





Maren Bustorf-Hirsch

# Selbstversorgung *aus dem eigenen Anbau*



Für meine Kinder Julia, Nele, Janina und Fabian  
und meine Enkel Linas, Maximilian, Jonathan und Rika



# Inhalt

<b>Wir ziehen hinaus aufs Land</b> . . . . .	9	Gärtnern nach den Mondphasen . . .33	August . . . . .94
<b>Die Grundlagen der Selbstversorgung</b> . . . . .	11	<b>Voraussetzungen für eine gute Ernte</b> . . . . .34	September . . . . .96
<b>Lohnt sich die Selbstversorgung?</b> . .11		Der Boden ist die Basis . . . . .34	Oktober . . . . .98
Ökologischer Fußabdruck . . . . .12		Richtige Düngung ist wichtig . . .38	November/Dezember . . . . .100
Die nötige Anbaufläche . . . . .13		Gute und schlechte Pflanzennachbarn . . . . .45	
Teilweise Selbstversorgung . . . . .13		Pflanzenschutzmaßnahmen . . . .47	<b>Das Abc der Nutzgartenpflanzen</b> . . . . .102
Weitgehende Selbstversorgung . . .13		<b>Bessere Ernten durch gute Planung</b> . . . . .54	<b>Gemüse und Salate</b> . . . . .102
Vollständige Selbstversorgung . . .13		Der Vorteil von Fruchtwechseln . .54	Blumenkohl . . . . .102
Wie viel Anbaufläche für welchen Ertrag? . . . . .13		Abwechslungsreiche Mischkulturen . . . . .55	Brokkoli . . . . .104
<b>Die Gartenplanung</b> . . . . .15		<b>Ernteverlängerung und Ertragssteigerung</b> . . . . .57	Buschbohnen . . . . .105
Permakultur . . . . .15		Witterungsschutz ist wichtig . . .57	Chicorée . . . . .106
Die Einzäunung . . . . .16		Intensivnutzung bringt Vorteile . .61	Chinakohl . . . . .109
Was kommt wohin? . . . . .16		<b>Die Samengewinnung</b> . . . . .64	Eissalat . . . . .110
Der Nutzgarten . . . . .16		Das Saatgut . . . . .64	Erbsen . . . . .111
Der Obstgarten . . . . .17		<b>Selbstversorgung auch im Winter</b> .67	Feldsalat . . . . .114
Der Naturgarten . . . . .17		Die Ernte haltbar machen . . . . .67	Fenchel . . . . .115
Die Hecke . . . . .17		Ernte im Haus: Küchenkräuter und Sprossen . . . . .76	Feuerbohne . . . . .116
Ein Teich . . . . .18		<b>Ausblick: Weitergehende Selbstversorgung</b> . . . . .78	Gemüsepaprika . . . . .116
Die Wiese . . . . .19		<b>Ein Jahr im Garten</b> . . . . .80	Grünkohl . . . . .118
<b>Die wichtigsten Arbeitsgeräte und Hilfsmittel</b> . . . . .20		Januar/Februar . . . . .82	Gurken . . . . .119
Zur Bodenbearbeitung . . . . .20		März . . . . .84	Kartoffeln . . . . .120
Zum Schneiden und Zerkleinern . .21		April . . . . .86	Kohlrabi . . . . .122
Zum Gießen und Spritzen . . . . .22		Mai . . . . .88	Kopfsalat . . . . .124
Zur Pflege von Obstbäumen . . . .23		Juni . . . . .90	Kürbisse . . . . .125
Sonstige Gartengeräte . . . . .23		Juli . . . . .92	Lauch . . . . .127
Die Aufbewahrung der Geräte . . .24			Mangold . . . . .128
<b>Wichtige, immer wiederkehrende Gartenarbeiten</b> . . . . .25			Melde . . . . .130
Arbeiten im Gemüsegarten . . . . .25			Möhren . . . . .130
Arbeiten im Obstgarten . . . . .29			Neuseeländer Spinat . . . . .133
Das Schneiden von Obstbäumen .30			Pastinake . . . . .134
			Petersilienwurzeln . . . . .135
			Pflück- und Schnittsalat . . . . .136
			Puffbohnen . . . . .137
			Radicchio . . . . .138
			Rettich und Radieschen . . . . .139
			Rhabarber . . . . .141
			Rosenkohl . . . . .142
			Rote Bete . . . . .143

Rotkohl .....	145	Schnittlauch .....	182	Sanddom .....	205
Sellerie .....	146	Thymian .....	182	Schlehen .....	205
Schwarzwurzeln .....	148	Wermut .....	183		
Spinat .....	150	Winterheckenzwiebeln .....	183	<b>»Giftige« Pflanzen im Garten</b> .....	206
Stangenbohne .....	151	Ysop .....	183	Bohnen .....	206
Tomate .....	154			Efeu .....	206
Topinambur .....	157	<b>Wildkräuter</b> .....	184	Eibe .....	208
Weißkohl .....	158	Bärlauch .....	184	Eisenhut .....	206
Winterpostelein .....	161	Beinwell .....	184	Faulbaum .....	206
Wirsingkohl .....	162	Brennnessel .....	185	Feuerdorn .....	206
Zucchini .....	162	Gänseblümchen .....	185	Fingerhut .....	206
Zuckerhut .....	164	Huflattich .....	185	Goldregen .....	206
Zwiebeln .....	165	Löwenzahn .....	186	Heckenkirsche .....	207
		Sauerampfer .....	186	Herbstzeitlose .....	207
<b>Gartenkräuter</b> .....	168	Wegerich .....	186	Holunder .....	207
Anis .....	168	Wiesenschaumkraut .....	187	Liguster .....	207
Baldrian .....	168			Maiglöckchen .....	207
Basilikum .....	169	<b>Beeren</b> .....	188	Oleander .....	207
Bohnenkraut .....	169	Brombeeren .....	188	Schneeball .....	207
Borretsch .....	170	Erdbeeren .....	189	Schneebeere .....	207
Brunnenkresse .....	171	Himbeeren .....	191	Seidelbast .....	207
Currykraut .....	171	Johannisbeeren, rote und weiße .....	192	Vogelbeere .....	207
Dill .....	171	Johannisbeeren, schwarze .....	193	Zwergmispel .....	207
Estragon .....	172	Jostabeeren .....	194		
Fenchel .....	172	Stachelbeeren .....	195		
Kapuzinerkresse .....	173			<b>Bauanleitungen</b>	
Kerbel .....	173	<b>Baumobst</b> .....	196	<b>von Michael Hirsch</b> .....	208
Knoblauch .....	174	Äpfel .....	196		
Koriander .....	175	Birnen .....	197	<b>Für den Garten</b> .....	208
Kresse .....	175	Süß- und Sauerkirschen .....	198	Kompostsammelnkiste .....	208
Kümmel .....	176	Mirabellen und Renekloden .....	199	Kompostsieb .....	210
Lavendel .....	176	Pfirsiche und Aprikosen .....	200	Frühbeetkasten .....	210
Liebstock .....	177	Pflaumen und Zwetschgen .....	201	Foliendreieck .....	212
Meerrettich .....	177	Quitten .....	202	Chinesische Kartoffelkiste .....	214
Melisse .....	178				
Olivenskraut .....	178	<b>Nüsse</b> .....	203	<b>Zur Vorratshaltung</b> .....	215
Oregano .....	178	Haselnüsse .....	203	Apfelhürde .....	215
Petersilie .....	179	Walnüsse .....	203	Dreigeteilte Einlagerungskiste .....	216
Pfefferminze .....	180			Einlagerungskiste für Kartoffeln .....	217
Pimpinelle .....	180	<b>Wildfrüchte</b> .....	204		
Ringelblume .....	180	Hagebutten .....	204	Nützliche Links .....	221
Rosmarin .....	181	Holunder .....	204	Register .....	218
Salbei .....	181	Preiselbeeren .....	205	Impressum .....	222



# Wir ziehen hinaus aufs Land



Gemeinsam mit vielen anderen träumten auch wir Mitte der 70er Jahre den Traum vom »Leben auf dem Lande«. Wir sind beide oft umgezogen, hatten in verschiedenen Großstädten gelebt und wollten ihrer Anonymität und Hektik entfliehen. Außerdem bemühten wir uns schon lange um eine gesunde, vollwertige Ernährung und stellten dabei immer wieder fest, wie schwierig (damals noch) der Kauf von biologischem Obst, Gemüse und Getreide war. Unser Wunsch wuchs, selber gesunde, rückstandsfreie Lebensmittel zu säen, zu pflanzen und zu ernten. Wir begannen deshalb nach einem kleinen Haus mit einem schönen Grundstück mitten auf dem Lande Ausschau zu halten.

