

meine ernte

mit den 6 größten Tomaten-Fehlern

AUS DER MEINE ERNTE GARTENREIHE

TOMATEN
ERFOLGREICH ANBAUEN

Von der Aussaat bis zur Ernte:
Vorziehen, Ausgeizen, gesunde Pflanzen
und eigenes Saatgut.

AUSSAAT • PFLEGE • ERNTE • SAATGUT

WILLKOMMEN

Freu dich auf deine Tomatenernte!

Kaum ein Gemüse schmeckt so sehr nach Sommer wie eine sonnenwarme Tomate direkt von der Pflanze. Und kaum eines hat so viele Fans: Fast alle, die einen Gemüsegarten anlegen, wollen Tomaten anbauen.

In diesem eBook begleiten wir dich durch das ganze Tomatenjahr: von der Aussaat auf der Fensterbank über das Auspflanzen, Gießen und Ausgeizen bis zur Ernte, zu deinem eigenen Saatgut und zwei Lieblingsrezepten.

Alle Tipps stammen aus der Praxis unserer Gemüsegärten. Sie funktionieren im Beet, im Gewächshaus, im Hochbeet und im Kübel auf dem Balkon.

Viel Freude und eine reiche Ernte!

INHALT

Das Wichtigste im Überblick
01 Tomatensorten
02 Die Tomatenpflanze
03 Vorziehen und Pikieren
04 Auspflanzen
05 Rankhilfen und Nachbarn
06 Gießen, Hacken, Mulchen
07 Blüte und Frucht
08 Ausgeizen
09 Düngen
10 Mangel und Schäden
11 Kraut- und Braunfäule
12 Ernten und Lagern
13 Eigene Samen gewinnen
14 Rezepte
15 Die 6 größten Tomatenfehler



Tomaten aus dem eigenen Garten schmecken einfach am besten

AUF EINEN BLICK

Tomaten anbauen: das Wichtigste

Thema	So geht es
Vorziehen	Ende März bis Anfang April auf der Fensterbank
Saattiefe	0,5 bis 1 cm
Keimung	6 bis 14 Tage bei 20 bis 25 °C
Auspflanzen	Ab Mitte Mai nach den Eisheiligen, im Gewächshaus ab Anfang Mai
Pflanzabstand	60 bis 80 cm in der Reihe, ca. 1 m zwischen den Reihen
Standort	Sonnig, warm, luftig und möglichst vor Regen geschützt
Gute Nachbarn	Basilikum, Tagetes, Knoblauch, Kohl, Kohlrabi, Salat
Schlechte Nachbarn	Kartoffeln, Fenchel, Erbsen, Gurken
Ernte	Ende Juli bis Oktober

Das brauchst du

- Tomatensaatgut
- Anzuchterde und Anzuchttöpfe
- Ein Mini-Gewächshaus oder eine Abdeckhaube
- Spiralstäbe oder Tomatenstäbe
- Organischen Tomatendünger
- Tomatenhaube oder Vlies für kalte Nächte
- Mulch, zum Beispiel Rasenschnitt



01

FINDE DEINE LIEBLINGE

Tomatensorten

Es gibt tausende Tomatensorten: rot, gelb, gestreift, fast schwarz, kirschklein oder handtellergroß. Probier jedes Jahr etwas Neues aus und finde so deine eigenen Lieblingssorten.

Stabtomaten 1

Wachsen an einem Haupttrieb in die Höhe, oft 2 m und mehr. Brauchen eine Stütze und werden ausgegeizt.

Cocktail- und Kirschtomaten 2

Kleine, sehr aromatische Früchte an langen Rispen. Ertragreich und ideal zum Naschen.

Fleischtomaten 3

Große, schwere Früchte mit viel Fruchtfleisch. Lieben Wärme und brauchen eine stabile Stütze.

Buschtomaten 4

Bleiben kompakt und verzweigen sich stark. Gut für Kübel und Balkon, sie werden nicht ausgegeizt.

Wildtomaten 5

Winzige Früchte, robust und wüchsig. Sie werden nicht ausgegeizt und sind wenig anfällig für Kraut- und Braunfäule. Ideal für Einsteiger:innen.

Samenfest oder F1? 6

Aus samenfesten Sorten kannst du eigenes Saatgut gewinnen (Kapitel 13). F1-Hybriden sind oft robust, ihre Samen bringen aber keine gleichen Pflanzen.



Ochsenherz



Gelbe Johannisbeere

Welche Sorte passt wohin?

Standort	Bewährte Sorten
Balkon und Kübel	Balkonstar, Primabella, Principe Borghese, Tumbling Tom (für die Blumenampel)
Gewächshaus oder überdacht	Ochsenherz, Berner Rose, Tschernij Prinz und andere große Fleischtomaten
Freiland	Matina, Zuckertraube, Black Cherry, Yellow Pear, Hellfrucht und die Wildtomaten Rote Ribisel und Gelbe Johannisbeere
Wenn Braunfäule bei dir oft ein Thema ist	Wildtomaten, außerdem Sorten mit guter Toleranz wie Primabella oder die F1-Sorten Philovita und Crimson Crush

PRAXISTIPP **Mehrere Sorten pflanzen**

Setz nicht alles auf eine Karte. Wenn du eine frühe Sorte, eine Kirschtomate und eine robuste Wildtomate kombinierst, erntest du länger und hast auch in einem schwierigen Sommer sicher Tomaten.



