



**Grundlage für eine üppige Ernte: das richtige Beet.**

**M**it einem eigenen Beet wird für viele der Traum der Selbstversorgung mit Gemüse und Beeren wahr - vorausgesetzt es bekommt einen sonnigen Standort und die passende Form. Aber welche Beetform ist geeignet? So Mancher hat nicht mehr Platz zur Verfügung als für ein kleines Hochbeet. Dann erübrigt sich diese Frage. Wenn du jedoch mehr Möglichkeiten hat, solltest du dir Gedanken machen, ob ein Bodenbeet, Hochbeet oder ein Hügelbeet für dich passend ist. Dabei gibt es im Grunde kein „besser“ oder „schlechter“. Neben allgemeinen Standortfaktoren kommt es darauf an, was dir am liegt. Jede Beetform hat Vor- und Nachteile - man sollte überlegen, womit man am besten zurecht kommt. Die Gartenarbeit soll schließlich Spaß machen, daher lohnt es sich, die drei Beetformen zu vergleichen, bevor es an die Umsetzung geht.

# Ran ans *Beet!*

Wer viel Salat, Zucchini, Möhren und auch Kürbis ernten möchte, legt sich ein Beet zu. Hochbeet, Hügelbeet oder das klassische Bodenbeet – welches Beet passt zu dir? Wir helfen bei der Entscheidung.



**Ein Hochbeet verwöhnt Gemüse mit hohen Mengen an Nährstoffen. Allerdings muss man regelmäßig gießen.**

## Das Hochbeet: Gärtnern auf Augenhöhe

Beim Hochbeet kommen im Grunde die gleichen Materialien wie im Hügelbeet zum Einsatz und werden schichtweise in einen stabil gebautem Rahmen geschichtet. Auch das Hochbeet hat Vor- und Nachteile, ähnlich dem Hügelbeet. Ein großer Vorteil ist, dass du bequem im Stehen arbeiten kannst. Wer ein Hochbeet mit Rand baut, kann sich beim Arbeiten sogar setzen. Bequemer geht's nicht.

Selbst auf geteerten Flächen und Hinterhöfen liefert diese Beetform reiche Ernten, wenn das Hochbeet genug Sonne abbekommt. Allerdings kostet der Bau reichlich Zeit, Geld und viel Muskelkraft. Bretter, Steine, Schrauben - der Bau des Rahmes benötigt viel Material und verlangt handwerkliches Können.

Wer das erste Mal ein Hochbeet baut, ist überrascht, wieviel solch ein Kasten schluckt. Rund 1.500 Liter organisches Material verschlingt ein ein Meter mal zwei Meter breites Hochbeet.

### Düngen meist nicht nötig

Während die groben Teile nach und nach verrotten, beliefern sie die Pflanzen jahrelang mit Nährstoffen. Düngen ist deshalb meist überflüssig. Mit der Zeit schrumpft die Füllung bis irgendwann nur noch humose Erde übrig bleibt. Dann legt man Gartenabfälle nach oder füllt Erde auf. Da die oberste Schicht schnell

austrocknet, ist Gießen häufiger notwendig als im Bodenbeet, vor allem wenn das Hochbeet Gemüsen bepflanzt ist, deren Wurzeln nicht sehr weit in die Tiefe reichen.

Ein Schneckenzaun rings um die Seitenwänden hält die unliebsamen Mitesser fern. Gegen Wühlmäuse hilft ein Drahtgitter auf dem Boden des Hochbeetes.



## Checkliste: Hochbeet

### VORTEILE

- ✓ Gärtnern unabhängig von der Bodenbeschaffenheit
- ✓ Beetbau auch auf versiegelten Flächen
- ✓ fruchtbarer Boden, sehr hohe Erträge
- ✓ bequemes Gärtnern ohne Bücken
- ✓ Nachdüngen ist nicht nötig
- ✓ wenig Schnecken, keine Wühlmäuse

### NACHTEILE

- ✗ Aufbau aufwändig, kostet Geld, Zeit, Kraft
- ✗ große Mengen an Füllmaterialien und Erde müssen beschafft werden
- ✗ Füllung sackt mit der Zeit zusammen und muss erneuert werden
- ✗ regelmäßiges, reichliches Bewässern im Frühjahr und Sommer notwendig

# TOMATE

## Die Königin des Sommers



**K**aum ein anderes Gemüse verbinden wir so sehr mit Sonnenschein und Sommer, wie die saftigen Früchte der intensiv duftenden Tomatenpflanze. Zwischen sieben und acht Kilogramm frische Tomaten verspeisen die Deutschen pro Kopf im Jahr. Dazu kommen Saucen, Suppen und andere Tomatenprodukte. Wer Tomaten aus dem eigenen Anbau genießt, der weiß das sonnige, herzhaft Aroma besonders zu schätzen.