Mit etwas Glück fanden wir etwas, was uns gefiel. Es gab zwar noch einige Schwierigkeiten, aber trotzdem wagten wir – inzwischen mit zwei sehr kleinen Kindern – den Sprung von unserer Hochhauswohnung in ein renovierungsbedürftiges Bauernhaus in einem kleinen Dorf. Unser Grundstück hatte den Vorteil (oder auch Nachteil, je nachdem, von welchem Blickwinkel aus man es betrachtet), dass es kaum angelegt war: Außer vier alten Bäumen und einem etwa 150 m<sup>2</sup> großen Stück Gartenland gab es nur eine große Wiese. Der Gemüsegarten war zur Hälfte mit Erdbeeren bepflanzt – das erste Jahr bescherte uns daher so viele Erdbeeren, wie wir noch nie in unserem Leben gegessen hatten. Das Gemüse und die Salate, die wir auf dem

verbleibenden Rest ausgesät hatten, versorgten uns zwar den Sommer über, für den Winter allerdings blieb kaum etwas übrig. Auf diese Weise spürten wir sehr schnell, dass wir nur durch geschickte Planungen unser Ziel, die Selbstversorgung, erreichen konnten. Parallel zu unserer Hausrenovierung in Eigenarbeit wälzten wir Gartenbücher über biologischen Anbau, tauschten Erfahrungen mit anderen aus und legten unseren Garten an: Eine Hecke aus Holunder, Haselnüssen, Schlehen, Sanddorn, Hagebutten und anderen einheimischen Sträuchern, verschiedene Obstbäume und ein Walnussbaum sowie Beerensträucher wurden gepflanzt, ein Kompostplatz angelegt, ein Frühbeet gebaut.

Im darauffolgenden Jahr gruben wir ein etwa 100 m<sup>2</sup> großes Stück der Wiese um, um den Gemüsegarten zu erweitern. Mit jeder Arbeit kamen wir unserer Selbstversorgung ein Stückchen näher. Seit dem letzten Jahr bringt uns das selbstgebaute Solargewächshaus noch reichere und vor allem frühere und spätere Ernten. Für uns ist ein Gewächshaus deshalb wichtig, weil wir in 700 m Höhe in einer sehr rauen Gegend wohnen, die ein Nachbar einmal so charakterisierte: »Acht Monate ist es hier Winter und vier Monate ist es zu kalt.« Seit wir auch noch eine 40 Ar große Wiese mit vielen Obstbäumen pachten konnten, können wir uns auch beim Obst ganz selber versorgen.

Wir sind ganz bewusst aufs Land gezogen, weil wir uns nicht nur für uns, sondern besonders für unsere Kinder eine natürliche und unmittelbare Beziehung zur Natur und Umwelt wünschten. Wir meinen, dass unsere Selbstversorgung eine Voraussetzung dafür ist. Beide Kinder haben eine ganz besondere Beziehung zu Lebensmitteln entwickelt. Sie essen genauso gerne wie wir die aus selbstgeernteten Produkten abwechslungsreich und schmackhaft zubereiteten Gerichte. Sie wissen, dass wir Wert auf gesunde Lebensmittel legen, sie wurden schon von klein auf in die Gartenarbeit einbezogen, halfen beim Säen, Pflanzen und natürlich ganz besonders beim Ernten. So freuen sie sich schon lange vor dem Termin auf die ersten Erdbeeren oder betrachten im Herbst voller Sehnsucht die kahlen Beerensträucher. Für sie ist es selbstverständlich, dass man das isst, was im Garten gerade wächst. Auch biologische Kreisläufe, wie zum Beispiel die Kompostbereitung, sind ihnen vertraut. Selbst zu den Lebensmitteln, die nicht im Garten wachsen, haben sie eine Beziehung. Sie kennen die Rosa im Stall der Nachbarn, von denen sie jeden Abend die Milch holen, aus der wir dann Quark, Joghurt und Käse machen. Sie wissen, dass Eier nicht unbegrenzt zur Verfügung stehen oder dass man die Sonne dringend benötigt, um das Heu einbringen oder das Getreide ernten zu können. Vor allen Dingen aber sehen sie, dass wir Spaß daran haben, so viel wie möglich selber zu machen, und das nicht nur im Bereich des Gartens und der Ernährung, sondern auch beim Haus- und Möbelbau, beim Spinnen, Stricken und Nähen. Auf diese Weise spielt für sie, ebenso wie für uns, die Welt des Konsums eine sehr geringe Rolle, und wir alle sind der Natur und ihren Abläufen viel näher gekommen.

Der nächste Schritt in unserer Selbstversorgung wäre zum Beispiel die »eigene Milch«. Wir träumen zurzeit von Hühnern, Milchschaafen oder einer Ziege ... Träumen Sie doch auch ein bisschen und versuchen Sie, recht bald ein paar von Ihren Träumen in die Realität umzusetzen. Dieses Buch möchte Ihnen dabei Anregung und Hilfe zugleich sein. Es liefert keine Patentrezepte und ist nicht für Leute geschrieben, die den größten Kohlrabi und den riesigsten Kürbis in Ihrem Garten ernten möchten oder beim Anblick von Blattläusen in Panik geraten.

Selbstverständlich möchten auch wir reiche Ernten erhalten, aber nicht gegen, sondern mit der Natur. Wir möchten Ihnen deshalb besonders im ersten Teil des Buches zeigen, auf welche Weise Sie in Ihrem Garten ein biologisches Gleichgewicht erlangen können, damit auch bei Ihnen gesunde und widerstandsfähige Pflanzen wachsen. Wir hoffen, dass Ihnen unsere Erfahrungen dabei helfen werden, dass Sie sich das ganze Jahr über durch geschickte Aussaaten und natürliche Konservierungsmethoden selber versorgen können. Zu guter Letzt können Sie auch nachschlagen, wenn Sie etwas Bestimmtes über unsere einheimischen Gemüsesorten, Obstarten und Kräuter wissen möchten. Angefangen bei der Anzucht und Pflege, den Sorten, über den Pflanzenschutz und die Wahl der Partnerschaften bis hin zur Samengewinnung, der Zubereitung und Konservierung ist alles enthalten.

Inzwischen sind mehr als zwei Jahrzehnte vergangen. Unsere Kinder haben ihre eigenen Familien gegründet und leben weit weg in großen Städten. Die Wurzeln ihrer Kindheit haben sie dabei nicht vergessen. Wenn sie auch keine Selbstversorger sein können, so achten sie doch darauf, dass sie sich und ihre Familien möglichst mit Lebensmitteln aus kontrolliert biologischem Anbau aus der jeweiligen Region der Jahreszeit entsprechend ernähren und ... sie sind auf der Suche nach einem passenden Garten.

