

# Wagner J./ Wendland A./Liebreich K Selbstversorger-Garten

Leseprobe

[Selbstversorger-Garten](#)

von [Wagner J./ Wendland A./Liebreich K](#)

Herausgeber: BLV-VVA



<http://www.narayana-verlag.de/b20160>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



## Was Sie in diesem Buch finden

Einführung	6	<b>April</b>	<b>45</b>
<b>Januar</b>	<b>11</b>	Jetzt aussäen	46
Gartenplanung	12	Vegetative Vermehrung	47
Jetzt aussäen	16	Jetzt pflanzen	48
Jetzt pflegen	17	Gemüse in Töpfen	49
Auswahl der passenden Sorten	18	Mit Kindern gärtnern	50
Jetzt genießen	19	Jetzt pflegen	51
Jetzt kreativ werden	20	Jetzt ernten	54
		Jetzt genießen	55
		Jetzt kreativ werden	56
<b>Februar</b>	<b>23</b>	<b>Mai</b>	<b>59</b>
Jetzt aussäen und pflanzen	24	Jetzt aussäen	60
Jetzt pflegen	25	Jetzt pflanzen	62
Schutz vor Kälte und Frost	26	Das kleine Einmaleins des Gießens	64
Bodenverbesserung und pH-Wert	27	Jetzt pflegen	66
Winter-Schnitt von Obstgehölzen	28	Jetzt ernten	68
Jetzt genießen	31	Jetzt genießen	69
		Jetzt kreativ werden	70
<b>März</b>	<b>33</b>	<b>Juni</b>	<b>73</b>
Jetzt aussäen	34	Jetzt aussäen	74
Jetzt pflanzen	36	Jetzt pflanzen	75
Jetzt pflegen	37	Jetzt pflegen	76
Kompost	38	Kohlgewächse	78
Jetzt genießen	39	Der Obstgarten im Sommer	79
Herberge für Nützlinge: Ein Insektenhotel	40		
Jetzt kreativ werden	42		



Jetzt ernten  
 So laden Sie Bienen in Ihren Garten ein  
 Jetzt genießen  
 Jetzt kreativ werden

## Juli

Jetzt aussäen  
 Jetzt pflanzen  
 Jetzt pflegen  
 Jetzt ernten  
 Essbare Blüten  
 Jetzt genießen  
 Jetzt kreativ werden

## August

Jetzt aussäen  
 Jetzt pflegen  
 Jetzt ernten  
 Jetzt genießen  
 Jetzt kreativ werden

## September

Jetzt aussäen  
 Jetzt pflanzen  
 Sammeln Sie Samen von Ihren Pflanzen  
 Jetzt pflegen  
 Jetzt ernten  
 Obst und Gemüse lagern  
 Jetzt genießen

80 **Oktober** 111  
 81  
 82 Jetzt pflanzen 112  
 83 Jetzt pflegen 113  
 Wir pflanzen einen Obstbaum 114  
 Jetzt ernten 116  
 85 Jetzt genießen 117

86  
 87 **November** 119  
 88  
 89 Jetzt pflegen 120  
 90 Jetzt ernten 121  
 Gartengeräte pflegen 122  
 91 Jetzt genießen 123  
 92 Jetzt kreativ werden 124

95 **Dezember** 127  
 96  
 97 Jetzt ernten 128  
 98 Jetzt genießen 129  
 99 Jetzt kreativ werden 130  
 100 Haltbarkeit von Sämereien 131

103 **Anhang** 132  
 104 Aussaatkalender 132  
 104 Kulturzeiten 136  
 105 Wie viele Pflanzen braucht man? 136  
 Einfach oder anspruchsvoll? 137  
 106 Mischkultur 138  
 107 Adressen, die Ihnen weiterhelfen 139  
 108 Stichwortverzeichnis 140  
 109 Über die Autorinnen 143



## Einführung

### Pflanzen, ernten, genießen – der Kalender für Selbstversorger

Moden kommen und gehen – und oft hinterlassen sie nicht einmal Spuren. Das gilt glücklicherweise nicht für einen großen Garten-Trend der vergangenen Jahre: den Eigenanbau von Gemüse und Obst. Egal, ob man sein eigenes kleines Stück Land bebaut oder sich in einem der neuen Gemeinschaftsgärten engagiert – Gärtnern ist so beliebt wie lange nicht. Vorbei die Zeiten, als der Besitz eines Kleingartens – gerade bei jüngeren Leuten – als Inbegriff des Spießertums galt.

In einer Zeit, die immer mehr Anforderungen an den Einzelnen stellt und in der der Lebensraum zunehmend naturferner wird, können wir uns mit unserem Garten eine kleine Oase der Erholung schaffen. Die eigene kleine Welt zu gestalten, zu graben, sich zu verausgaben und schmutzig zu machen, und sich dabei auch noch mit frischem Obst und Gemüse zu versorgen, ist großartig für Körper und Seele. Gerade auch für Kinder ist es von unschätzbarem Wert, zu erleben, wie Pflanzen wachsen, wie die Natur funktioniert, Tiere zu beobachten – und dann das selbst gezogene Gemüse zu ernten und zu essen.