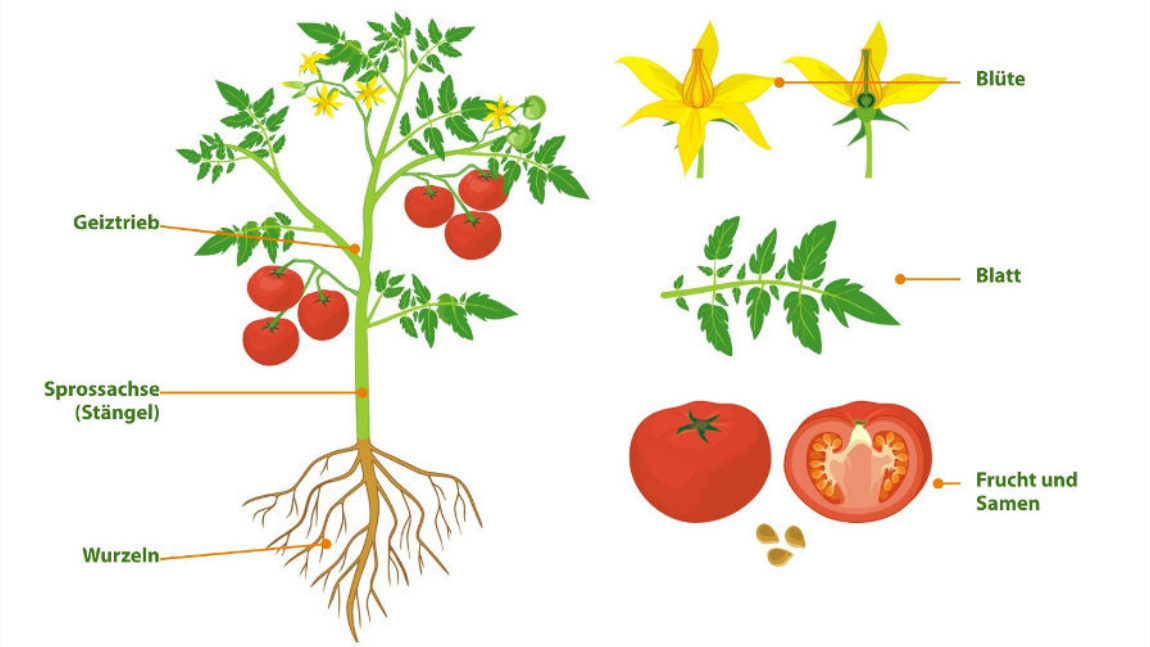
Tomaten lieben einen warmen, geschützten Platz

02

GUT ZU KENNEN

Die Tomatenpflanze

Wer die Teile seiner Tomatenpflanze kennt, versteht viele Pflegetipps sofort: warum du tief pflanzt, wo der Geiztrieb sitzt und wie aus der Blüte eine Frucht wird.



Sprossachse

Der Stängel trägt Blätter, Blüten und Früchte. Er kann unter der Erde neue Wurzeln bilden.

Geiztrieb

Seitentrieb in der Achse zwischen Stängel und Blatt. Bei Stabtomaten wird er ausgebrochen (Kapitel 8).

Blüte

Tomaten bestäuben sich selbst. Wind, Insekten oder ein leichtes Rütteln helfen dabei.

Wurzeln

Ein großes Wurzelwerk holt Wasser auch aus tieferen Bodenschichten.

GUT ZU WISSEN **Tief pflanzen lohnt sich**

Setz die Jungpflanze bis kurz unter die ersten echten Blätter in die Erde. Am Stängel bilden sich zusätzliche Wurzeln, die Pflanze steht stabiler.

03

AUF DER FENSTERBANK

Vorziehen und Pikieren

Tomaten brauchen eine lange, warme Saison. Bei uns ziehst du sie deshalb auf der Fensterbank vor und pflanzt sie Mitte Mai als kräftige Jungpflanzen ins Beet.

Nicht zu früh starten

Nach dem Winter juckt es in den Fingern. Trotzdem: Starte erst **Ende März oder Anfang April**. Säst du früher, ist es auf der Fensterbank oft noch zu dunkel. Die Pflanzen **vergeilen**: Sie werden lang, dünn und schwach. Sechs bis acht Wochen Anzucht reichen völlig.

1. Fülle Anzuchttöpfe mit Anzuchterde und drück sie leicht an.
2. Leg pro Topf zwei Samen **0,5 bis 1 cm tief** in die Erde und bedecke sie.
3. Feuchte die Erde mit einer Sprühflasche an und stell die Töpfe warm, bei **20 bis 25 °C**, zum Beispiel unter eine Abdeckhaube.
4. Nach **6 bis 14 Tagen** keimen die Samen. Zieh dann den schwächeren Keimling heraus, damit der stärkere Platz hat.