### Vorziehen

Im Fachhandel kannst du im Frühjahr junge Tomatenpflanzen kaufen, die ab Mitte Mai ins Freiland dürfen. Es macht aber auch Freude, aus der riesigen Auswahl an Tomatensorten ein paar alte oder seltene Sorten selbst anzuziehen, die man sonst nicht im Handel findet. Die Samen aus diesen Früchten lassen sich nach der Ernte säubern, trocknen und im nächsten Jahr mit anderen Gärtnerinnen tauschen oder selbst wieder aussäen.

- Auf einer sonnigen Fensterbank: ab Anfang März
- Im Freiland: ab Mitte/ Anfang Juni
- Im Gewächshaus: ab Mitte März bis Mitte April
- Im beheizten Gewächshaus: ab Mitte/Ende Februar

Zur Anzucht säe die Tomatensamen im Haus in nährstoffarme Anzuchterde. Tomaten **vertragen keine Kälte** und dürfen erst nach den Eisheiligen ins Freiland.



## Umami

Umami ist ein japanischer Begriff, der etwa so viel bedeutet wie „herzhaft, fleischig“ oder „würzig“. Ursache dieser Grundgeschmacksrichtung neben süß, sauer, salzig und bitter ist das natürliche Vorkommen von Glutaminsäure (Glutamat). Neben Fleisch und Käse enthalten auch einige Gemüse Glutaminsäure. Darunter auch die Tomate, mit einem hohen Gehalt. Nicht nur Vegetarier und Veganer schätzen die Tomate deshalb als geschmacksverstärkender Teampartner in vielen Gerichten.

Es gibt über 2.500 verschiedene Tomatensorten weltweit.

### Standort

Tomaten kommen ursprünglich aus Mittel- und Südamerika und lieben es daher sonnig und warm. Sie brauchen, um völlig auszureifen, mindestens drei Monate Sonnenschein. Gönnen ihnen deshalb ein entsprechendes Plätzchen. Regen von oben ist nichts für die Pflanzen, weil sie dann tomatentypische Krankheiten entwickeln können. Das macht die Pflanze zu einem idealen Balkongewächs. Für das Freiland bieten sich spezielle Tomatenhäuser oder gegebenenfalls resistente Sorten an.

### Platzbedarf

Tomaten sind Starkzehrer und sollten, um **Nahrungskonkurrenz zu vermeiden**, viel Abstand voneinander haben. Buschig wachsende Pflanzen benötigen dabei mehr Platz als kleine oder schlank rankende Sorten. Rechne für eine herkömmliche Strauchtomate mit 80 cm Pflanzabstand. Zwischen den Reihen sollte sogar ein Meter Abstand liegen. Das gilt auch für Pflanzen im Hochbeet oder in Kübeln auf dem Balkon. So ist auch gewährleistet, dass überschüssige Feuchtigkeit zwischen den Pflanzen gut verdunsten und sich Pilzkrankungen schlechter ausbreiten können.

### Düngen

Eine gute Beetvorbereitung ist das A und O im Tomatenanbau. Arbeite pro Quadratmeter Beetfläche drei bis fünf Schaufeln Kompost unter die Erde. Jungpflanzen dürfen mit einer Handvoll Langzeitdünger direkt ins Pflanzloch gebettet werden. Wenn die Pflanzen dann im Freiland stehen, kannst du nach zwei Wochen beginnen, ihnen regelmäßig Dünger zuzuführen. Geeignet sind Pflanzenjauchen oder fertige Flüssigdünger aus dem Handel. Du solltest alle zwei Wochen bis zur Blüte und nach dem Ansetzen von Früchten sogar wöchentlich düngen.



Seitentriebe wachsen schnell, so dass man regelmäßig ausgeizen muss.

### Pflege

Das Ausgeizen der Pflanzen ist eine wichtige Pflegeaufgabe. Wenn die Pflanze zu viele Seitentriebe ausbildet, hat sie nicht mehr genug Energie für Blüten und Früchte übrig. Entferne deshalb alle Seitentriebe, die sich in den Blattachseln der Pflanze bilden. Fünf bis sieben Blütenstände überfordern die Pflanze nicht. Damit die Pflanzen stabil stehen, solltest du ihnen eine Rankhilfe anbieten, an deren Verstrebungen du die Zweige mit einer dünnen Juteschnur festbindest.

### Krankheiten

Die meisten Tomatenerkrankungen entstehen durch falsches Wässern der Pflanze. Die Blätter und Früchte sollten nicht nass werden, weil sich die Kraut- und Braunfäule sonst optimal ausbreiten kann. Falscher und echter Mehltau, die du beide an einem weißlichen Belag auf der Blattunter- und Oberseite erkennst, sind ebenfalls Tomatenkrankheiten. Achte zur Vorbeugung auf ausreichend Pflanzabstand. Ausgewogenes Düngen beugt weiteren Krankheiten vor. Blattlausbefall im Frühsommer kannst du durch Abstreifen der Tiere in Schach halten.



