich anfang mit dem Kalender zu arbeiten, fügte sich plötzlich alles von selbst zusammen. Auf einmal war es superleicht, meine Felder immer wieder aufzufüllen und fast das ganze Jahr über große Vielfalt zu ernten. Ohne dass ich mir darüber zuerst lange den Kopf zerbrechen musste. Das Einzige, was ich brauchte, waren meine Samenkörner und mein Saatkalendar!

Auf den nächsten Seiten haben wir den Saatkalendar abgedruckt. Schau ihn dir einfach in Ruhe einmal an. Danach erkläre ich dir, wie du den Kalender in der Praxis verwenden kannst.

DER GENIALE GEMÜSEGARTEN SAATKALENDER

Jeder Kasten ist in Felder von 30 x 30 cm unterteilt. Du bepflanzt jedes Feld mit einer anderen Gemüsesorte. Die Sache wird deutlich überschaubarer, wenn du dir jedes Feld als ein separates Mini-Gärtchen vorstellst. Um zu bestimmen, welches Gemüse du in dieses Mini-Gärtchen setzt und wann, benutzt du den Saatkalendar. Darauf findest du alle Informationen, die du brauchst:

Höhe

Das Gemüse ist seiner Höhe nach in 4 Gruppen eingeteilt. In der obersten Gruppe stehen die niedrigen Pflanzen (bis ca. 20 cm), in der zweiten die mittelhohen Pflanzen (bis ca. 40 cm), in der dritten die hohen Pflanzen (höher als 40 cm) und in der untersten die Kletterpflanzen.

Die kleinen Beetkästen (links) zeigen dir, wo diese Gemüsesorten im Kasten am besten stehen. Das solltest du aber nicht allzu wörtlich nehmen, denn wenn dein gesamtes Gemüse in einem bestimmten Kasten die gleiche Höhe erreicht, ist das natürlich völlig egal.

