

Ursula Kopp

KRÄUTERGÄRTEN

anlegen & pflegen

Biologisch gärtnern und
erntefrisch genießen



Bassermann

INHALT

VORWORT 5

GESCHICHTE DES KRÄUTERGARTENS 7

KLEINE KRÄUTERGE SCHICHTE 8

Kräuter in der Antike 8

Kräuter im Mittelalter 9

Klostergärten 10

Kräuteranbau heute 11



EIN PLATZ FÜR KRÄUTER 13

PLATZ FINDET SICH ÜBERALL 14

Kräuter im Nutzgarten 14

Kräuter im Ziergarten 15

Kräuter im Steingarten 15

Duftkräuter am Sitzplatz 16

Eine Kräuter- und Blumenrabatte 16

Die Kräuterhecke 17

Der Kräuterweg 17

KRÄUTERGARTEN ANLEGEN UND GESTALTEN 19

KRÄUTERAUSWAHL 20

Der formale Kräutergarten 21

Der ornamentale Kräutergarten 22

Die Kräuterrabatte 23

Die Kräuterspirale 24

Das Kräuterrondell 26

Der Kräuterhügel 28

Das Kräuterhochbeet 29

Wegekreuz und Kräuteruhr 30

Ein mobiler Kräutergarten 31

EIN HILDEGARD-HEILKRÄUTERGARTEN 32

KRÄUTERGARTEN PFLEGEN 35

DER STANDORT 36

DER BODEN 37

KRÄUTER AUSSÄEN UND PFLANZEN 38

WÄSSERN 39

DÜNGEN 40

PFLANZENSCHUTZ 41

VERMEHRUNG 42

Aussaart 42

Anzucht von Jungpflanzen aus Saatgut 43

Anzucht von Jungpflanzen im Torfquelltopf 44

Stecklinge 45

Teilung 46

Wurzelausläufer 47

Absenker 47

KRÄUTER IN GEFÄSSEN PFLEGEN 48

ÜBERWINTERUNG 49

KRÄUTER IN DER NATUR SAMMELN 50

Kräuter ernten 51

KRÄUTER IM ÜBERBLICK 52

KRÄUTER VON A-Z 55

WAS DER KRÄUTERGÄRTNER WISSEN SOLLTE 57

Arten und Sachregister 110





VORWORT

Gewürz- und Heilkräuter begleiten uns seit alters her und erleben heute im Hausgarten eine Renaissance. Das würzige, frische Grün vom Beet fristete zeitweilig im Garten ein eher kümmerliches Dasein. Die Lebensmittelindustrie hatte sich der Aromalieferanten angenommen und die in Tütchen und Gläsern abgepackten, zermahlenden Produkte ließen den eigenen Anbau überflüssig erscheinen. Heute weiß man, dass die Inhaltsstoffe und Aromen frischer Blätter und Triebe jeder Handelsware überlegen sind. Es kommt aber auch noch ein entscheidender Grund hinzu, sich die teilweise noch der Wildflora zugehörigen Pflanzen in den Garten zu holen. Dort wo aromatische Kräuter wachsen, wird den arg bedrängten Insekten wie Bienen und Schmetterlingen Nahrung und Lebensraum angeboten. Dabei kann man auch den Duft wahrnehmen, den viele der Gewächse verströmen. Einige von ihnen können mit ihren hübschen Blüten sogar neben Zierpflanzen (Stauden und Sommerblumen) punkten, sodass man sie nicht nur ins Gemüsebeet setzt, sondern auch in die Gestaltung des gesamten Gartens einbeziehen kann. Die vielfältigen Möglichkeiten hierzu werden im vorliegenden Buch mit Beispielen beschrieben und dargestellt, Pflanzung und Aussaat sowie Pflegemaßnahmen und Vermehrung ausführlich erläutert. Die Vorstellung aller wichtigen Kräuter mit Angaben zur Verwendung runden die Informationen ab.





GESCHICHTE DES KRÄUTERGARTENS

Die Kenntnisse über Anbau und Verwendung von Kräutern ist Jahrtausende alt. Zu Beginn unserer Zeitrechnung gab es bereits zahlreiche Werke, die Kräuter und teilweise sogar ihren Anbau beschrieben. Die Römer übernahmen die Kenntnisse von den Griechen und brachten das Wissen auf ihren Eroberungszügen in den Norden. Ende der Römerzeit wurde das Wissen der Antike in den Klöstern gesammelt.





KLEINE KRÄUTERGE SCHICHTE



Der griechische Arzt Dioskurides verfasste eines der wichtigsten Kräuterbücher.