Wir leben immer noch auf dem Land – allerdings haben wir inzwischen einen anderen Garten. Er lässt uns keine reinen Selbstversorger mehr sein, liefert uns aber ab dem frühen Frühjahr bis weit in den Herbst hinein frisches gesundes Obst, Salate, Gemüse und vielfältige Kräuter für den täglichen Bedarf. Produkte, die unmittelbar zu unserem Leben gehören und für uns nicht wegzudenken sind.

Überall sieht und hört man, dass bei vielen Menschen die Sehnsucht nach selbst Angebauten und selbst Hergestelltem wächst. Versuchen Sie es doch auch einmal: Selbst angebautes Obst und Gemüse – auch in kleinen Mengen frisch geerntet – schmeckt unvergleichlich gut.

Dieses Buch möchte Ihnen Anregungen geben und ein wenig helfen, diese Sehnsucht zu stillen.





# Die Grundlagen der Selbstversorgung

## Lohnt sich die Selbstversorgung?

Wenn Sie die beiden Abschnitte über den »Ökologischen Fußabdruck« (Seite 12) und die »Permakultur« (Seite 15) gelesen und sich mit beiden Aspekten ein wenig näher beschäftigt haben, werden Sie die obige Frage uneingeschränkt mit Ja beantworten. Lassen Sie mich aber trotzdem die Frage ein wenig genauer untersuchen.

In unserer Gesellschaft, in der viele Leute bei allem, was sie tun, die Frage stellen, welchen materiellen Nutzen ihre jeweilige Tätigkeit bringt, werden auch Sie sich vielleicht überlegen, ob sich eine Selbstversorgung überhaupt lohnt. Wenn Sie den Arbeitsaufwand in einem Selbstversorgergarten allein unter dem materiellen Aspekt betrachten, werden Sie zu dem Schluss kommen, dass er unter diesem Gesichtspunkt unrentabel ist. Es ist außerdem viel bequemer, sich in seiner Freizeit in den Liegestuhl auf den gepflegten, unkrautfreien Rasen zu legen, sich in der Sonne bräunen zu lassen und die nötigen Lebensmittel schnell und billig im Supermarkt einzukaufen. Anstrengender ist es dagegen, in seiner Freizeit einen Gemüsegarten zu bearbeiten, Obstbäume zu pflegen, überschüssiges Obst und Gemüse zu konservieren und zusätzlich noch mehr Zeit in die Zubereitung der einzelnen Mahlzeiten zu investieren. Schließlich müssen ja alle Zutaten erst geerntet, geputzt und dann sorgfältig zubereitet werden. Darüber hinaus muss auch noch ein ständiger Verzicht geübt werden, denn in einem Garten ist nicht zu jeder Zeit alles vorhanden!

Diese Betrachtungsweise ist auch ein Zeichen unserer Zeit. Heute werden immer mehr Grundstücke um die Häuser herum allein als Ziergärten verwendet. Das war keineswegs immer so. Früher waren Gärten der wertvollste Besitz der Menschen und sicherten ihnen das Überleben. Nur Adlige und Reiche konnten es sich leisten, Parks und Lustgärten anzulegen. Alle anderen waren froh, dass sie durch ihre eigene Arbeit und durch das kleine Stückchen Land, das ihnen zur Verfügung stand, ihre Ernährung verbessern oder gar sichern konnten. Dies alles änderte sich erst in den letzten 30 Jahren. Warum sollte man Bohnen im Garten säen, wenn sie doch so billig im Supermarkt zu haben waren? Warum sollte man Erdbeeren pflanzen und bis zu ihrer Reife im Juni warten, wenn man sie bereits im Winter, aus südlichen Ländern importiert, kaufen konnte?

Warum sollte man auf allerlei exotische Gemüse und Früchte verzichten?

Die Beispiele ließen sich wohl beliebig fortsetzen. Hinzu kam noch, dass man auch bei der Gartenarbeit bequemer wurde: Warum sollte man Unkraut hacken – es gab doch Unkraut-ex? Warum sollte man Schnecken sammeln, wenn es doch den »Schnecken-Tod« gab und zahlreiche andere Spritzmittel, die man schon mal vorbeugend anwendete, um die »Ruhe« in dem ach so steril gewordenen Garten zu bewahren. Die Chemie hat die Arbeit und das Leben zwar vereinfacht, aber hat sie es auch verbessert? Wo ist die Vielfalt des bäuerlichen Gartens mit seinen Kräutern, Gemüse, Stein- und Kernobst, Beeren, Nüssen und Blumen geblieben? Wer weiß noch um die Zusammenhänge von Pflanzengemeinschaften? Wer weiß noch um die Wirkung von Kräutern oder wendet alte Hausmittel an? Wer kennt noch das Gefühl, wenn nach einem langen Winter endlich die Kräuter im Garten zu sprießen beginnen, der gut gehetzte Wintersalat erntereif wird, und die ersten knackigen Radieschen in Scheiben geschnitten auf einem Butterbrot liegen? Wer weiß noch, wie Erdbeeren schmecken, wenn man sie schon einige Tage lang immer wieder begutachtet hat, sie aber doch so lange hängen lässt, bis sie wirklich dunkelrot und voll ausgereift sind?

Oder denken Sie nur an den langen Weg, den eine Tomate braucht, bis sie reif auf Ihrem Küchentisch liegt: Über das Säen im März, das Pikieren, das Auspflanzen und die Pflegen der Stauden bis hin zur Ernte. Und bevor Sie diese erste Tomate essen, auf die Sie sich schon so lange gefreut haben, lassen Sie erst noch die früheste und schönste hängen, um sie für die Samengewinnung im nächsten Jahr zu erhalten.

Es stimmt, Sie müssen wirklich oft verzichten – aber Sie gewinnen auch sehr viel dafür: Obst, Gemüse und Kräuter mit einem unvergleichlichen Geschmack und einer Frische, die Ihnen selbst das beste Geschäft nicht bieten kann. Sie selbst wissen, wie gesund diese Früchte sind, denn Sie allein haben alles ohne Chemie gezogen. Selbstverständlich macht auch die Luftverschmutzung vor Ihrem Bio-Garten nicht halt. Sie können aber sicher sein, dass Ihr Obst, Ihr Gemüse und Ihre Kräuter nicht zusätzlich noch Rückstände von Pestiziden, Insektiziden, Herbiziden und chemischen Düngern aufweisen.

Hand in Hand mit dieser Einstellung zu Ihrer Nahrung und deren Erzeugung werden Sie ein neues Umweltbewusstsein entwickeln. Sie schaffen für Tiere und Pflanzen wieder natürliche Lebensbedingungen und versuchen, damit in Ihrem Garten das biologische Gleichgewicht wiederherzustellen.

Sie entlasten die Umwelt, weil Sie auch in Ihrem persönlichen Bereich mit Energie sparsam umgehen, denn: Sie verzichten im Winter auf Lebensmittel, die in Gewächshäusern mit hohem Energieaufwand außerhalb ihrer eigentlichen Wachstumszeit reifen.

Sie konsumieren keine Lebensmittel, die mit hohen Transport- und Lagerkosten von Übersee oder südlichen Ländern in Ihre Gegend transportiert werden müssen. Sie vermeiden den großen Berg an Verpackungsmaterial, weil Sie ja direkt ernten, verbrauchen und konservieren.

Sie entlasten den Müll, weil Sie alle organischen Abfälle kompostieren.

Sie wählen schonende, möglichst energiesparende Konservierungsmethoden für Ihre Ernteüberschüsse. Sie persönlich entdecken wieder die Jahreszeiten, lernen sie schätzen, weil jede von ihnen ihren ganz besonderen Reiz hat, und lernen, wieder mehr mit ihnen in Einklang zu leben. Die Vielfalt in Ihrem Garten an Pflanzen und Tieren, die Schönheit der »Unkräuter« auf der Blumenwiese lassen Sie zu einem eifrigen Naturbeobachter werden. Ihre Freizeit ist damit sinnvoll ausgefüllt mit Arbeit, Beobachtung und Entspannung. Und Sie selbst? Sie sind ein ganzes Stück unabhängiger vom Konsum unserer Zeit und damit auch viel »reicher« geworden.