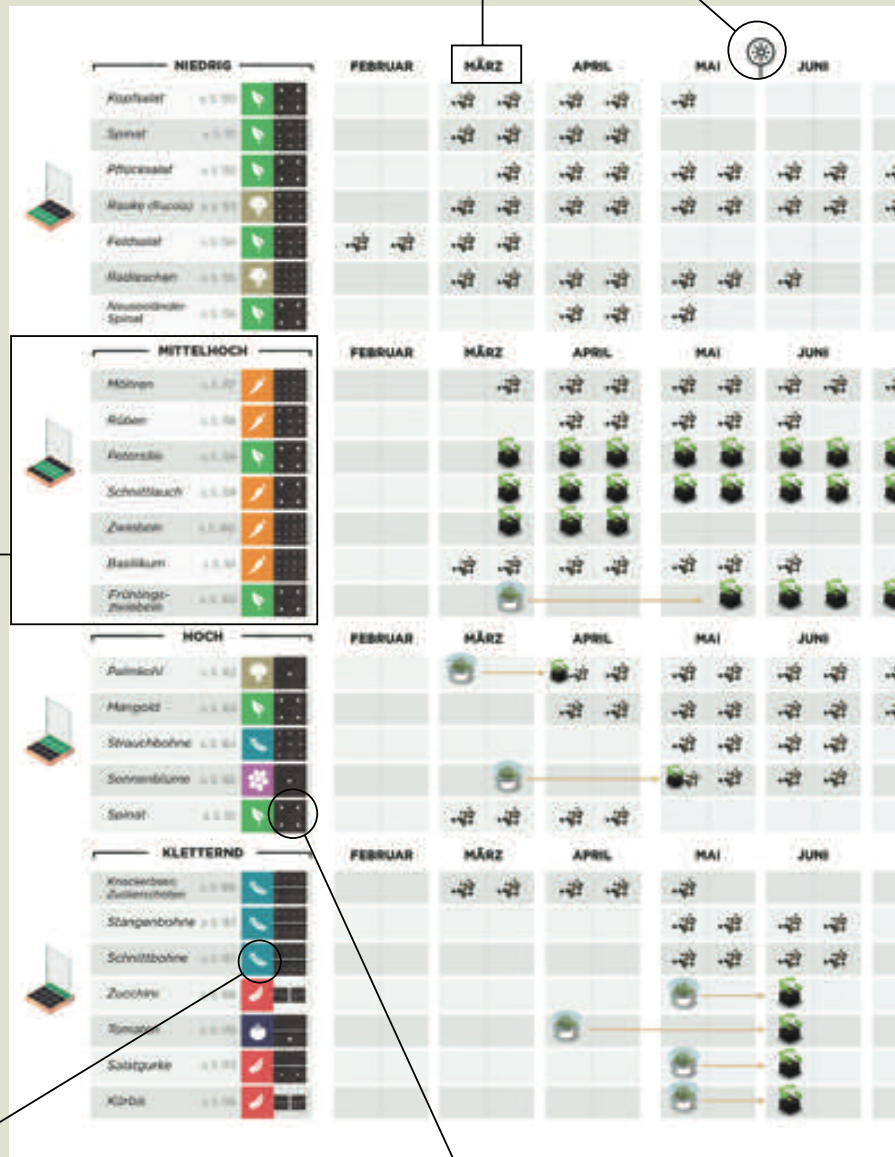
Pflanzenfamilie

Die farbigen Kästchen hinter dem Pflanzennamen weisen auf die Pflanzenfamilie der jeweiligen Gemüsesorte hin. Wenn du diese Farben im Auge behältst und die Familien möglichst mischst, kannst du Ungeziefer und Krankheiten in Schach halten. Achte deshalb auch darauf, nicht zwei Mal in Folge die gleiche Pflanzenfamilie in dasselbe Feld zu setzen.

Saatzeit

Über den Spalten stehen die Monate des Jahres. Die Punktlinie mit der Sonne darüber zeigt, wann noch (sporadisch) mit Nachtfrost zu rechnen ist. Gemüse, das überhaupt keine Kälte verträgt, wie Tomaten und Salatgurken, solltest du demnach keinesfalls vor Ende

Mai in den Kasten pflanzen. Die Punktlinie am Ende des Monats Oktober zeigt, ab wann wieder Frost zu erwarten ist. Gemüse, das keine Kälte verträgt, stirbt dann ab. Der erste Nachtfrost kann sogar schon Mitte Oktober eintreten.



Platz

Hinter den farbigen Kästchen siehst du ein Quadrat, in dem ich angebe, wie viele Pflanzen jeweils in ein Feld passen.

Fällt dir auf, dass niedrige Pflanzen manchmal mehr Platz brauchen als große? Die Höhe der Pflanzen sagt folglich nichts darüber aus, wie viel Platz sie brauchen!



SÄEN

Die meisten Gemüsesorten kannst du direkt in das GG-Substrat deines Kastens säen. Samenkörner können völlig unterschiedlich aussehen. Möhrensamen sind beispielsweise winzig; diejenigen von Schnittbohnen dagegen sehr groß.

Um zu einer Pflanze zu werden, brauchen Samenkörner zwei Dinge: Wasser und Wärme. Das winzige Pflänzchen, das aus dem Samen oder der Bohne hervorlugt, nennt man Sämling oder Keimling. Die Nahrung für seine ersten Würzelchen und Blättchen holt sich der Sämling aus der Bohne oder dem Samenkorn. Sobald das Pflänzchen durch die Erdkruste bricht, kann es mit Hilfe von Wasser, Luft und Sonnenlicht seine eigene Nahrung herstellen. Wenn du die Samen zu tief in die Erde steckst,

geht dem Keimling auf dem Weg an die Oberfläche die Nahrung aus und er stirbt ab. Liegt das Samenkorn aber oben auf der Erde, funktioniert die Sache auch nicht. Dann trocknet es schnell aus oder wird von Vögeln aufgepickt. Außerdem keimen die meisten Samen am besten im Dunkeln, unter einer dünnen Schicht Erde. Stecke deshalb große Samenkörner wie Bohnen und Erbsen ungefähr 3 cm tief in das Substrat. Bei kleinen Samenkörnern ist ein knapper Zentimeter mehr als ausreichend.