Samen in Anzuchttöpfe legen



Die ersten Keimlinge

Hell und etwas kühler



Eine Anzuchtlampe sorgt für gleichmäßiges Licht

Sobald die Keimlinge da sind, brauchen sie **viel Licht und etwas weniger Wärme**, ideal sind 16 bis 20 °C. Ein helles Südfenster ist perfekt. In dunklen Ecken oder bei trübem Wetter hilft eine Anzuchtlampe.

Halte die Erde leicht feucht, aber nie nass. Fühlt sie sich an wie ein ausgedrückter Schwamm, passt es. Staunässe lässt die Wurzeln faulen.

Dreh die Töpfe alle paar Tage, damit die Pflanzen gerade wachsen.

SOS Meine Pflanzen sind vergeilt

Keine Sorge, Tomaten verzeihen das. Pflanze sie beim Umtopfen und später im Beet einfach tiefer ein. Der eingegrabene Stängel bildet neue Wurzeln. Wichtig: Die Triebspitze muss über der Erde bleiben.

Pikieren

Hast du in eine Anzuchtschale gesät, musst du die Pflänzchen vereinzeln. Sobald sich nach den Keimblättern das **erste echte Blattpaar** zeigt, hebst du jede Pflanze vorsichtig mit einem Pikierstab heraus und setzt sie in einen eigenen Topf mit frischer Erde. Fass die Pflanzen dabei an den Keimblättern an, nicht am empfindlichen Stängel. Setz sie ruhig etwas tiefer als vorher. Schwache Keimlinge sortierst du gleich aus.



Vorsichtig herausheben



Ab in den eigenen Topf

PRAXISTIPP **Abhärten nicht vergessen**

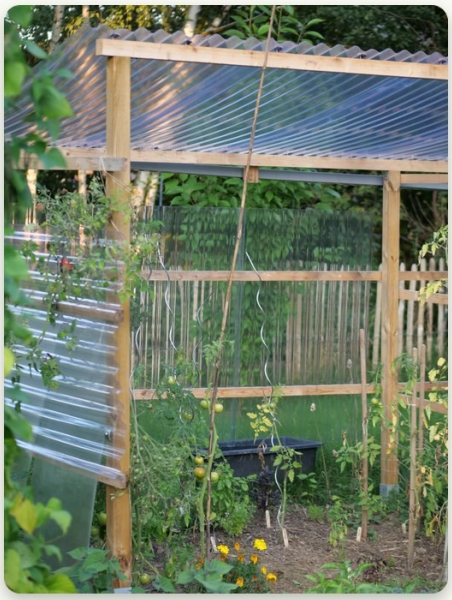
Ein bis zwei Wochen vor dem Auspflanzen stellst du deine Tomaten tagsüber nach draußen, erst in den Schatten, dann in die Sonne. Nachts kommen sie wieder rein. So gewöhnen sie sich an Sonne und Wind und bekommen keinen Sonnenbrand.

04

AB INS BEET

Auspflanzen

Tomaten sind frostempfindlich. Ins Freiland dürfen sie erst, wenn keine Nachtfröste mehr drohen, also **ab Mitte Mai** nach den Eisheiligen. Im Gewächshaus geht es schon ab Anfang Mai.



Der richtige Standort

Tomaten lieben es **sonnig und warm** und mögen keine Nässe von oben. Ideal ist ein Gewächshaus, ein Tomatenhaus oder ein Platz unter einem Dachvorsprung an einer warmen Hauswand.

Im offenen Beet wählst du einen sonnigen Platz, der gut durchlüftet, aber nicht schutzlos dem Wind ausgesetzt ist. Wo im Vorjahr Tomaten oder Kartoffeln standen, pflanzt du besser nicht wieder.

Genug Platz lassen

Tomaten brauchen Licht und Luft. Stehen sie zu eng, trocknen die Blätter nach Regen langsamer und Pilzkrankheiten wie die Kraut- und Braunfäule breiten sich schnell aus. Plane **60 bis 80 cm zwischen den Pflanzen** und **etwa 1 m zwischen den Reihen** ein. Große, blattreiche Sorten brauchen eher mehr Platz.



So passt der Abstand



Diese Pflanzen stehen zu dicht

Ein guter Start ins Beet

1. Heb ein großzügiges Pflanzloch aus und gib eine Schaufel Kompost hinein. Wenn du magst, ergänzt du eine Handvoll Urgesteinsmehl oder gehackte Brennnesseln.
2. Steck die Rankhilfe gleich mit ins Pflanzloch. So verletzt du später keine Wurzeln.
3. Setz die Tomate **tief** ein, bis kurz unter die ersten echten Blätter.
4. Füll die Erde auf, drück sie an und gieß kräftig an, je nach Pflanzengröße mit **5 bis 10 Litern**.