Dass immer mehr Menschen dieses Lebensgefühl erfahren möchten, zeigen neue Berichte über Gärtner in der Stadt in Gemeinschaftsgärten oder Gärtner auf kleinstem Raum auf dem Balkon oder auf der Fensterbank.

### ► Ökologischer Fußabdruck

In den letzten Jahren hat bei vielen Menschen ein Umdenken stattgefunden. Es ist bekannt, dass die Ressourcen unserer Erde nicht reichen, wenn alle Menschen im gleichen Wohlstand leben würden wie die Menschen in den westlichen Industrieländern. Aus diesen Überlegungen heraus hat Mathis Wackernagel, der als Vordenker im Bereich der Nachhaltigkeit gilt, 1994 den Begriff des „Ökologischen Fußabdrucks“ geprägt.

Man versteht darunter die Fläche auf der Erde, die nötig ist, um den Lebensstil und den Lebensstandard eines Menschen (oder eines Landes) dauerhaft zu ermöglichen. Dazu gehören sowohl die Fläche für die Produktion von Nahrungsmitteln, die ein Mensch verbraucht, als auch die Flächen, die zur Herstellung seiner Kleidung, und seiner Wohnumwelt benötigt werden. Ebenso werden auch die Flächen berechnet, die zur Bereitstellung der Energie, die jeder für die unterschiedlichsten Aktivitäten verbraucht sowie die Flächen, die zum Abbau des von ihm erzeugten Mülls benötigt werden.

Von Land zu Land und Mensch zu Mensch unterscheidet sich der Bedarf an Raum und natürlichen Ressourcen, welche die Menschen im Alltag für ihre Nahrung, ihre Wohnung, ihr Mobilität und den Abbau ihres Mülls verbrauchen.

Ohne Schwierigkeit können Sie Ihren persönlichen ökologischen Fußabdruck unter [www.footprint-deutschland.de](http://www.footprint-deutschland.de) berechnen, wenn Sie die dort gestellten Fragen zu beantworten. Der Rechner ermittelt sofort, wie viel Land erforderlich ist, um Ihnen Ihren Lebensstil zu ermöglichen und macht auch Vorschläge, wie Sie Ihren persönlichen Fußabdruck reduzieren können.

In diesem Zusammenhang, denke ich, ist es wichtig zu wissen, dass in Deutschland jede Person im Durchschnitt 4,7 Hektar verbraucht. Unsere Erde stellt aber jedem Menschen nur 1,8 Hektar zur Verfügung, d.h. eigentlich brauchen wir fast drei Erden für die Menschheit, wenn alle so lebten wie wir.

Auch wenn die einzelnen Berechnungen nicht ganz unumstritten sind, wissen wir, dass wir viel zu sorglos mit unseren Ressourcen umgehen.

Wenn Sie sich dazu entschließen, einen Teil Ihrer Nahrung in Ihrem eigenen Garten selber zu produzieren, und damit vielleicht sogar mehr pflanzliche als tierische Lebensmittel zu sich nehmen, liegt es auf der Hand, dass Sie dadurch Ihren ökologischen Fußabdruck verringern können, sparen Sie doch z. B. viele Wege zum Supermarkt, erzeugen Sie viel weniger Müll durch das Einsparen von Verpackungsmaterialien und durch die Verwertung ihrer Abfälle auf dem Kompost usw.

## Die nötige Anbaufläche

Es wurden bereits viele Berechnungen aufgestellt, um herauszufinden, wie viel Land man benötigt, um sich selber versorgen zu können. Alle diese Zahlen können selbstverständlich immer nur Richtwerte sein, denn der Platzbedarf ist von den verschiedensten Faktoren abhängig: Von den Bodenverhältnissen, dem Klima, den eigenen Bedürfnissen, von der geschickten Planung bei den Aussaaten, der Doppelnutzung durch Vor- und Nachkulturen und von den Möglichkeiten, die man durch eine Intensivnutzung erhält. Oft kann man schon mit einer beträchtlich kleineren Fläche auskommen, als im Folgenden angegeben wird.

### ► Teilweise Selbstversorgung

Selbst wenn Ihnen zum Beispiel nur 25 m<sup>2</sup> Land pro Person zur Verfügung stehen, können Sie sich durch geschickte Aussaaten und Sortenwahlen je nach Jahreszeit mit Frischgemüse, Salaten und Kräutern gut selbst versorgen. Für eine zusätzliche Konservierung wird es dann allerdings in den meisten Fällen nicht reichen.

### ► Weitgehende Selbstversorgung

Wenn Sie Lagerkartoffeln und Lagerobst zukaufen, benötigen Sie pro Person etwa 70 m<sup>2</sup>:

- 37 m<sup>2</sup> für Gemüse, Salate und Kräuter
- 30 m<sup>2</sup> für Beeren und Obst,
- 3 m<sup>2</sup> für Wege und Kompostfläche
- \_\_\_\_\_ zusammen also
- 70 m<sup>2</sup>

### ► Vollständige Selbstversorgung

Wenn man davon ausgeht, dass Getreide, Milch und Milchprodukte zugekauft werden, der Garten uns aber mit Obst, Beeren, Gemüse, Kartoffeln, Salaten und Kräutern versorgen soll, so benötigt eine Person etwa 170 m<sup>2</sup> Land, die sich wie folgt zusammensetzen:

- 20 m<sup>2</sup> für Kräuter, Salate und Gemüse, die für den Sofortverbrauch bestimmt sind,
- 40 m<sup>2</sup> für Gemüse und Kartoffeln, die gelagert beziehungsweise konserviert werden,
- 100 m<sup>2</sup> für Beeren und Früchte (Obst), die sowohl für den Sofortverbrauch als auch für die Lagerung und Konservierung bestimmt sind;
- 10 m<sup>2</sup> für Wege, Kompostfläche und ähnliches
- \_\_\_\_\_ zusammen also
- 170 m<sup>2</sup>

(Sollten Sie auch eine Selbstversorgung bei Getreide anstreben, müssen Sie mit weiteren 120 m<sup>2</sup> pro Person rechnen, also zusammen dann etwa 290 m<sup>2</sup> Fläche zur kompletten Selbstversorgung für eine Person zur Verfügung haben.)

### ► Wie viel Anbaufläche für welchen Ertrag?

Für Sie heißt das zunächst einmal, Ihre persönlichen Gegebenheiten zu überprüfen. Steht Ihnen bereits Land zur Verfügung oder können Sie welches pachten? Welche Bodenbeschaffenheiten und welche klimatischen Bedingungen liegen vor?

Vielleicht ist das Ihnen zur Verfügung stehende Land um einiges kleiner, als die oben angegebenen Zahlen? Bedenken Sie, dass Sie Ihren Ertrag durch Ihr Geschick beträchtlich steigern können. (Versuche des Informationsdienstes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten haben zum Beispiel gezeigt, dass man aus einer etwa 70 m<sup>2</sup> großen Anbaufläche 170 kg Obst, Beeren, Gemüse, Salate und Kräuter ernten kann.) Besonders bei einer kleinen Fläche sollten Sie vor der Aussaat noch einmal genau Ihre Essgewohnheiten und Ihre Vorlieben für bestimmte Speisen überdenken, bevor Sie entscheiden, was Sie anbauen wollen. Beachten Sie aber, dass Rohkost (als Salate, Gemüse und Kräuter) ein wichtiger Bestandteil in Ihrer Ernährung sein sollte und dass gerade hier die Frische eine große Rolle spielt. Überlegen Sie außerdem, dass Sie wenig davon haben, wenn Sie im August und September von einer wahren Gemüseschwemme heimgesucht werden. Meist können Sie dann gar nicht alles essen und verarbeiten, so dass ein großer Teil überreif auf den Kompost wandert.