Ab und zu gibt es Samen, die man als „Lichtkeimer“ bezeichnet. Hierzu zählen beispielsweise Walderdbeeren. Wenn du ihre Samen zu tief in die Erde drückst, keimen sie nicht. Meistens steht das aber auf den Samentütchen drauf.



VORZIEHEN

Vorziehen bedeutet, Pflänzchen innen in einen Topf zu säen und bis zu einer gewissen Größe wachsen zu lassen, ehe man sie draußen in den Kasten setzt. Man tut das, um früher anfangen zu können.

Im Saatkalendar siehst du neben den Tomaten, Salatgurken und Kürbissen das Symbol, das auf die Notwendigkeit zum Vorziehen hinweist. Dies sind nämlich echte Sommergemüse, die keinen Nachtfrost vertragen und deshalb erst Ende Mai nach draußen dürfen. Wenn du aber dann erst säst, wirst du nicht viel ernten: Es dauert recht lange, bis diese Pflanzen Früchte ausbilden.

Wenn du Ende Mai eine schöne Tomatenpflanze in deinen Garten setzen möchtest, musst du sie Ende März oder Anfang April im Haus in einen Topf säen. Dann kannst du im Sommer herrlich süße und reife Tomaten genießen! Gleiches gilt für Salatgurken, Zucchini und Kürbisse (auch wenn du damit erst ein bisschen später beginnst).

Ich werde dir gleich genau erklären, wie dir das Vorziehen möglichst problemlos gelingt; zuvor aber noch ein kleiner Hinweis: Alle Jahre wieder erhalte ich – manchmal schon im Januar! – jede Menge Mails von Leuten, die es gar nicht abwarten können, endlich ihren Gemüsegarten anzulegen. Da es draußen noch viel zu kalt ist, fangen sie schon mal auf der Fensterbank an. Und erleben in 99% aller Fälle eine herbe Enttäuschung.



Im Grunde ist das Säen an sich auch im Haus nicht schwierig, wie du sofort sehen wirst. Aber aus den Keimlingen gesunde und robuste Pflanzen zu ziehen, erweist sich als wesentlich komplizierter. Es ist schnell zu warm, zu trocken und zu dunkel. Die Folge? Kümmerliche Pflänzchen mit viel zu dünnen Stielen und kleinen gelblichen Blättern. Daraus kann nichts werden. Darum beginne ich selbst so spät wie möglich mit dem Vorziehen und tue es auch nur da, wo es unbedingt notwendig ist. Wenn ich Gemüse direkt in meine Kästen säen kann, dann ist das die Lösung, die ich wähle! Gut, damit bist du gewarnt. Nun zu meiner Erklärung.

Auf dem Saatkalendar (ab Seite 42) siehst du, welche Gemüsesorten du wann vorziehen kannst.

Vorziehen in Vermiculit

Zum Keimen brauchen Saatkörner Feuchtigkeit und Wärme, aber keine Nährstoffe. Darum kannst du sie ruhig in reinem Vermiculit keimen lassen. Seit ich das entdeckt habe, mache ich es nie mehr anders, denn es hat große Vorteile:

Säen in Vermiculit ist einfacher, sauberer, billiger und weniger zeitaufwändig als das Säen in Erde. Du hast dafür nur wenige Dinge nötig und das Resultat ist besser!

ZUM VORZIEHEN GEHT DU SO VOR:



Schritt 1

Fülle die Schüssel mit Wasser und das Sieb mit einer ausreichenden Portion Vermiculit. Hänge das Sieb in die Schüssel mit Wasser. Das Vermiculit nimmt Wasser auf und verfärbt sich dadurch dunkel. Wenn es ganz dunkel geworden ist, gießt du das Wasser ab und lässt das Sieb noch kurz im Topf hängen, damit das überschüssige Wasser abtropfen kann.



Schritt 2

Verteile das nasse, abgetropfte Vermiculit auf die Plastischalen. Für die kleinen Samenkörner reicht eine 2 cm dünne Schicht völlig aus; bei großen Samen wie Zucchini und Kürbis muss sie 3 bis 4 cm dick sein. Egalisiere die Schicht ein wenig. Das geht mit einem Löffelrücken oder – noch leichter – mit einer zweiten Dose, die du in die erste setzt und kurz andrückst.