Pflanzloch ausheben



Urgesteinsmehl dazu



Tief einsetzen

Schutz für kalte Nächte

Droht nach dem Pflanzen doch noch eine kalte Nacht, deckst du deine Tomaten mit **Vlies** ab. Eine **Tomatenhaube** schützt zusätzlich vor Dauerregen und damit vor Braunfäule.

Wichtig: An warmen, sonnigen Tagen staut sich unter der Haube schnell Hitze. Öffne sie dann oder nimm sie tagsüber ab.



05

HALT UND GUTE GESELLSCHAFT

Rankhilfen und Nachbarn

Die meisten Tomaten brauchen eine Stütze, damit sie unter dem Gewicht der Früchte nicht umknicken. Nur Wildtomaten und Buschtomaten kommen ohne aus.



1 Spiralstab

Die einfachste Methode. Du windest den Haupttrieb beim Wachsen immer wieder in die Spirale, anbinden musst du nicht.

2 Gerader Stab

Binde den Trieb etwa alle 30 cm locker mit weichem Band an. Lass Platz, damit der Stängel dicker werden kann.

3 Schnur

Im Gewächshaus spannst du eine Schnur von der Decke und windest den Trieb um sie herum.

PRAXISTIPP **Tief genug stecken**

Steck Stäbe mindestens 30 cm tief in den Boden. Eine Tomate voller Früchte ist schwer, und ein Sommergewitter bringt eine zu flach gesteckte Stütze schnell zum Kippen.

Gute Beet-Nachbarn

In Mischkultur wachsen Tomaten besonders gut. **Basilikum** und **Tagetes** locken Bestäuber an, **Knoblauch** gilt als Helfer gegen Pilzkrankheiten, und **Salat**, **Kohl** oder **Kohlrabi** nutzen den Platz zwischen den Tomaten, solange diese noch klein sind.



Basilikum



Tagetes



Knoblauch



Salat



Kohl

SOS Nicht neben Kartoffeln

Kartoffeln und Tomaten bekommen dieselbe Pilzkrankheit, die Kraut- und Braunfäule. Stehen sie nebeneinander, springt sie schnell über. Auch Fenchel, Erbsen und Gurken sind keine guten Nachbarn.

06

WASSER, ABER RICHTIG

Gießen, Hacken, Mulchen

Tomaten brauchen gleichmäßig Wasser, aber nie auf die Blätter. Wer an der Wurzel gießt, beugt gleich zwei Problemen vor: der Braunfäule und der Blütenendfäule.

So gießt du richtig

- **Immer an der Wurzel** gießen, nie über die Blätter.
- **Morgens** gießen, dann trocknen Spritzer schnell ab.
- **Jungpflanzen** hältst du feucht, bis sie angewachsen sind.
- **Im Beet** gießt du danach lieber seltener, aber kräftig: bei Trockenheit ein- bis zweimal pro Woche etwa 10 Liter pro Pflanze. So wachsen die Wurzeln in die Tiefe.
- **Gleichmäßig**, sobald Früchte hängen. Auf lange Trockenheit und dann viel Wasser reagieren Tomaten mit geplatzten Früchten.
- **Im Gewächshaus** ist eine Tropfbewässerung ideal.



Direkt an der Wurzel gießen

GUT ZU WISSEN **Tomaten im Kübel**

Im Topf ist der Wasservorrat klein. Im Hochsommer gießt du täglich, bei Hitze und in kleinen Töpfen auch zweimal. Nimm Töpfe mit mindestens 20 Litern und Abzugsloch und leg Tonscherben darüber, damit das Loch nicht verstopft. Steht Wasser im Untersetzer, gieß es ab: Staunässe lässt die Wurzeln faulen.

Hacken und Mulchen spart Wasser

Regelmäßiges **Hacken** lockert die oberste Bodenschicht. Gieß- und Regenwasser dringt besser ein und verdunstet langsamer. Gleichzeitig entfernst du Beikräuter, die deinen Tomaten Wasser und Nährstoffe wegnehmen.

Eine **Mulchschicht** aus angetrocknetem Rasenschnitt oder Stroh hält den Boden feucht und schützt vor Spritzwasser. Ein **Gießring** aus Erde rund um die Pflanze sorgt dafür, dass das Wasser genau dort bleibt, wo es gebraucht wird.