Diese Tatsache gilt es daher unbedingt durch geschickte Aussaattermine und Sortenwahlen zu umgehen.

Es ist zum Beispiel sinnvoll, viele lagerfähige Sorten anzubauen, denn sie können ohne Schaden auch noch längere Zeit im Garten verbleiben.

Machen Sie sich doch einmal die Mühe, an einem langen Winterabend auszurechnen, was und wie viel Sie im Durchschnitt essen und was Sie davon anbauen können. Sie werden sehen, nach dieser einmaligen Mühe werden Sie diese Werte sehr bald in den Griff bekommen, und oft ersparen Ihnen diese Überlegungen später Enttäuschungen und viel unnötige Arbeit.

Die folgenden Zahlen sollen Ihnen dabei ein wenig helfen. Sie geben die Erträge an, die man durchschnittlich von einer Pflanze oder einer bestimmten Pflanzenmen-

ge erwarten kann. Es versteht sich dabei von selbst, dass zum Beispiel der Gurkenenertrag in einem nasskalten Sommer extrem sinken kann oder dass in einem Gewächshaus wesentlich mehr Tomaten wachsen als im Freiland. Überarbeiten Sie deshalb unbedingt die Zahlen nach Ihren eigenen Erfahrungen: Beim Baumobst, Brombeeren und Nüssen können kaum Zahlen angegeben werden. Hier spielen für den Ertrag die Witterungseinflüsse des jeweiligen Sommers, das Alter der Bäume und ihre Pflege eine ganz entscheidende Rolle. Jetzt müssen Ihre eigenen Planungen einsetzen! Möchten Sie zum Beispiel 10 kg Sauerkraut im Winter einlegen und wollen Sie auch noch einige Weißkohlköpfe für Salat und Gemüsegerichte lagern, benötigen Sie etwa

15 gut ausgereifte Köpfe lagerfähigen Weißkohls. Soll es bei Ihnen im Winter (Dezember bis März) zweimal in der Woche jeweils etwa 100 g Feldsalat geben, so benötigen Sie mindestens eine 11 m lange Reihe Feldsalat. Allerdings können Sie den Anbauplan Ihres Gartens nicht allein nach Ihrem persönlichen Geschmack und dem von Ihnen erwünschten Ertrag festlegen. Eine ganz entscheidende Rolle spielt dabei nämlich, neben dem Klima und der Bodenbeschaffenheit, auch die Auswahl der Pflanzengemeinschaften, der Fruchtwechsel und die Pflege des Bodens. Fangen Sie lieber zunächst einmal mit einer kleineren Anbaufläche an, damit Sie mit Freude und ohne Hektik Ihre Gartenarbeit genießen und Ihre Erfahrungen in Ruhe sammeln können.

## Ertragsberechnung Gemüse

Art	Anbaumenge	Ertrag in g (Richtwerte)
Buschbohnen	1 Pflanze	250 bis 500
Erbsen	1 m <sup>2</sup>	1000
Feldsalat	1 m laufende Reihe	300
Frühkohl	1 Pflanze	1000
Gurken	1 Pflanze	1000
Kohlrabi	1 Knolle	200 bis 250
Lauch	1 Stange	150 bis 200
Möhren	1 m laufende Reihe	1000
Rosenkohl	1 Pflanze	500
Rote Bete	1 m laufende Reihe	1000
Schwarzwurzeln	1 m laufende Reihe	1000
Sellerie	1 Knolle	300
Spätkohl	1 Pflanze	1500 bis 2000
Spinat	1 m laufende Reihe	500
Zwiebeln	1 m laufende Reihe	1000

## Ertragsberechnung Obst

Art	Anbaumenge	Ertrag in g (Richtwerte)
Erdbeeren	10 Pflanze	2000
Himbeeren	1 Strauch	200
Johannisbeeren (rote)	1 Strauch	3000 bis 4000
Johannisbeeren (schwarze)	1 Strauch	2000
Stachelbeeren	1 Strauch	2000 bis 3000
Rhabarber	1 m <sup>2</sup>	7000

## Die Gartenplanung

Wenn Sie ein Grundstück kaufen oder pachten wollen, betrachten Sie es genau, denn es sollte zu Ihnen passen: Sie sollen sich später in dem Garten wohl fühlen und möglichst viele Ihrer Ideen auch ausführen können.

### ► Permakultur

Wenn Sie in Ihrem Garten gesundes Obst und Gemüse ernten wollen, bedeutet dies, dass Ihr gesamter Garten ein Naturgarten sein muss, in dem das biologische Gleichgewicht stimmt. Hierzu gehört dann auch, dass Sie für viele gefährdete einheimische Tiere und Pflanzen einen Lebensraum und eine Nahrungsquelle schaffen.

Das bedeutet nichts anderes, als dass Sie Ihren Garten als ein Gesamtsystem auffassen, in dem das Zusammenleben von Pflanzen, Tieren und Menschen miteinander so kombiniert wird, dass das System theoretisch unbegrenzt funktionieren kann.

Sie folgen damit den Prinzipien der sogenannten Permakultur (siehe Linkliste). Diese nimmt Abschied vom linear-kausalen Denken – (= hier sind Schnecken, die meinen Salat fressen, sie müssen vernichtet wer-

den) – das das Problem nicht löst, sondern immer nur verschiebt. Nach der Idee der Permakultur richtet sich die Aufmerksamkeit nicht auf einzelne Bestandteile des System (beispielsweise die Schnecken), sondern auf die ökologischen Zusammenhänge und Wechselwirkungen. Ziel ist es immer, dass sich das System (= der Garten) selbst regulieren kann bzw. durch minimale Eingriffe im dynamischen Gleichgewicht bleibt. Als Vorbild dienen dabei die Selbstregulierungsprozesse im Wald, im See oder im Meer.

Kein Wunder, dass die Erfahrungen und Erkenntnisse von »altem Wissen« aus allen Kulturen eine Grundlage für die Permakultur sind. Wenn Sie diese nutzen, entwickelt sich Ihr Garten zu einem Ökosystem und erwirtschaftet seine Erträge bei einem minimalen Pflegeaufwand. Er ist dabei nicht nur äußerst vielfältig, er sieht auch zu jeder Jahreszeit wunderschön aus und ist Ihre ökologische Nische.

Nach diesen Grundüberlegungen kann es an die konkrete Gartenplanung gehen.

Entscheidend für die spätere Gestaltung des Gartens ist die Lage des Hauses oder die der umliegenden Häuser



*So kann ein gut angelegter Naturgarten aussehen. In Mischkulturen stärken die Pflanzen sich gegenseitig.*



und sonstiger hoher Hindernisse. Hier sollte man vor der Planung genau die Schattenlängen betrachten. Am besten ist es, wenn Gebäude (soweit es die Bauordnung erlaubt) möglichst nah an den Grundstücksgrenzen stehen; es bleibt dann mehr Platz zur Gartengestaltung, als wenn um das Haus herum viele kleine Flächen entstehen. Aber selbst ein fertig angelegten Garten kann später noch zu einem naturnahen Garten umgestaltet werden.

### ► Die Einzäunung

Damit man sich in seinem Garten ein wenig zurückziehen und in aller Ruhe die Natur beobachten kann, sollte man ihn – so meine ich – einzäunen. Betonmauern, in welcher Form auch immer, kommen für einen Naturgarten nicht in Frage, da viele nicht fliegende Kleinlebewesen so nicht in den Garten gelangen können.

