



Manche Kräuter und Sprossen wie Kresse fühlen sich auf einer kühlen, hellen Fensterbank besonders wohl. Foto: Christin Klose / dpa

## Frische von der Fensterbank

Kräuter in der Winterzeit ernten? Mit diesen Tricks sorgen sie auch in der Küche und im Wohnzimmer für Aroma.

Petersilie, Schnittlauch und Co. bereichern selbstgemachte Gerichte mit ihrem frischen Aroma. Aber wenn der Frost kommt, kann man nur noch wenige Kräuter aus dem Garten ernten. Dann verlagert sich die Kräuterezucht auf Balkon und Fensterbank.

Die Pflanzen dazu kauft man in der Gärtnerei. Die im Supermarkt angebotenen Pflanzen sind meist für den Direktverzehr gedacht. Damit Kräuter in der Winterzeit gut wachsen und ihr volles Aroma entfalten können, muss man ihnen jedoch das richtige Klima bieten. Der Standort spielt eine entscheidende Rolle. „Wählen Sie ein Zimmer, wo es nicht zu warm ist“, rät Fabian Dittrich, Kräutergärtner aus Hilingen. Wärme und Licht müssen für das Wachstum im richtigen Verhältnis stehen. Auf der Fensterbank im Wohnzimmer ist es zwar schön hell, aber für ein normales Wachstum dann doch zu warm. Bei solchen Bedingungen wachsen die Kräuter in Richtung Licht und bekommen lange Triebe mit weichen Blättern. Darunter leidet der Geschmack. „Im kühleren Zimmer passen Lichtstärke und Zimmertemperatur so zusammen, dass die Pflanzen langsam wachsen, ohne zu vergeilen“, so Dittrich.

Es ist praktisch, wenn die Kräuter direkt auf der Fensterbank in der Küche stehen. Gibt es dort stattdessen bodentiefe Fenster, ist eine Aufhängung im

Fenster eine gute Alternative. Aber nicht alle Pflanzen sind in der temperierten Küche gut aufgehoben. Die mediterranen Kräuter wie Rosmarin, Salbei und Thymian bevorzugen kühle Plätze und brauchen viel Licht. Sie stehen besser im wenig geheizten, hellen Schlafzimmer. Wer einen Balkon hat, kann die Pflanzen dort aufstellen. Für eine kühle Fensterbank empfiehlt der Kräutergärtner die Anzucht von Kresse, Rucola, Dill und Kerbel. Basilikum braucht dagegen viel Licht und Wärme. Oft überlebt die Pflanze den Winter in der Wohnung nicht.

Das Grüne Medienhaus rät, die Kräuter regelmäßig, aber sparsam zu gießen. Oder man taucht die Töpfe ein- bis zweimal in der Woche in handwarmes Wasser. Wichtig: Das überschüssige Wasser muss ablaufen, die Wurzeln dürfen nicht nass stehen – sie faulen sonst leicht. Gedüngt werden müssen Kräuter im Winter nicht. Die frische Würze von Schnittlauch passt zu vielen Speisen. Dittrich empfiehlt, Schnittlauch aus dem Garten in Töpfen vorzutreiben. Hat er im Garten ein paar Tage Frost bekommen, sticht man ein sich ein handtellergroßes Stück ab und pflanzt es in einen Topf. Der Schnittlauch treibt im Topf schnell wieder aus.

Mehnjährige Arten wie Schnittlauch, Rosmarin und Thymian können nach dem Winter ins Freie gepflanzt werden.

# Dauergäste im Gemüsebeet

Als „Permaeggies“ werden **MEHRJÄHRIGE GEMÜSE** bezeichnet. Einige davon sind bekannte Klassiker, andere hierzulande noch neu

Haben Sie schon überlegt, welches Gemüse Sie nächste Saison anbauen möchten? Oder klingt das nach zu viel Arbeit? Bei mehrjährigen Arten erübrigt sich die alljährliche Aussaat und Anzucht: Einmal gepflanzt überwintern sie im Beet und lassen sich nächstes Jahr wieder ernten. Der Begriff „Permaeggies“ ergibt sich aus einer Wortkombination von „Perma“ für permanent und „Veggies“, dem englischen Wort für Gemüse.

Obwohl sich „Permaeggies“ nach einem neomodischen Trend anhören, haben sich mehrjährige Gemüse längst bewährt. Meerrettich oder Spargel gehören beispielsweise dazu – und es lohnt sich, aus einer Vielfalt die eigenen Favoriten für den Garten zu entdecken.