Gemulchtes Tomatenbeet

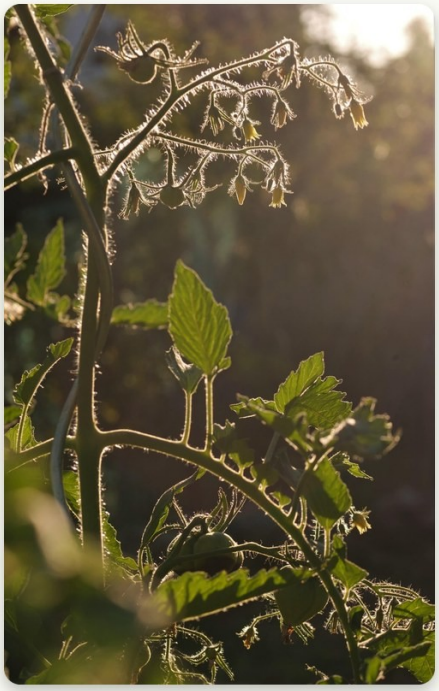


Ein Gießring hält das Wasser an der Pflanze

07

AUS BLÜTE WIRD TOMATE

Blüte und Frucht



Tomaten sind **Selbstbestäuber**: In jeder Blüte stecken männliche und weibliche Teile. Damit der Pollen herausrieselt, muss die Blüte aber in Schwingung kommen. Draußen erledigen das Wind und Hummeln.

Tipp: Mit der Zahnbürste bestäuben

Im Gewächshaus, auf dem Balkon oder in einem nassen Sommer fehlt oft die Bewegung. Dann hältst du eine **elektrische Zahnbürste** ohne Aufsatz für ein bis zwei Sekunden an den Blütenstiel. Die Vibration löst den Pollen. Einfacher geht es mit leichtem Rütteln an der Pflanze. So setzen deutlich mehr Blüten Früchte an.



Die Blüte welkt



Die Frucht wächst



Bald ist es so weit

08

KRAFT FÜR DIE FRÜCHTE

AUSGEIZEN

Tomaten bilden neben dem Haupttrieb ständig neue Seitentriebe, die Geiztriebe. Bei Stab- und Fleischtomaten brichst du sie regelmäßig aus. Busch-, Wild- und die meisten Balkontomaten lässt du dagegen wachsen.

Drei gute Gründe

Reife Früchte 1

Die Pflanze steckt ihre Kraft in weniger Früchte, die dann auch wirklich reif werden.

Kein Abbrechen 2

Weniger Triebe heißt weniger Gewicht an einer Pflanze, die Stängel brechen nicht so leicht.

Luft und Licht 3

Die Pflanze bleibt luftig und trocknet nach Regen schnell ab. Das beugt Pilzkrankheiten vor.

So erkennst du Geiztriebe

Geh mit dem Blick am Stängel entlang. Dort, wo ein Blatt abzweigt, wächst in der Achse zwischen Stängel und Blatt manchmal ein neuer kleiner Trieb. Er ist anfangs weich und behaart: Das ist der Geiztrieb. Teilt sich der Haupttrieb oben in ein Y, entscheide dich für einen der beiden Triebe.



Geiztrieb
wächst in der Achse zwischen Stängel und Blatt. Früh ausbrechen.

So geizt du aus

Am besten geht es, wenn die Triebe noch klein sind. Fass sie mit Daumen und Zeigefinger und brich sie seitlich heraus. Ideal ist ein trockener Vormittag, dann verheilt die Wunde schnell.



Hast du einen Trieb übersehen und er ist schon groß, schneidest du ihn mit einem **sauberen Messer** ab. Reiß ihn nicht heraus, sonst reißt die Haut am Stängel mit und es entsteht eine große Wunde.

Geiz einmal pro Woche aus, dann bleibt alles klein und übersichtlich.

Blätter entfernen

Entferne nach und nach die **unteren Blätter bis zur ersten Fruchttraube**. Sie berühren sonst den Boden und bekommen Spritzwasser ab. Nimm aber nie zu viele Blätter auf einmal weg: Die Blätter versorgen die Früchte und schützen sie vor Sonnenbrand.

PRAXISTIPP **Spitze kappen im Spätsommer**

Ab Anfang August reifen neue Blüten bis zum Herbst nicht mehr aus. Knipse dann die Triebspitze über der obersten Traube ab. So steckt die Pflanze ihre Kraft in die Früchte, die schon hängen.



GUT ZU WISSEN **Neue Pflanzen aus Geiztrieben**

Größere Geiztriebe bilden in einem Glas Wasser innerhalb von ein bis zwei Wochen Wurzeln. Bis Ende Juni gepflanzt, tragen sie noch im selben Jahr. Das ist ideal, wenn eine Pflanze ausfällt.

09

WIR HABEN HUNGER!

DÜNGEN



Tomaten sind **Starkzehrer**. Sie brauchen viele Nährstoffe, um Blätter, Blüten und Früchte zu bilden.

Bereite das Beet schon vor dem Pflanzen vor: Arbeite **3 bis 5 Liter Kompost pro Quadratmeter** oder einen organischen Langzeitdünger ein.

Ab der Blüte düngst du **alle zwei Wochen** nach, zum Beispiel mit organischem Tomatendünger oder mit Brennnesseljauche, 1 zu 10 mit Wasser verdünnt. Gib lieber regelmäßig kleine Mengen als einmal viel.

Auch wenn dein Boden gut ist: Nach jeder Saison braucht er neue Nährstoffe.