Aufgeschichtete, nicht gemauerte Natursteinmauern sind dagegen gut geeignet. Darin können sich Farne, Moose, Blütenpflanzen und seltene Tierarten einnisten. Ihr Nachteil: Sie nehmen sehr viel Platz weg und eignen sich deshalb nur für größere Gärten; außerdem sind sie nicht überall erlaubt. Bei den Holzzäunen ist sicherlich der einfachste auch zugleich der schönste und zweckmäßigste: Senkrechte, junge, halbierte Fichtenstämmchen (abgerundete Naturholzlatten gehen auch), die an zwei Querverbindungen befestigt sind, sehen schön aus und sind lange haltbar.

Maschendrahtzäune sind zwar nicht schön, können aber leicht verdeckt werden, indem man Pflanzen daran hochranken lässt oder eine Hecke davor pflanzt.

### ► Was kommt wohin?

Vor der Anlage (aber auch der Umgestaltung) des Gartens sollte man sich genau überlegen, welche Bedürfnisse man hat. Wenn Sie kleine Kinder haben, sollte ein Spielplatz mit Sandkiste und Schaukel vorgesehen werden. Ein Platz zum Wäschetrocknen ist ebenfalls sehr praktisch. Vielleicht möchten Sie und Ihre Familie den Garten von einer Terrasse aus genießen? Auch wenn Sie sich gegen eine Terrasse am Haus entscheiden, ein befestigter Platz im Garten ist sicher zweckmäßig und kann überaus vielfältig genutzt werden. Die Wahl eines festen Untergrundes ist dabei eine Frage des persönlichen Geschmacks und des Geldbeutels. Es gibt hier vielfältige, naturnahe, lebendige Gestaltungsmöglichkeiten. Der Spiel- und der Wäscheplatz sollten mit Gras bepflanzt sein. Da beide meist sehr strapaziert werden, muss das Gras dort oft gemäht werden, wenn

man sich nicht ständig über umgeknickte Halme und nasse Füße der Kinder ärgern will. Unbedingt nötig ist auch ein Platz für den Komposthaufen. Als nächstes gilt es zu bedenken, welcher Teil des Gartens Nutzgarten werden soll, und ob vielleicht auch noch Platz für einen Obstgarten ist. Ganz wichtig ist, dass ein Teil des Gartens Naturgarten bleibt, vielleicht mit einer Wiese und einem Teich. Hier finden all die Tiere Schutz und Nahrung, die zur Erhaltung des biologischen Gleichgewichts in unserem Garten wichtig sind.

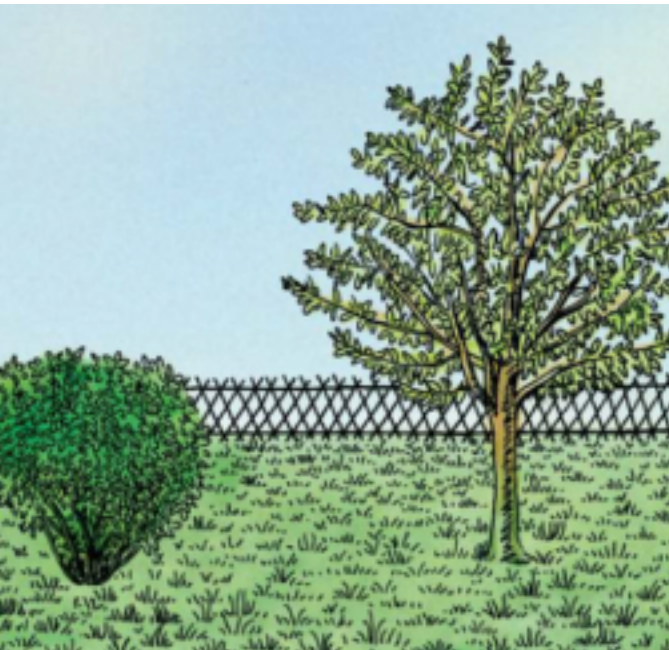
Wer über den nötigen Platz verfügt, kann auch noch einen Geräteschuppen und ein Gewächshaus vorsehen. Wenn irgend möglich, sollte man bei den Planungen den vorhandenen Baumbestand erhalten. Bedenken Sie einmal, wie lange es dauert, bis ein Baum ausgewachsen ist – gefällt ist er in einer halben Stunde.

### ► Der Nutzgarten

Der Nutzgarten sollte sich harmonisch in den gesamten Garten einfügen. Man legt ihn am besten an der sonnigsten Stelle an. Seine Größe richtet sich einmal nach der Grundstücksgröße, zum anderen natürlich auch danach, wie viel Gemüse wir ernten wollen (vergleiche Ertragsberechnung Seite 14). Die alten Bauerngärten nehmen wir als Vorbild für seine Gestaltung: Rosen, Blumenstauden und Küchenkräuter wachsen nicht getrennt voneinander, sondern harmonisch zusammen mit Gemüsen und Salaten. Wir verzichten auf den Einsatz von chemischen Düngern, Pflanzenschutz- und Schädlingsbekämpfungsmitteln und pflanzen stattdessen unser Gemüse in Mischkulturen an, erhöhen die natürliche Fruchtbarkeit durch Kompost und Flächenkompostierung und schaffen damit auch im Nutzgarten einen Lebensraum für zahlreiche Kleinstlebewesen, Insekten und Vögel.

Je vielfältiger der Bewuchs, desto leichter erreichen wir ein natürliches Gleichgewicht. Unsere Beete oder Reihen legen wir am besten in Nord-Süd-Richtung an, um die günstigsten Lichtverhältnisse zu erhalten. Wenn die Größe des Gartens es erlaubt, errichten wir einen vom übrigen Garten abgetrennten Kompostplatz. Ist das nicht möglich, sollte eine geeignete Ecke des Nutzgartens für diesen Zweck hergerichtet werden. Der Kompostplatz sollte windgeschützt und etwas schattig liegen. Als Abgrenzung eignen sich Haselnuss- oder Holundersträucher, bei wenig Platz auch rankende Feuerbohnen, Erbsen oder dicht gepflanzter Topinambur. Auf dem Kompostplatz steht eine große Sammelkiste





*Der Obstgarten wurde in einer Wiese angelegt. Hochstämmige Obstbäume müssen immer in genügendem Abstand zum nächsten Baum oder Strauch angepflanzt werden.*

für Küchen- und Gartenabfälle, daneben wird ein Komposthaufen aufgeschichtet. Außerdem findet sich hier vielleicht noch Platz für Gefäße, die zur Zubereitung von Pflanzenjauchen benötigt werden.

### ► Der Obstgarten

Auch bei der Anlage des Obstgartens streben wir eine natürliche Vielfalt an. Wir verzichten deshalb auf exotische Bäume und bestimmte hoch gezüchtete Handelsorten. Stattdessen hören wir uns um, ob altbewährte, heimische Sorten wieder kultiviert wurden. Denn was nützt es, wenn Sie sich etwa einen ‚Cox-Orange‘-Apfelbaum in Ihren Garten stellen, der schlecht wächst und kümmerliche Ernten erbringt, weil er den Bodengegebenheiten und dem Klima nicht angepasst ist, während eine einheimische Apfelsorte vor Gesundheit strotzen und reiche Ernten erbringen würde. Neben der Sortenwahl muss auch noch entschieden werden, welche Baumart man pflanzt.

Auch hierbei spielen die gegebenen Grundstücksverhältnisse eine Rolle. Hochstämme (Stammhöhe etwa 180 cm) haben einen hohen Platzbedarf, weil sie ein großes Wurzelwerk und große Kronen entwickeln. Man sollte sie 8 bis 10 m auseinander pflanzen. Halbstämme (Stammhöhe etwa 120 cm) benötigen einen Abstand voneinander von 5 bis 7 m, Niederstämme (Stammhöhe 80

bis 100 cm) 4 bis 5 m und Büsche (Stammhöhe 40 bis 60 cm) etwa 2 m. Speziell ein Obstgarten bietet vielen Vögeln und Insekten wichtigen Schutz und Lebensraum und ist somit ein Beitrag zum aktiven Umweltschutz.