Schritt 3

Jetzt kannst du säen. Drücke die großen Samenkörner einen Zentimeter tief in das Vermiculit oder schaufele noch eine Schicht davon obendrauf. Die kleineren Samenkörner drückst du einfach mit einem Löffelstiel leicht in das Vermiculit hinein. Streue noch eine dünne Schicht Vermiculit darauf.



Schritt 4

Verschließe das Gefäß mit dem Deckel und klebe ein Etikett darauf. Stelle die Schalen an einen verhältnismäßig warmen Ort im Zimmer. (Aber nicht auf die Heizung: Das ist wiederum zu warm!) Die meisten Samen keimen am besten im Dunkeln. Darum solltest du in den ersten Tagen zusätzlich ein dunkles Tuch (z.B. ein Geschirrtuch) über deine Schalen legen.





ERNTEN!

Jetzt kommt das vielleicht wichtigste Kapitel im ganzen Buch, denn hier geht es ums Ernten! Und das ist ja schließlich der Grund, warum wir das alles tun, oder? Du legst einen Gemüsegarten an, weil du dein eigenes Gemüse und deine eigenen Kräuter ernten und essen willst. Also, mein Ziel ist das auf jeden Fall! Trotzdem ist so ein Gärtchen natürlich sehr viel mehr als eine reine Gemüsefabrik. Nicht von ungefähr werden viele Menschen fast lyrisch, wenn sie davon schwärmen. Ein voller Gemüsebeetkasten sieht wunderschön aus. Und es gibt dir einfach ein gutes Gefühl, dein eigenes Gemüse zu säen, es beim Keimen und Wachsen zu beobachten, es zu pflegen und dabei das Treiben der Bienen und das Leuchten der Blumen zu genießen ... Die Entspannung, die körperliche Betätigung an der frischen Luft ... das alles ist nicht mit Geld zu bezahlen!

Aber was bei weitem am meisten Spaß macht, ist natürlich das Ernten! An den Kästen vorbeigehen und sich sein Frühstück-Smoothie, seinen Lunchsalat oder sein Abendessen zusammenzupflücken! Ernten im Genialen Gemüsegarten bedeutet, schauen, was reif ist und hier und da ein paar Blätter Salat, ein Sträußchen Kräuter, ein paar Tomaten, eine Gurke oder eine Handvoll Knackerbsen abschneiden. Jeden Tag und zu jeder Jahreszeit etwas anderes! Du ziehst eine Möhre aus dem Boden, freust dich, dass sie schön dick und knackig-fest geworden ist (bei Möhren ist das immer ein kleines Glücksspiel) und beschließt spontan, dass heute Fisch mit Möhren auf dem Speiseplan steht. Klingt das nicht fabelhaft? Warte nur ab, bis du selbst deine erste Mahlzeit pflückst, zubereitest und isst, dann wirst du mir von Herzen zustimmen!

ERNTEN IM EIGENEN GENIALEN GEMÜSEGARTEN

Im Genialen Gemüsegarten geht es darum, so früh, so viel und so lange wie möglich ernten zu können. In genau den Mengen, die du brauchst. Das Ernten läuft dabei ein wenig anders ab als in einem herkömmlichen Gemüsegarten. Da wartet man ja häufig ab, bis alles reif ist. Das geschieht normalerweise zum selben Zeitpunkt, so dass du lange Zeit gar nichts hast, dann aber große Mengen auf einmal. Kannst du es vor deinem geistigen Auge sehen? Eimerweise Bohnen. Die Nachbarn – ohne Gemüsegarten – ducken sich hinter die nächste Hecke, sobald du auf die Straße trittst ...