Nährstoff	Wofür die Tomate ihn braucht
Stickstoff	Für Wachstum und Blätter, vor allem am Anfang der Saison
Phosphor	Für kräftige Wurzeln und viele Blüten
Kalium	Für die Früchte, ihr Aroma und gesundes Gewebe
Magnesium, Calcium, Schwefel	In kleineren Mengen für gesunde Blätter und feste Früchte

10

WAS HAT MEINE TOMATE?

Mangel und Schäden

Deinem Boden siehst du nicht an, was ihm fehlt. Deiner Pflanze schon. Viele Probleme erkennst du an Blättern und Früchten und kannst gut gegensteuern.

Das siehst du	Die Ursache	Das hilft
Untere Blätter werden gelb	Oft Stickstoffmangel, zum Beispiel wenn die Pflanze zu lange im kleinen Topf stand. Ganz unten ist es auch normale Alterung.	Regelmäßig in kleinen Mengen düngen, etwa mit Brennnesseljauche
Sehr dunkle, fast schwarzgrüne Blätter	Zu viel Stickstoff	Düngepause einlegen, künftig organisch und sparsam düngen
Eingerollte Blätter	Meist Hitze, Trockenheit oder zu starkes Ausgeizen, seltener Überdüngung. Oft harmlos.	Gleichmäßig gießen, mulchen, nicht zu viele Blätter auf einmal entfernen
Braune, eingesunkene Stellen unten an der Frucht	Blütenendfäule (siehe unten)	Gleichmäßig gießen und mulchen
Früchte platzen auf	Erst Trockenheit, dann viel Wasser auf einmal	Gleichmäßig gießen, reife Früchte vor starkem Regen ernten
Grüner oder gelber Ring am Stielansatz	Grünkragen: viel Hitze und direkte Sonne, oft auch Kaliummangel	Nicht zu stark entblättern, kaliumbetont düngen
Weißlich-gelbe, papierartige Stellen	Sonnenbrand nach zu starkem Entblättern	Blätter über den Früchten stehen lassen



Blätter zeigen dir, was der Pflanze fehlt

Blütenendfäule

Bei den ersten Früchten zeigen sich unten, an der Blütenseite, braune, ledrige Stellen. Dahinter steckt ein **Calciummangel in der Frucht**. Meist ist genug Calcium im Boden, es kommt nur nicht an: Calcium wandert mit dem Wasser. Gießt du unregelmäßig, bleibt es auf der Strecke. Große Fleischtomaten trifft es am häufigsten, oft bei den ersten Früchten, wenn die Pflanze schnell wächst.





Was ist zu tun?

- Befallene Früchte abnehmen, sie reifen nicht mehr richtig.
- **Gleichmäßig gießen** und mulchen, damit der Boden nie ganz austrocknet.
- Nicht zu viel Stickstoff düngen.
- Meist sind die späteren Früchte wieder gesund.

GUT ZU WISSEN **Nicht verwechseln**

Die Blütenendfäule ist keine Krankheit und steckt keine anderen Pflanzen an. Sie hat nichts mit der Kraut- und Braunfäule zu tun, die du im nächsten Kapitel kennenlernst.



Grünkragen



Sonnenbrand

11

DER HÄUFIGSTE TOMATENFEIND

Kraut- und Braunfäule

Die Kraut- und Braunfäule ist die gefürchtetste Tomatenkrankheit. Ausgelöst wird sie von einem pilzähnlichen Erreger namens Phytophthora infestans, der auch Kartoffeln befällt. Er braucht vor allem eins: nasse Blätter.

So erkennst du sie

Zuerst erscheinen graugrüne bis braune, unscharf begrenzte Flecken an Blättern und Stängeln. Die Blätter sterben ab, später werden auch die Früchte braun, hart und faulig.



Besonders gefährdet sind Tomaten in kühlen, regnerischen Sommerwochen, wenn die Blätter lange nass bleiben. Im Gewächshaus oder unter einem Dach tritt sie viel seltener auf.

Vorbeugen

· Unter einem Dach oder einer Tomatenhaube anbauen
· Robuste Sorten wählen (Kapitel 1)
· Genug Abstand lassen und regelmäßig ausgeizen
· Untere Blätter bis zur ersten Traube entfernen
· Immer an der Wurzel gießen und mulchen
· Nicht neben Kartoffeln pflanzen

Bei Befall

· Befallene Blätter sofort entfernen
· Stark befallene Pflanzen ganz herausnehmen
· Alles im Hausmüll entsorgen, nicht auf den Kompost
· Schere und Messer zwischendurch reinigen
· Gesunde grüne Früchte ernten und drinnen nachreifen lassen
· Nach der Saison Stäbe reinigen, alte Schnüre wegwerfen und im nächsten Jahr an einem anderen Platz pflanzen

12

ENDLICH!

Ernten und Lagern



Von **Ende Juli bis in den Oktober** kannst du ernten. Reif ist eine Tomate, wenn sie rundum ihre typische Farbe hat und auf leichten Druck etwas nachgibt. Das kann rot sein, aber auch gelb, orange, grün gestreift oder fast schwarz.