### ► Der Naturgarten

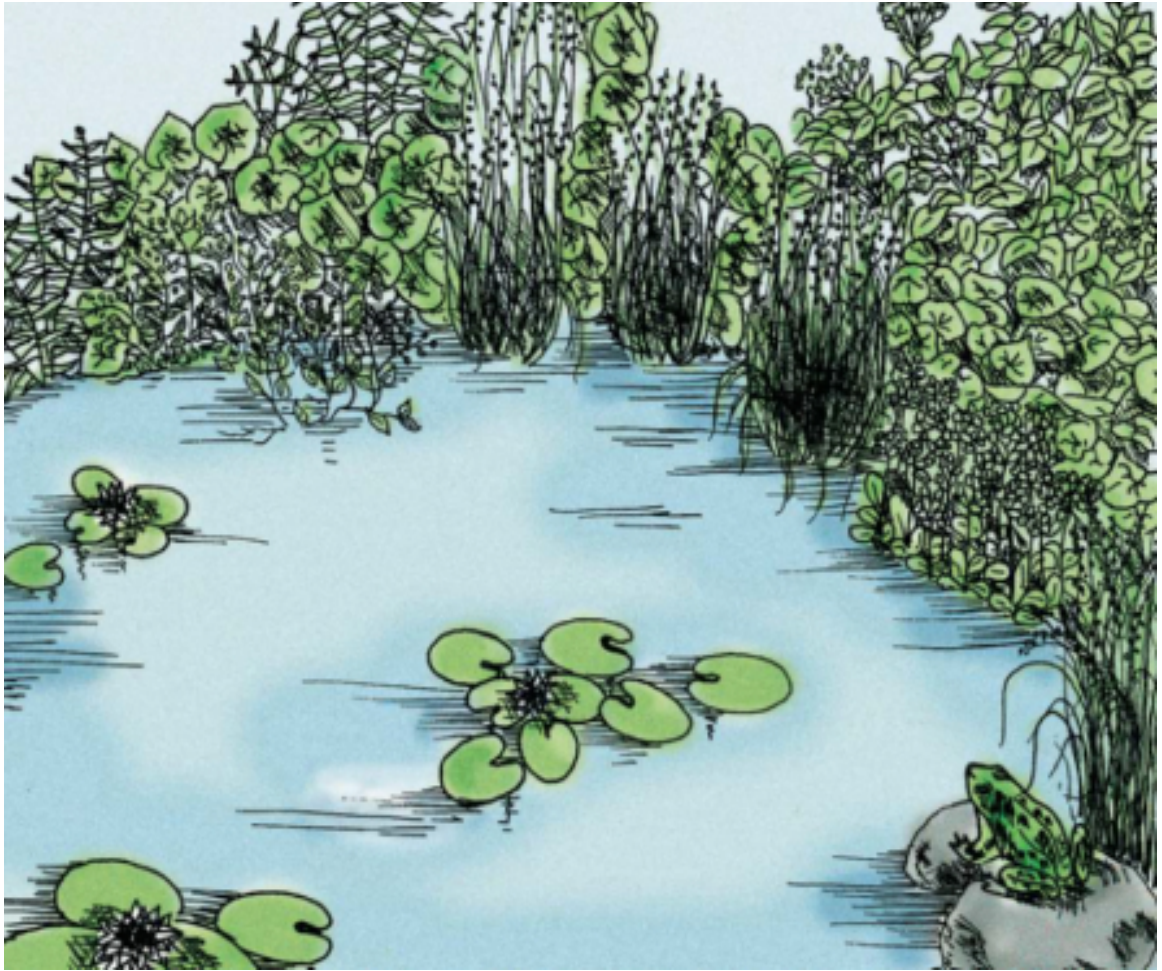
Im restlichen Teil unseres Gartens überlassen wir die Natur mehr sich selbst. Wir ergreifen lediglich ein paar unterstützende Maßnahmen und pflanzen zum Beispiel Hecken oder legen eine Blumenwiese oder einen Teich an.

### ► Die Hecke

Wann immer es Ihr Grundstück zulässt, sollten Sie an einer oder mehreren Stellen eine Hecke pflanzen. Sie besteht in der Regel aus niedrigen und höheren Sträuchern und wird gelegentlich durch einzelne Bäume ergänzt. Die Hecke dient Ihnen als Grundstücksabgrenzung und somit auch als Sichtschutz. Sie können dabei zwischen einer frei wachsenden Hecke aus verschiedenen Sträuchern und einer Schnitthecke, die weniger Platz benötigt, wählen. Eine optische Bereicherung stellen zweifelsohne Hecken aus Blütensträuchern (Heckenrose, Holunder, Weide, Haselnuss, Weißdorn, Schneeball, Schlehe, Eberesche) oder Sträuchern mit Fruchtschmuck (Pfaffenhütchen, Heckenrose, Vogelkirsche, Berberitze) dar. Außerdem ist eine Hecke ein ausgezeichnete Windschutz, der das Pflanzenwachstum im Garten steigern kann.

Darüber hinaus bietet eine solche Hecke vielen Tieren und Pflanzen einen Lebensraum. Je vielfältiger und größer sie ist, desto mehr Lebensmöglichkeiten haben die Tiere dort: Vögel finden Nistplätze, Schutz und Nahrung; Igel und Erdkröten bietet sie schattige Verstecke und Schlafplätze. Außerdem ist sie ein Winterquartier für Insekten und kleine Säugetiere und ernährt Schmetterlinge und Insekten (Nektar- und Pollenspender).

Ganz nebenbei liefert eine Hecke nicht nur den Tieren, sondern auch Ihnen Nahrung (Holunder, Schlehen, Haselnüsse und Beeren). Wählen Sie für Ihre Hecke nur einheimische Pflanzen aus und setzen Sie sie nicht in Reih und Glied, sondern unregelmäßig und verschiedene Arten gemischt. Schneiden Sie gegebenenfalls in den ersten Jahren zu schnell wuchernde Pflanzen etwas zurück, und mähen Sie niemals den Rand der Hecke, er ist nämlich für die Tierwelt von größter Wichtigkeit.



*Ein Gartenteich sieht nicht nur schön aus, sondern bietet auch vielen bedrohten Pflanzen und Tieren einen Lebensraum. Besonders die Amphibien wie Frösche und Kröten sind zudem sehr nützliche Helfer bei der Schädlingsbekämpfung.*

### ► Ein Teich

Auch in einem kleinen Garten ist es möglich, einen Teich anzulegen. Dies wird in den meisten Fällen ein sogenannter Lurchenteich sein, der weder einen Abfluss noch einen Zufluss benötigt.

Je nach Kräften und Möglichkeiten wird ein Loch ausgehoben. Um möglichst viele Tiere ansiedeln zu können, sollte man den Teich in verschiedene Bereiche gliedern: Flach- und Tiefwasserzonen, Anlage von Sandbänken, Steilufern und aufgeschüttete Steinhäufen. Eine Mindesttiefe von 30 bis 60 cm ermöglicht vielen Kleintieren und Larven das Überwintern. Will man Fische halten, muss der Teich 80 bis 120 cm tief sein. Der Untergrund wird dann entweder mit wasserundurchlässigem Lehm ausgestrichen oder mit einer speziellen Plastikfolie ausgelegt. Bepflanzt werden sollte so ein kleiner Tümpel

recht sparsam, weil er sonst in kurzer Zeit verwuchert. Wasser- und Uferpflanzen erhält man in vielen Gärtnereien und Gartencentern.