### STÄNGEL- UND STIELGEMÜSE

Rhabarber wird trotz seines fruchtig-säuerlichen Geschmacks botanisch zu den Gemüsen gezählt. Dieser Klassiker braucht pro Pflanze mindestens einen Quadratmeter Platz. Trotz seiner Wüchsigkeit wird maximal ein Drittel der Stiele geerntet, den Rest des Stocks lassen Sie stehen, damit sich die Pflanze erholen kann. An einen Standort in sonniger bis halbschattiger Lage und in nährstoffreiche Erde gepflanzt, treibt die Pflanze wieder aus.

Cardy ist mit der Artischocke verwandt und hierzulande noch wenig bekannt. Bei dem Stielgemüse werden die Stiele im Herbst geerntet. Für den Geschmack ist es üblich, die Triebe zu bleichen: Dafür werden die Blätter ab September zusammengebunden und mit Wellpappe abgedunkelt. Nach drei bis vier Wochen sind die Triebe hell und schmecken mild. Vor der Zubereitung schneiden Sie die oberen Blätter weg und ziehen die äußere Haut ab. Anschließend werden die Stängel in Scheiben geschnitten und in Salzwasser gegart. Die in Italien bekannte Cardy braucht einen sonnigen und geschützten Standort.

Grünpargel ist hierzulande bereits populär. Er wächst in voller Sonne und in durchlässigen, tiefgründigen Böden. Wie bei Rhabarber und Cardy werden auch beim Spargel Jungpflanzen im Frühjahr gesetzt: im Abstand von 25 bis 40 Zentimetern inner-



Spargel: Wächst auch im heimischen Gemüsebeet.

Foto: Sergio2016 / Imago-Images

halb der Reihe und gut einem Meter zwischen den Reihen. Das erste Jahr braucht der Spargel zum Einwachsen, erst ab dem zweiten Jahr wird ein Teil der Triebe geerntet – am besten, wenn sie rund 20 Zentimeter hoch aus der Erde gewachsen sind. Grünpargel schmückt ein Beet sogar: Lässt man ihn nach der Ernte förmlich ins Kraut schießen, bilden sich filigrane Triebe mit nadelförmigen Blättchen, die wie grüne Wölkchen aussehen und im Herbst eine goldgelbe Farbe annehmen.

### AROMATISCHE HALME MIT GEWÜRZCHARAKTER

Schnittknoblauch ist wie ein Gewürz nutzbar: Bei ihm werden

die Blätter geerntet. Ihr Geschmack erinnert an Knoblauch, ist aber deutlich milder, und das frische Grün wächst immer wieder nach. Ähnlich wie viele „Permaeggies“ ist auch Schnittknoblauch dekorativ und lockt mit seinen weißen Blüten im Sommer viele Insekten an.

Winterheckenzwiebeln haben ähnliche Blüten. Bei dieser Art wird wahlweise das Blattgrün ähnlich wie Schnittlauch genutzt oder der ganze Trieb wie eine Frühlingszwiebel aus der Erde gezogen: Da die Winterheckenzwiebel mit den Jahren dichte Horste bildet, lässt man in diesem Fall pro Horst rund drei bis fünf Zwiebeln in der Erde. So kann sie sich vermehren und weiteres Grün und Zwiebeln liefern.

### ESSBARE BODENSCHÄTZE

Topinambur verlangt nach einem gesunden Appetit: Erntet man ihn jahrelang nicht, bildet er derart dichte Bestände, dass er anderen Pflanzen kaum eine Chance lässt.

Das sollten Sie vor der Pflanzung wissen. Allerdings gelten die Knollen als so gesund, dass Sie dieses Gemüse in jeder Saison genießen sollten. Zumal die Ernte der Knollen vom Herbst bis zum Frühjahr möglich ist und damit in eine Zeit fällt, in der im Garten sonst kaum etwas zu holen ist.

Um den Fortbestand müssen Sie sich nicht sorgen, da beim Ernten meist ein Teil der Knollen übersehen wird und im nächsten

Frühling wieder austreibt. Dass Topinambur eng mit der Sonnenblume verwandt ist, sieht man den Blüten an, die sich ab dem Spätsommer öffnen. Gepflanzt werden die Knollen rund fünf Zentimeter tief an einem sonnigen bis halbschattigen Standort.