Dreh die Früchte vorsichtig ab oder schneide sie mit einem sauberen Messer ab. Bei Kirsch- und Wildtomaten kannst du oft ganze Rispen auf einmal ernten.

Ernte reife Tomaten lieber regelmäßig. Das regt die Pflanze an, weitere Früchte auszubilden.

Richtig lagern

- **Nicht in den Kühlschrank:** Dort verlieren Tomaten schnell ihr Aroma. Am besten lagern sie bei 12 bis 16 °C.
- **Luftig und ohne Druck:** in einem Korb oder einer flachen Schale, nebeneinander statt übereinander.
- **Mit dem Stielansatz nach unten:** So halten sie sich länger.
- **Nicht neben empfindlichem Obst und Gemüse:** Tomaten geben Ethylen ab, ein Gas, das andere Früchte schneller reifen und welken lässt.



Eine bunte Ernte

PRAXISTIPP **Grüne Tomaten im Herbst**

Kommt der erste Frost, erntest du alle Früchte, die schon etwas Farbe zeigen oder voll ausgewachsen sind. Bei Zimmertemperatur reifen sie in ein bis drei Wochen nach. Ein Apfel daneben beschleunigt das. Ganz grüne Tomaten bitte nicht roh essen: Sie enthalten noch Solanin.

13

FÜR DAS NÄCHSTE JAHR

Eigene Samen gewinnen

Tomatensamen kannst du ganz leicht selbst gewinnen. Das klappt aber nur bei **samenfesten Sorten**. Samen von F1-Hybriden bringen Pflanzen hervor, die anders aussehen und schmecken als die Mutterpflanze.

1. Nimm eine **vollreife**, gesunde Tomate deiner schönsten Pflanze.
2. Halbiere sie und kratz die Samen mitsamt dem Gelee in ein Glas. Gib etwas Wasser dazu.
3. Lass das Glas **2 bis 3 Tage** bei Zimmertemperatur stehen. Die Masse gärt leicht, dabei löst sich die keimhemmende Gelschicht und Krankheitserreger werden abgebaut.
4. Gieß alles in ein feines Teesieb und spül die Samen gründlich ab, bis sie sauber sind.
5. Verteile die Samen auf einem Teller oder Backpapier und lass sie an einem warmen, luftigen Ort **vollständig trocknen**. Küchenpapier eignet sich weniger, die Samen kleben daran fest.
6. Füll sie in ein Papiertütchen und beschrifte es mit **Sorte und Erntejahr**.



Samen im Teesieb abspülen

Richtig aufbewahren

Kühl, dunkel und trocken gelagert, zum Beispiel in einer Blechdose, bleiben Tomatensamen **4 bis 6 Jahre** keimfähig, oft sogar länger.

Weil Tomaten sich selbst bestäuben, verkreuzen sich verschiedene Sorten im Garten nur selten. Für ganz sortenreines Saatgut lässt du zwischen den Sorten ein paar Meter Abstand.

14 AUS DEINER ERNTE
Rezepte



Tomatensoße zum Einkochen

Du brauchst

- 1 kg reife Tomaten
- 1 große Zwiebel
- 2 bis 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- Thymian und Rosmarin nach Geschmack
- Saubere Schraub- oder Weckgläser

So geht es

1. Tomaten, Zwiebel und Knoblauch klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch im Öl glasig dünsten, Tomaten dazugeben.
2. Mit Kräuterzweigen etwa **30 Minuten** offen köcheln lassen. Wasser brauchst du nicht. Kräuter herausnehmen, nach Wunsch pürieren, Zitronensaft unterrühren und abschmecken.
3. Gläser und Deckel vorher **auskochen**. Die Soße kochend heiß bis 1 cm unter den Rand einfüllen und sofort verschließen.
4. Im Einkochtopf oder im Backofen in einer Fettpfanne mit Wasser etwa **30 Minuten bei 90 °C** einkochen. Langsam abkühlen lassen.

GUT ZU WISSEN **Haltbarkeit**

Gut eingekocht hält die Soße kühl und dunkel gelagert etwa ein Jahr. Wölbt sich ein Deckel oder riecht die Soße beim Öffnen säuerlich, wirf sie bitte weg.



Gefüllte Mozzarella-Tomaten

Du brauchst

Für 4 Personen

- 4 Fleischtomaten
- 1 kleine Zucchini
- ½ gelbe und ½ grüne Paprika
- 1 Chili
- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 Knoblauchzehen
- Einige Oliven
- Frischer Oregano
- 1 Handvoll Vollkornsemmelbrösel
- 50 bis 80 g geriebener Parmesan
- 1 Kugel Büffelmozzarella
- Olivenöl, Salz

So geht es

1. Von den Tomaten einen Deckel abschneiden und sie mit einem Löffel aushöhlen. Das Innere aufheben.
2. Gemüse, Knoblauch und Oliven fein würfeln und mit etwas Oregano 3 bis 4 Minuten in Olivenöl braten. Salzen, dann Semmelbrösel und Parmesan unterheben.
3. Die Füllung in die Tomaten geben und diese in eine Auflaufform setzen. Das Tomateninnere klein schneiden und dazugeben, etwas Öl darüberträufeln.
4. Zugedeckt 10 bis 15 Minuten bei 200 °C im Ofen schmoren. Mit Mozzarella belegen und ohne Deckel überbacken, bis der Käse leicht bräunt.
5. 10 Minuten abkühlen lassen und mit frischem Oregano bestreuen.