Schmetterlinge, Vögel und Libellen stellen sich meist nach kurzer Zeit von alleine ein. Wenn man aus einem bereits bestehenden Teich einige Liter Wasser holt, wird sich auch im eigenen bald ein vielfältiges Wasserleben entfalten. Lurche lassen sich leicht ansiedeln: Man holt einfach etwas Laich oder Kaulquappen aus anderen Tümpeln. In einem kleinen Teich werden Wasser- und Uferpflanzen in der Regel in Pflanzgefäßen ins Wasser gesetzt. Außerdem wird der Teichboden mit einer Schicht der untersten Aushuberde aufgefüllt. Auch mit einem sehr kleinen Teich schaffen Sie einen Lebensraum für sehr viele bedrohte Tierarten und für sich eine unerschöpfliche Quelle zum Beobachten der Tier- und Pflanzenwelt.



### ► Die Wiese

Aus einem unkrautfreien Rasen eine Wiese zu machen ist nicht so ohne weiteres möglich, denn allein durch seltenes Mähen entsteht noch lange keine Wiese. Am einfachsten ist es natürlich, bei einer Neuanlage statt der üblichen Rasensamen eine Mischung geeigneter Grassamen und Wiesenblumen auszubringen. Wundern Sie sich nicht, wenn nicht alle Samen der beschriebenen Pflanzen aufgehen, denn es keimen nur die, deren Bedürfnisse vom jeweiligen Boden und Klima befriedigt werden. Wer schon einen Rasen hat, könnte ihn natürlich umgraben und wie oben beschrieben weiter verfahren, dies ist allerdings ein mühseliges Unterfangen.

Man kann aber auch versuchen, die Grassode etwas aufzulockern und eine Wildblumen- und Wiesenkräutermischung auszusäen. Die Wiese wird in der Regel im Juni und im September gemäht. Ihren Rasenmäher können Sie dafür im Geräteschuppen lassen, er schafft die Arbeit nicht mehr. Sie benötigen dazu eine Sense (oder einen Balkenmäher).

Das lange Kräutergras eignet sich wegen seiner vielen Samen nicht zum Mulchen von Gemüsebeeten und in nur sehr begrenzter Menge für den Kompost. Man sollte es deshalb jemandem geben, der es als frisches Gras an seine Tiere verfüttert. Ist das nicht möglich, kann man den Grasschnitt auch zum Mulchen von Obstbäumen und Beerensträuchern verwenden. Wir mähen einen Teil unserer Wiese in regelmäßigen Abständen mit dem Rasenmäher. Er dient als Spiel- und Tobefläche für die Kinder. Der andere Teil unter den Bäumen wird stehengelassen und, wie oben beschrieben, zweimal jährlich gemäht. Eine Ausnahme machen hier nur die »Pfade«, die wir auch regelmäßig mit dem Rasenmäher in die Wiese mähen, damit wir den Nutzgarten überall erschließen können und nicht unnötigerweise das Gras heruntertreten müssen. Eine Blumen- und Wildkräutermiese ist mit ihrer Pflanzenvielfalt nicht nur herrlich anzusehen, sondern bietet darüber hinaus auch vielen nützlichen Tieren Nahrung und Lebensraum.



*Eine Wiese gehört in jeden Naturgarten. Mit ihrer Arten- und Formenvielfalt bietet sie vielen nützlichen Insekten wie Schmetterlingen, Käfern, Bienen und Wespen Nahrungs- und Lebensraum. Gemäht wird diese Wiese nur zweimal im Jahr.*

## Die wichtigsten Arbeitsgeräte und Hilfsmittel

Um den Garten bearbeiten zu können, sind einige Geräte wirklich nötig, andere überhaupt nicht. Wie bei allen Dingen, wird auch hier in Fachgeschäften ein großes Sortiment angeboten. Deshalb sollte man gut überlegen und nur die Geräte und Hilfsmittel kaufen, die wirklich benötigt werden. Im Folgenden möchte ich die Geräte vorstellen, die sich bei uns in der Praxis bewährt haben und die ich für notwendig halte.

### ► Zur Bodenbearbeitung

#### Sauzahn

Der Sauzahn ist ein Bodenlüfter. Er dringt tief in den Boden ein, lockert und lüftet ihn. Die natürliche Bodenbeschaffenheit bleibt dabei erhalten, ein Umgraben ist überflüssig. Vor dem Einsäen und Bepflanzen sowie nach dem Abernten eines Beetes zieht man den Sauzahn im Abstand von 10 cm durch den Boden. Er ist auch zum Lockern des Bodens während der Wachstumszeit der Pflanzen geeignet.



#### Doppelgrabegabel

Die Doppelgrabegabel besteht aus 5 Zinken, von denen 3 – außen und in der Mitte – 28 cm lang und die dazwischen liegenden 23 cm lang sind. Sie ist für eine biologische Gartenbearbeitung genauso wichtig wie der Sauzahn. Mit jedem Einstich wird eine Bodenbreite von 50 cm gelockert. Man sticht etwa alle 30 cm hintereinander in den Boden und kippt die Doppelgrabegabel einfach zu sich heran. Die Bodenschichtung bleibt erhalten, und selbst schwere Ton- und Lehm Böden können ohne große Kraftaufwendung sehr schnell bearbeitet werden.



#### Setzholz, kleine Schaufel und Pflanzkelle

Diese Geräte leisten beim Pflanzen von Setzlingen gute Dienste.



#### Krümler

Den Krümler (im Handel auch unter der Bezeichnung Sternfräser erhältlich), braucht man ebenfalls zur Bodenbearbeitung. Nach der Auflockerung mit Doppelgrabegabel und Sauzahn fährt man mit dem Krümler über den Boden, der dadurch eine feinkrümelige Struktur erhält. Mit dem zusätzlich angebrachten Jättemesser kann man zudem Unkraut abschneiden. Der Krümler eignet sich auch zum Verteilen von Kompost. Oft wird statt des Krümlers auch ein Gartenwiesel verwendet.



#### Rechen

Statt eines Krümlers kann man auch einen Rechen verwenden. Allerdings sollten seine Zinken gehärtet sein und sehr schmal nebeneinander stehen, sonst wird der Boden nämlich nicht feinkrümelig.



### Schaufel und Spaten

Umgegraben wird in unserem Garten zwar nicht, aber zum Pflanzen von Bäumen, Sträuchern und Stauden sowie zum Aufschichten von Kompost ist eine Schaufel unentbehrlich. Je nach Bodenbeschaffenheit ist zusätzlich noch ein Spaten von Vorteil.



### Hacke und kurze Doppelhacke

Eine Hacke ist für das Entfernen von Unkraut, zum Zerkleinern von Erdschollen, zum Anhäufeln usw. nötig. Die kurze Doppelhacke erleichtert feinere Arbeiten.



### ► Zum Schneiden und Zerkleinern

#### Sense und Sichel

Langes Gras oder Unkraut wird am besten mit einer Sense oder Sichel abgemäht. Mit einer Sense arbeitet man schneller; sie lohnt sich aber nur für einen Garten mit einer größeren Wiese.

Versuchen Sie niemals, holzige Pflanzenteile mit einer Sense oder Sichel abzumähen, das Blatt wäre dann sehr schnell kaputt. Weil eine Sense (oder Sichel) ohne Gegenschneide schneidet, muss sie ganz besonders scharf sein. Deshalb muss man diese Geräte regelmäßig schleifen. Hierzu benötigt man einen Wetzstein, der vor dem Schärfen



nass gemacht werden muss. Dann zieht man den Wetzstein mehrmals kräftig über die Oberfläche des Schneideblattes und hält ihn dabei sehr flach zur Schnittfläche. Sollte Ihre Sense nach mehrjährigem Gebrauch trotz Wetzstein nicht mehr richtig scharf werden, müssen Sie sie zum sogenannten Dengeln zu einem Schmied bringen.