Die Heilkraft von Kräutern lässt sich bis an den Anfang der Menschheitsgeschichte zurückverfolgen. Schon frühe Zivilisationen experimentierten mit Pflanzen. Sie fanden heraus, mit welchen Kräutern sie Leiden behandeln konnten und gaben dieses Wissen von Generation zu Generation mündlich und durch Unterweisung weiter. Sagen und Legenden erzählen von wundersamen Wirkkräften, die sich im Laufe der Zeit mit Riten und Brauchtum verbanden.

Kräuter in der Antike

Kräuter hatten bereits in der Frühzeit ihren besonderen Platz und Stellenwert. Sie gehörten zu den Nahrungsmitteln aus der Umgebung der »Jäger und Sammler« und wurden wahrscheinlich schon damals auch als Würze und Heilmittel genutzt.

In den alten Hochkulturen in China, Indien, Persien und Ägypten gab es bereits Aufzeichnungen über

die Nutzungsmöglichkeiten der einzelnen Pflanzen. Die ersten Höhepunkte erreichte die Kräuterheilkunde jedoch in der Antike. Der griechische Arzt Pedanios Dioskurides beschrieb im 1. Jahrhundert n. Chr. zahlreiche Heilpflanzen und deren Anwendungen in seinem Werk »De materia medica«. Es umfasst ca. 1000 Arzneimittel und 4740 medizinische Anwendungen. Dieses umfangreiche Werk mit seinen genauen Beschreibungen galt bis ins Mittelalter hinein als eines der wichtigsten Kräuterbücher. Auch die Römer haben sich ihren Platz in der Geschichte der Kräuterkunde gesichert. Plinius der Ältere wurde vor allem durch sein naturwissenschaftliches Werk »Naturalis historia« bekannt, das als einziges seiner Werke erhalten geblieben ist. Aus den Überlieferungen des römischen Feinschmeckers Lukullus wissen wir heute aus jener Zeit viel über die Nutzung der Kräuter als Würzmittel.

Die Zusammenhänge zwischen Nahrung und Heilmitteln fanden auch in der arabischen Heilkunst ihren Niederschlag. Der »Qanun-al-Tibb« (Kanon der Medizin), verfasst von dem berühmten persischen Arzt Avicenna (980–1073), vereint griechische, römische und persische Traditionen. Es ist unterteilt in fünf Bücher, von denen eines sich mit der Herstellung von Heilmitteln befasst.



Kräuter im Mittelalter

Kraft und Wirkung von Kräutern wurden lange bevor sich das Christentum verbreitete hoch geschätzt und geachtet. In fast allen Kulturen und Ländern fand man die Bestätigung, welche Weisheit und Kraft den Kräutern innewohnen und wie reich der sei, der dieses Wissen sein Eigen nennen durfte. Vielen Kräutern wurden magische Eigenschaften zugeschrieben. So kannten die Angelsachsen neun heilige Kräuter zum Schutz vor allen möglichen bösen Einflüssen. In vorchristlichen Zeiten waren Kräuter vor allem heilende Pflanzen, mit denen weise Frauen die innere und äußere Natur in Einklang brachten. Mit dem Christentum wurden jedoch Einfluss und Wirken der Kräuterkundigen einerseits als bedrohlich empfunden, andererseits dann als Gottesgeschenk betrachtet, wenn das Wissen aus den Klöstern

Apothekergarten von Kloster Lorch



Kräuterfrauen schöpften ihre Fähigkeiten aus den Kräften der Natur.

kam. Nun verstanden es manche Frauen, durch Intuition, Lauschen in die Natur, genaues Beobachten und Ausprobieren, Lernen und Erfahrung, den Zauber der Pflanzen tiefgreifender zu ergründen. Ihre Fähigkeiten schöpften sie aus den Kräften der Natur, vor allem die Pflanzenwelt gab ihnen das Rüstzeug zur Ausübung ihrer Zunft. Damit verfügten sie über eine Macht, die sie in die Nähe des Übernatürlichen rückte und somit verdächtig erscheinen ließ. Und so hatten die Kräuterfrauen von jeher einen schlechten Ruf, weil man sich ihre Fähigkeiten nicht erklären konnte und diese kurzerhand für teuflisch befand.

Im Laufe der Zeit entwickelte sich das Kräuterwissen friedlich in Richtung der Apotheken, die im Spätmittelalter eigene Kräutergärten unterhielten und auch Wildkräuter aus dem Orient in die Herstellung ihrer Arzneien einbezogen.