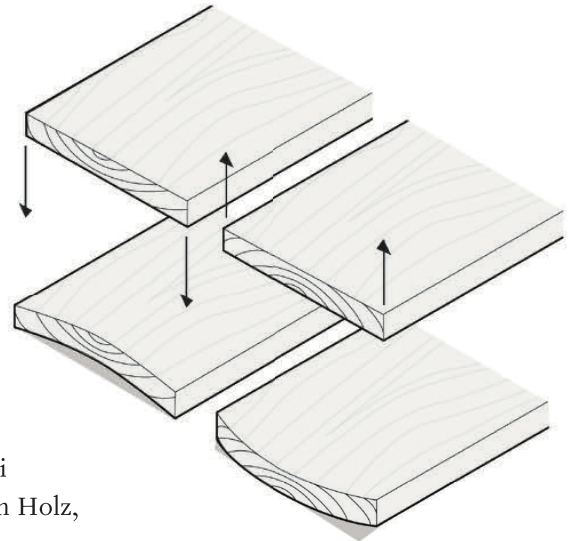
Im Genialen Gemüsegarten ernte ich jeden Tag ein bisschen, gerade genug für meine Mahlzeiten. Dabei ist die Ernte so abwechslungsreich, dass Spaß und Geschmack an der Sache die ganze Saison über garantiert bleiben. Zum Ernten bewaffne ich mich mit einer Schüssel und einer Schere. Durch die Schüssel verhindere ich, dass ich zu viel auf einmal pflücke, so dass es dann doch wieder auf dem Schrank landet und welk wird. Mit der Schere kann ich vermeiden, an den Pflanzen zu ziehen und sie dadurch vielleicht zu beschädigen.

den Niederlanden hin und wieder heimsuchen, fließt überschüssiges Wasser unter dem Kasten einfach ab. Besser wählt du aber gleich von vornherein eine solidere Holzsorte, erst recht, wenn du sie extra kaufen musst. Ich bin sehr für Nachhaltigkeit, deshalb habe ich meine neuesten Kästen aus Douglasienholz angefertigt. Aufgrund seines hohen Harzgehalts ist es langlebig, ohne dass du es in irgendeiner Form bearbeiten oder anstreichen musst. Gut geeignet ist auch Lärchenholz. Kiefer und Fichte halten nicht so lange.

Je dicker die Bretter, desto langlebiger. Aber egal wie gut und dick das Holz auch ist: Auf die Dauer vergeht es, wenn auch langsam. Nach ein paar Jahren wirst du feststellen, dass das Holz durch den ständigen Kontakt mit der Feuchtigkeit angegriffen wird.

Verziehen

Es lässt sich auch nicht vermeiden, dass das Holz wegen der Feuchtigkeit arbeitet; manchmal können sich die Bretter verziehen und/oder es bilden sich Risse. Das liegt vor allem daran, dass die Bretter innen wegen des GG-Substrats ständig feucht und außen abwechselnd nass und trocken sind. Denke deshalb beim Zusammensetzen der Kästen daran, in welche Richtung das Holz sich verwerfen wird: du kannst es ein Stück weit vermeiden, indem du für stabile Eckverbindungen sorgst. Es macht auch einen Unterschied, ob du frisches Holz verwendest oder Holz, das nicht mehr arbeitet.



Meine Gerüstplanken waren schon jahrelang benutzt worden und hatten bei Wind und Wetter draußen gelegen. Für meine neuen Kästen gebrauchte ich Holz, das bereits einige Zeit trocknen konnte. Das macht auch etwas aus.

Wo finde ich gutes Holz?