15

DAMIT ES KLAPPT

Die 6 größten Tomatenfehler

Mit diesem eBook bist du bestens vorbereitet. Damit dir die typischen Fehler nicht passieren, haben wir sie hier noch einmal zusammengefasst.

Zu früh vorgezogen 1

Starte erst Ende März oder Anfang April und stell die Jungpflanzen so hell wie möglich. Halte die Erde feucht, aber ohne Staunässe.

Zu eng gepflanzt 2

Lass 60 bis 80 cm zwischen den Pflanzen und etwa 1 m zwischen den Reihen. So bekommen sie genug Licht und Luft, und Pilze haben es schwer.

Falsch gegossen 3

Gieß immer an der Wurzel, nie über die Blätter. Im Beet lieber seltener und kräftig, im Topf im Sommer täglich. Und vor allem gleichmäßig.

Nicht oder zu stark ausgegeizt 4

Brich bei Stabtomaten die Geiztriebe wöchentlich aus und entferne die unteren Blätter. Nimm aber nie zu viele Blätter auf einmal weg.

Falsch gedüngt 5

Tomaten brauchen viele Nährstoffe, aber regelmäßig und in kleinen Mengen. Beobachte deine Pflanzen: Sie zeigen dir Mangel und Überschuss.

Keine Stütze 6

Gib Stab- und Fleischtomaten von Anfang an eine stabile Rankhilfe. Sonst knicken sie unter der Last der Früchte ein.



PASSEND DAZU

Mehr für deinen Gemüsegarten

FÜR DEIN NÄCHSTES FRÜHJAHR

Der Vorzieh-Guide

Kräftige Jungpflanzen von der Fensterbank, nicht nur für Tomaten: Monatsfahrplan bis in den Sommer, Keimtabelle, Sortenempfehlungen und Pflanzstecker.

Zum Vorzieh-Guide ›

scannen & ansehen

UND WOHIN MIT DEINEN JUNGPFLANZEN?

Unser Beetplan „Das Nachwachsende Beet“

Fünf maßstabsgetreue Pläne für ein Beet von 1,2 × 6 m mit 17 Gemüsearten, Blumen und Gründüngung, von der Vorbereitung im Frühjahr bis zur Ernte im Winter.

Zum Beetplan ›

scannen & ansehen

DU GÄRTNERST IM HOCHBEET?

Unser Beetplan „Hochbeet“

Maßstabsgetreue Pläne für ein Hochbeet von 1 × 2 m mit 20 Gemüsearten, Blumen, Gründüngung und Fruchtfolge. Dazu über 30 Seiten Hochbeetwissen.

Zum Hochbeet-Plan ›

scannen & ansehen

KEIN EIGENER GARTEN?

Gärtnern im meine ernte Mietgarten

Du hast Lust auf eigene Tomaten, aber keinen Garten? In unseren Mietgärten an knapp 30 Standorten in Deutschland bekommst du einen fertig bepflanzten Gemüsegarten mit vielen Gartentipps, und du teilst die Freude am Gärtnern mit einer netten Gemeinschaft.



Gemeinsam hacken wir das!

Wir wünschen dir eine tomatige Vorfreude, aromatische Früchte und viel Erfolg beim Anbau und bei der Pflege deiner Tomaten.

Hast du Fragen oder Anregungen zu diesem eBook? Schreib uns an **info@meine-ernte.de** mit dem Betreff „Tomaten eBook“. Und zeig uns gern deine Ernte: **@meineernte.de** auf Instagram.



Ina und Steffi vom meine ernte Team haben dieses eBook für dich geschrieben

Alle Tipps in diesem eBook haben wir mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Trotzdem ist jeder Garten, jeder Boden und jedes Jahr anders. Eine Gewähr für den Erfolg im Einzelfall und eine Haftung für Schäden können wir nicht übernehmen.
© meine ernte GmbH, überarbeitete Auflage 2026 · Fotos: meine ernte · Alle Inhalte sind urheberrechtlich geschützt.
Weitergabe, Vervielfältigung und Veröffentlichung nur mit unserer Zustimmung. Danke, dass du fair bleibst: Dieses eBook ist für dich persönlich gedacht.

Impressum
meine ernte GmbH · Rheinwerkallee 6 · 53227 Bonn
Tel. 0228 2861 7119 · E-Mail: info@meine-ernte.de · www.meine-ernte.de
Geschäftsführerinnen: Natalie Kirchbaumer und Wanda Ganders
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer DE815893997 · Registergericht: AG Bonn, HRB 25822