● Der Chiswick House Kitchen Garden wurde als Gemeinschaftsgarten in West-London gegründet.

# Juni

---

Der Juni ist der erste Monat des Jahres, in dem Ihre Arbeit im Garten auch buchstäblich Früchte trägt: Nun reifen die ersten Beeren. Auch Rosen und Holunder blühen jetzt und sorgen für einen weiteren Höhepunkt im Gartenjahr.

## Jetzt kommt der Sommer so richtig in Schwung

Neben den Beeren können wir nun auch alle Salate ernten, junge Karotten und Erbsen, Radieschen, Rettiche und Kohlrabi kommen frisch vom Beet auf den Tisch. Vielleicht haben Sie die ersten Gemüsebeete schon abgeerntet und schöne Erfolge erzielt – oder auch den einen oder anderen Fehlstart erlitten. Sollte Letzteres der Fall gewesen sein, lassen Sie sich nicht entmutigen: Neben der Pflanzung und Aussaat von schnell reifendem Gemüse wie Salaten und Bohnen ist noch Zeit, für Herbst und Winter zu sorgen und Gemüse wie Grün- und Rosenkohl zu ziehen.

Notieren Sie in Ihrem Gartentagebuch, was gut geklappt hat und was nicht, welche Sorten in Ihrem Garten gut wachsen und welche besonders gut geschmeckt haben.

Am 24. Juni ist Johanni-Tag. Traditionell werden Rhabarber und Spargel nur bis zu diesem Tag geerntet. Man muss sich nicht sklavisch an dieses Datum halten, es tut den Pflanzen jedoch gut, sich möglichst lange für den Rest des Jahres zu erholen.

Sollten Ihre Obstbäume im Juni einen Teil der Früchte abwerfen, ist das kein Grund zur Besorgnis: Hierbei

handelt es sich um den sogenannten Juni-Fruchtfall. Die Bäume stoßen Früchte ab, die sie bis zur Ernte nicht ernähren können, da stets mehr Blüten bestäubt werden, als Früchte reifen können.



● Rotlaubiges Basilikum 'Opal'.

## Jetzt aussäen

### Gemüse

- Asia-Salate, Endivien
- Blumenkohl: späte Sorten
- Busch- und Stangenbohnen
- Erbsen: Markerbsen
- Fenchel: Knollenfenchel
- Grünkohl
- Letzte Gurken: Anfang des Monats
- Karotten

- Kohlrabi
- Letzte Kürbisse: Anfang des Monats
- Mangold
- Neuseeländer Spinat
- Radieschen: Sommer-Sorten wie 'Sora' oder 'Topsi'
- Radicchio
- Rettich
- Rote Bete
- Rucola
- Salate
- Zucchini

**TIPP** Knoblauchtee ist einfach zuzubereiten und soll Pflanzen vor Pilzkrankheiten schützen. 70 g Knoblauch klein hacken, mit 1 l kochendem Wasser überbrühen, 15 Minuten ziehen lassen. Abkühlen und unverdünnt spritzen. Der Geruch soll zudem auch Schnecken und Kohlschädlinge fernhalten.

### Kräuter

- Bohnenkraut
- Dill
- Kapuzinerkresse
- Koriander
- Ringelblumen



● Bei der Grünkohl-Sorte 'Redbor' färben sich die Blätter im Laufe des Jahres purpurrot.

### Grünkohl, der Wintergemüse-Klassiker

Neben den traditionellen Sorten wie 'Ostfriesische Palme' und 'Holter Palme' gibt es Züchtungen, die sich dadurch auszeichnen, dass sie niedriger bleiben und so auch Platz in kleineren Gärten finden (z.B. 'Lerchenzungen'). Rotlaubige Sorten wie 'Redbor' machen den Garten nicht nur nahrhaft, sondern auch attraktiv. Weiterhin ist der Toskanische Palmkohl auf dem Vormarsch, dessen dekorative grau-grüne Blätter man im Gegensatz zu anderen Grünkohlarten schon vor dem ersten Frost essen kann. Bei allen Arten pflückt man die untersten Blätter zuerst. Grünkohl lässt sich zu klassisch-deftiger Hausmannskost verarbeiten, probieren Sie ihn aber auch einmal in Minestrone oder auf asiatische Art mit Knoblauch, Ingwer und Sojasoße.

## Der Obstgarten im Sommer

Viele Obstgehölze sind fast das ganze Jahr über unkompliziert und sehr pflegeleicht. Jetzt beginnt bei den ersten Früchten die Erntezeit – ein guter Zeitpunkt, diesen Pflanzen mehr Aufmerksamkeit und Pflege zu gönnen.