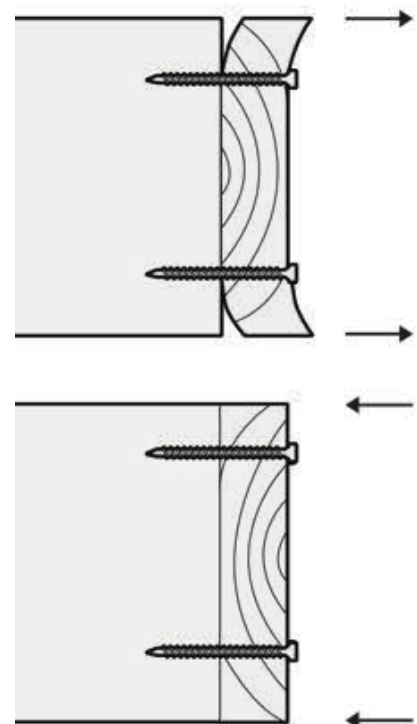
Um wirklich gutes Holz zu finden, solltest du dich in der Nähe erkundigen oder im Internet suchen. Solltest du im Baumarkt ausnahmsweise tatsächlich gutes Holz in der richtigen Breite und Dicke finden, hast du Glück gehabt! Wahrscheinlich ist es aber besser, von vornherein nach einer guten Holzhandlung zu suchen. Erfahrene Multiunternehmen oder Baufirmen haben oft gute Tipps oder sind vielleicht sogar bereit, dir eine Reihe von Planken abzutreten. Bitte sie in diesem Fall, dir die Bretter auf Maß zu sägen.

Wie viel Holz brauchst du?

Wenn du weißt, wie groß deine Kästen werden sollen und wie dick deine Bretter sind, kannst du die Länge bequem ausrechnen:

Das Innenmaß deines Kastens muss immer ein Vielfaches von 30 cm sein, denn dieses Maß entspricht ja der Seitenlänge der Felder, in die der Kasten unterteilt wird. Dem rechnest du einfach die Brettstärke hinzu.

Für einen Kasten von 120 x 120 cm, der aus 3 cm dickem Holz gefertigt ist, brauchst du demnach 4 Bretter von 123 cm.





DER GG FÜR FORTGE- SCHRITTENE



KRÄUTER

Kurz in den Garten gehen, um ein paar Blätter für eine Kanne Pfefferminztee zu pflücken. Mit Kräutern deinen Salat aufpeppen, eine besondere Sauce kreieren, dein Fleisch noch zarter machen und deiner Suppe den besonderen Kick geben. Frische Kräuter im Genialen Gemüsegarten – das ist im wahrsten Sinne des Wortes genial!

Im Genialen Gemüsegarten gedeihen Kräuter fantastisch. Meistens wirst du sie einfach zwischen das Gemüse setzen. Aber du kannst natürlich auch einen besonderen Kräuterkasten anlegen. Wenn du ihn in die Nähe der Küchentür stellst, kannst du für jede Mahlzeit schnell ein paar frische Kräuter schneiden. So sparst du Dutzende Euro im Jahr, denn ein Sträußchen Kräuter kostet auf dem Markt oder im Supermarkt schnell mal €2,-.

Abgesehen von ihrem guten Geschmack sind Kräuter wahre Vitamin- und Mineralstoffbomben – und damit sehr gesund. Mit einigen kannst du sogar allerlei Wehwehchen kurieren.

Von fast allen Kräutern kannst du Samen kaufen; ehrlich gesagt finde ich das aber nicht der Mühe wert. Meistens reicht nämlich eine einzige Pflanze für die ganze Saison; manchmal hält sie sogar noch deutlich länger. Im März kannst du in den meisten Gartencentern kleine Kräuterpflanzen kaufen.

Das sind meine Lieblingskräuter:

MANGOLD



7 Wochen



FEBRUAR

MÄRZ

APRIL

MAI

JUNI

JULI

AUGUST

SEPTEMBER

OKTOBER

NOVEMBER



Mangold ist ein altmodisches Blattgemüse. Der Geschmack erinnert an Spinat, entfernt aber auch an die Blätter von Roten Beten. Ich liebe Mangold! Er ist völlig anspruchslos, hübsch anzusehen, wahnsinnig gesund (viele Vitamine!), er schmeckt hervorragend und du kannst ihn praktisch das ganze Jahr über ernten. Außerdem haben einige Sorten prachtvoll gefärbte Blätter und Stängel. Das Auge will schließlich auch etwas davon haben!



Wann und wie säen?

Säe Mangold von Anfang April bis Mitte Juni direkt in den Kasten. Mangold verträgt auch ein wenig Schatten sehr gut.

Es passen jeweils 4 Pflanzen in ein Feld. Sie können ziemlich groß werden (bis zu 60 cm hoch!), setze sie also in ein hinteres Feld.