# *Bokashi*: Biomüll wird Dünger

Bioabfall im Handumdrehen in Dünger verwandeln - das geht auch ohne Kompost und Garten. Wie du mit Bokashi-Fermentierung ganz einfach in deiner Küche wertvollen Dünger herstellen kannst.

**K**artoffelschalen, Brokkolistrunk, Kerngehäuse, fein säuberlich in Stücke geschnitten – was aussieht wie ein Rohkostsalat, kommt in den Plastikeimer. Die Abfälle werden nämlich bald als Dünger im Balkonkasten landen. Und zwar mit Bokashi, einer Methode, die Japaner für Stadtmenschen erfunden haben, die keinen Garten und Komposthaufen haben.

Das Wort „Bokashi“ bedeutet „fermentiertes Allerlei“. Klingt nach eingelegten Gurken und ist auch nicht weit weg davon: Die Essensreste werden nämlich mithilfe von effektiven Mikroorganismen (EM) in einem luftdicht verschließbaren Eimer fermentiert. Auf diese Weise werden sie schneller als bei der Kompostierung zu Humus, angeblich ohne lästige Gerüche. Klingt erstmal gut. Aber wie alltagstauglich ist die Düngerherstellung im Bokashieimer? Machen wir den Praxistest.

Deckel auf und rein damit! Ganz so einfach ist es nicht. Bevor die organischen Abfälle in den Bokashieimer dürfen, musst du sie gut zerkleinern. Nicht größer als eine 2-Euro-Münze sollten die Stücke sein, empfiehlt die Expertin für Küchenbokashi, Andrea de Moll von der Gesellschaft zur Förderung regenerativer Mikroorganismen. Außerdem ist es empfehlenswert, die Abfälle separat in einem Behältnis zu sammeln, damit du den Eimer nicht zu oft öffnen muss, denn Sauerstoff ist des Bokashis Feind. Am besten eignet sich eine verschließbare Tupperbox. Diese solltest du immer wieder reinigen, damit kein Schimmel in den Bokashi gelangt und die Fermentierung stört.

### Richtig füllen, damit nichts fault

Da die effektiven Mikroorganismen (EM) nur unter Ausschluss von Sauerstoff gut arbeiten, gilt es beim Befüllen des Bokashieimers einiges zu beachten. Jede Füllung muss schön gleichmäßig im Eimer verteilt und gut zusammengeschoben werden, damit keine Luftlöcher zurückbleiben und überschüssige Flüssigkeit in das Sammelreservoir des Eimers abfließen kann. Bei dieser Arbeit macht man sich nicht selten die Hände und Unterarme schmutzig. Einige Hersteller bieten daher eine Kelle zum Verdichten.

Dass es nicht ausreicht, einfach nur EM-Lösung über den Inhalt zu sprühen und den Eimer luftdicht zu verschließen, zeigt der Praxistest. Sobald Fäulnisbakterien ins Spiel kom-



**Für Bokashi benötigt man einen luftdicht verschließbaren Eimer mit Zapfhahn.**

men, wird es unangenehm. Man erkennt das an dem Geruch nach Erbrochenem - ein Zeichen, dass zu viel Sauerstoff an den Bokashi gekommen ist. Die Ursache ist schnell gefunden: Dem Bokashi fehlt die Abdeckung innerhalb des Eimers. Im Internet finden sich dazu einige Lösungen Marke Eigenbau. Bokashi-Praktiker empfehlen einen mit Sand gefüllten Beutel oder ein Bienenwachstuch, das mit Steinen beschwert wird.

Solange der Bokashi aber keine sichtbaren Anzeichen von Fäulnis zeigt, wie grünen oder schwarzen Schimmel, lässt sich der Inhalt auch bei strengem Geruch im Garten einsetzen, erklärt Andrea de Moll. Beginnende Fäulnisprozesse lassen sich mithilfe einer verstärkten Zu-



### Das darf rein

In den Bokashi-Eimer kann im Grunde alles organische Material, wenn es genügend zerkleinert ist – im Gegensatz zum Kompost auch Fleisch und Milchprodukte. Auch Schalen von gespritzten Zitrusfrüchten und Bananen dürfen hinein, denn die Effektiven Mikroorganismen haben die Fähigkeit, Schadstoffe aufzuspalten. Mit Suppen und Saucen sollte man zurückhaltend sein, damit die Mischung nicht zu nass wird. Notfalls Haferflocken o.ä. oder etwas Küchenkrepp dazugeben.