### Sommerschnitt von Obstbäumen

Junge, steil aufragende Zweige (Wassertriebe) bei **Apfel- und Birnbäumen** entfernt man am besten im Juni: Man reißt diese dünnen Triebe ab, die kleinen Risse verheilen besser als Schnittwunden. Ab Mitte August kann man stark wachsendes Kernobst auslichten. Ein Schnitt zu dieser Zeit regt keinen Neuaustrieb an, dafür bekommen die reifenden Früchte mehr Licht und Luft. Trotzdem nicht übermäßig schneiden: Ein gut tragender Baum braucht für die Nährstoff-Versorgung der Früchte ausreichend Blattmasse.

**Apfel- und Birnenspaliere** in Form schneiden: Entfernen Sie erst alle Zweige, die herausstehen oder Richtung Wand wachsen. Kürzen Sie dann die Wassertriebe, die aus den waagrechten Ästen des Spaliers senkrecht nach oben wachsen auf 3 bis 4 Augen. Außerdem sollten die Früchte bei Spalieren und Spindeln jetzt auf eine Frucht pro Blütenbüschel ausgedünnt werden.

**Süßkirschen, Pflaumen und Walnussbäume** brauchen keinen regelmäßigen Schnitt. Sollte eine Auslichtung nötig sein, verläuft die Wundverheilung bei diesen Bäumen im Sommer besser.

**Sauerkirschen** nach der Ernte schneiden. Man nimmt nach innen wachsende Triebe heraus, einzelne Triebe werden eingekürzt, damit sich neue bilden. Bei hängend wachsenden Sorten (z.B. 'Schattenmorelle') schneidet man die langen abgetragenen Triebe jedes Jahr jeweils bis zu einem vorhandenen Neutrieb zurück. Dieser wird im nächsten Jahr Früchte tragen.

### Bei diesen Krankheiten gilt es, schnell zu reagieren

**Feuerbrand** bei Kernobst: Blüten und Blätter sterben ab, die Stiele verfärben sich dunkelbraun bis schwarz. Die Triebspitzen verkrümmen, es können bernsteinfarbene Schleimtropfen austreten. Schneiden Sie befallene Triebe sofort bis tief ins gesunde Holz zurück, entsorgen Sie das Schnittgut im Hausmüll.

**Monilia** bei Steinobst, besonders bei Sauerkirschen: Hier sterben ganze Zweige nach der Blüte ab. Ebenfalls bis ins gesunde Holz zurückschneiden.

**Mehltau** bei Stachelbeeren: der Strauch sollte nicht zu dicht beastet sein. Befallene Triebspitzen ausschneiden. Ist der Befall zu stark, mit einem zugelassenen Mittel spritzen.

**Schimmelige oder faulende Früchte** jeglicher Art sofort entfernen, um eine Weiterverbreitung von Pilzen zu vermeiden.

### Schutz vor Vögeln

Achten Sie darauf, Netze, mit denen Sie Obstgehölze schützen, unten gut zu verschließen. Andernfalls können Vögel hinein- aber nicht mehr herausfinden und sich verheddern. Eine Vogeltränke kann sie von Obst ablenken: oft haben sie einfach Durst.



Frühe Johannisbeersorten werden schon im Juni reif.

## Jetzt genießen

### Sommerfrische Beeren-Ecken

#### Für 4 Personen

400 g Blätterteig – 4–6 EL Puderzucker, und etwas mehr als Dekoration – 600–800 g Beeren: Erdbeeren, Blaubeeren, Johannisbeeren, Brombeeren – 300 ml Schlagsahne – 1 TL Vanillezucker – 200 g Mascarpone – 4 EL Natur-Joghurt – Erdbeermarmelade

#### Zubereitung

- Den Ofen auf 220 °C vorheizen, Blätterteig ausrollen, Dreiecke schneiden und auf ein Blech mit Backpapier legen.
- Für eine glänzende und knackige Kruste etwas Puderzucker über den Teig stäuben. Die Teigdreiecke im Ofen 10–15 Minuten goldbraun backen.
- Abkühlen lassen, dann horizontal in eine Ober- und eine Unterhälfte schneiden.
- Erdbeeren längs halbieren. Sahne leicht steif schlagen. In einer Schüssel Vanillezucker, Puderzucker, Mascarpone und Joghurt zu einer geschmeidigen Konsistenz vermischen. Nun die Sahne unterheben.
- Das Unterteil jedes Blätterteigdreiecks mit einem Löffel Marmelade bestreichen, die Erdbeeren am Rand platzieren und die gemischten Beeren ins Innere füllen. Einen guten Esslöffel der Crememasse darauf geben und mit dem Blätterteigdeckel zudecken. Mit Puderzucker und Beeren dekorieren.







Wagner J./ Wendland A./Liebreich K

## Selbstversorger-Garten

Das Ganzjahres-Buch

144 Seiten, geb.  
erschieden 2016



**bestellen**

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)