Mache etwa 1,5 cm tiefe Löcher und stecke je 2 Samenkörner hinein. Die Samen keimen bei Temperaturen von 12 bis 18 °C. Nach 5 bis 7 Tagen zeigen sich die Keimlinge. Lasse einen pro Loch stehen; den anderen schneidest du ab.

Pflege

Außer Gießen benötigt Mangold keine Pflegemaßnahmen. Er keimt problemlos, wächst schnell und wird gar nicht oder kaum von Krankheiten oder Ungeziefer befallen.



Ernten

Von Mangold erntet man die Blätter; dies ist bereits nach etwa 7 Wochen möglich. Schneide oder pflücke das Blatt ein paar cm über dem Boden ab. Lasse das Herz stehen; die Pflanze bildet dort immer neue Blätter. Ernten kannst du tatsächlich bis zum Frost.

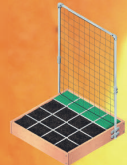
Mangold wird oft als Alternative zu Spinat verwendet. Die jungen Blätter schmecken gut im Salat oder in grünen Smoothies (sehr gesund!); ältere Blätter kannst du blanchieren oder dünsten. Auch in Eintöpfen machen sie sich hervorragend.

Die Stängel kannst du nicht nur kochen oder braten, sondern auch wie Spargel zubereiten.

KÜRBIS



22 Wochen



FEBRUAR

MÄRZ

APRIL

MAI

JUNI

JULI

AUGUST

SEPTEMBER

OKTOBER

NOVEMBER



Alle Kürbisse haben rankende Wuchsformen. Genau wie Kletterzucchini setzt du sie an ein Spalier. Die Pflanzen wachsen schnell und vereinnahmen im Laufe des Sommers mit Leichtigkeit das gesamte Klettergerüst.

Es gibt eine Riesenauswahl verschiedener Sorten; von klein bis riesengroß, in allen möglichen Farben und Formen, von rund bis länglich. Manche lassen sich lange lagern, so dass du sie den ganzen Winter lang verwenden kannst. Wähle eine Sorte, die keine allzu großen Früchte entwickelt; rund ein Kilo ist perfekt.

Es gibt auch ganz witzige Sorten; der Spaghetti-Kürbis hat zum Beispiel ein Fruchtfleisch mit langen Fasern. Diese erinnern nicht nur vom Aussehen her an Spaghetti, du kannst sie auch genauso essen: Sie schmecken gut mit Tomatensauce!

Wann und wie säen?



Kürbisse vertragen überhaupt keinen Frost und dürfen deshalb erst Ende Mai nach draußen. Darum zieht man sie innen vor. Ende April oder Anfang Mai füllst du eine Plastikschaale mit einer Schicht feuchtem Vermiculit. Drücke einen Samen hinein (etwa 1 cm tief), decke die Schale mit einem Deckel oder einem Stück Frischhaltefolie ab, breite ein dunkles Tuch darüber und setze sie auf die Fensterbank. Behalte sie im Auge, denn der Keim zeigt sich schon nach ein paar Tagen! Jetzt nimmst du das Tuch oder die Folie ab und lässt das Pflänzchen an einem Platz mit viel Sonnenlicht weiter wachsen. Sobald sich das zweite Blattpaar bildet, setzt du die Pflanze in einen recht großen Topf mit GG-Substrat. (Mehr zum Thema "Vorziehen" auf Vermiculit auf Seite 51)

Mitte Mai gewöhnst du sie langsam an die Außenluft (Siehe Seite 57 zum Thema „Abhärten“). Ende Mai kommt sie in den Kasten. Siehe pro Pflanze 2 Felder am Spalier vor, rechne aber damit, dass die Pflanze zum Ende des Sommers hin wahrscheinlich das gesamte Klettergerüst erobert haben wird.

Kürbisse brauchen extrem viel Nährstoffe, mische also von vornherein ein paar zusätzliche Schaufeln Kompost unter das Substrat. (Du kannst sogar eine Handvoll Kuhmistkörner oder eine Schaufel voll alten, bereits zersetzten Mist zugeben. Ich weiß, ich habe behauptet,