Meerrettich, das zweite unterirdische Gemüse, gehört zu den Klassikern: Er wird wegen seiner scharfen Wurzeln angebaut und zwischen Oktober und März ausgegraben. Regelmäßig geerntet, lässt sich seine Vermehrung nach Bedarf steuern: Während die dicke Pfahlwurzel in die Küche kommt, werden die dünneren Seitenwurzeln abgetrennt. Sind diese etwa fingerdick, dienen sie als sogenannte Fehser (Schößling oder Steckling) für die Vermehrung. Dafür werden daraus rund 30 Zentimeter lange Wurzelstücke zugeschnitten und im Abstand von rund 60 Zentimetern zueinander leicht schräg in die Erde gesetzt.

Ob diese oder andere Gemüse einen Stammplatz im Garten verdient haben, ist natürlich Geschmackssache. Pflanzen Sie also nur Arten, die Sie gerne essen, und nutzen Sie die kommenden Wochen zum Probieren. Mit etwas Glück finden Sie Topinambur und manchmal sogar die hierzulande noch seltene Cardy in gut sortierten Gemüseläden.



Die Blätter vom Schnitt-Knoblauch können als Gewürz eingesetzt werden. Foto: imago stock&people



Vom Meerrettich werden die dicken Pfahlwurzeln in der Küche verarbeitet. Foto: F. Hecker

## Aquaristik-Tage bei Stanze

Aquascaping-Weltmeister Adrie Baumann richtet zwei Aquarien live ein

**HEMMINGEN.** Eine riesige Auswahl an Aquarien, Wasserpflanzen, Aquariendeko, Garnelen und Zierfische sowie Rabatte von bis zu 15 Prozent auf das gesamte Aquaristik-Sortiment – am Freitag und Sonnabend, 13. und 14. Februar, dreht sich im Stanze Gartencenter wieder alles um die Unterwasserwelten hinter Glas und deren Gestaltung. „Alle Aquarianer sowie Interessierte, die ins Hobby einsteigen möchten, sind herzlich willkommen“, sagt Leiter der Stanze Zoo- und Aquaristik-Abteilung Renè Gummert.

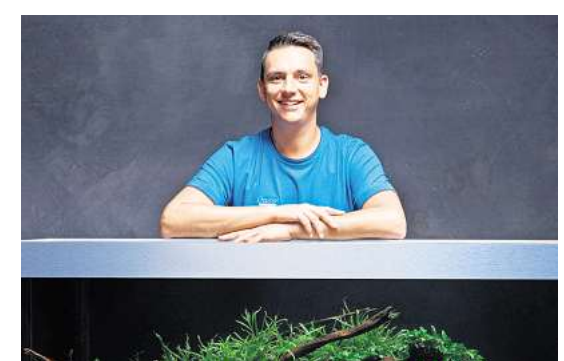
Das Highlight des Wochenendes ist in diesem Jahr der Besuch

von Aquascaping Weltmeister Adrie Baumann. Aquascaping ist die Kunst, naturnahe Landschaften in Aquarien zu gestalten. Am Sonnabend, 14. Februar, ab 10 Uhr wird Baumann live zwei Aquarien im Bistro des Gartencenters (Bistro Fenzini) gestalten. Der professionelle Aquascaper steht dabei für alle Fragen rund um das Hobby Aquaristik, Wasserpflanzen und Aquariengestaltung zur Verfügung.

Am Freitag, 13. Februar, 16.30 findet bereits ein kostenpflichtiger Aquaristik-Kurs für Kinder und Eltern statt, für den noch wenige freie Plätze zur Verfügung stehen. Für den Kurs, bei

dem ein 54-Liter-Aquariumset, Deko und Wasserpflanzen für eine Gebühr von 69,99 Euro inklusive sind, können sich Interessierte in der Aquaristik-Abteilung des Gartencenters anmelden. Das Set hat einen Warenwert von über 150 Euro.

Zudem ist Maik Seidel vom Premium Hersteller Oase bei Stanze vor Ort und steht mit seiner Expertise zur Verfügung. Kunden erhalten an beiden Aktionstagen zu allen Oase Aquarien den passenden Oase Biomaster Außenfilter gratis. Marcel Moore von Tetra berät außerdem zum Thema Fischernahrung und analysiert kostenlos



Er weiß, wie man ein Aquarium wirklich kunstvoll gestalten kann: Weltmeister Adrie Baumann. Foto: Privat

das Aquarienwasser aller Kunden. Hierfür sollten die Kunden rund 200 ml Wasser aus ihrem Aquarium mit ins Gartencenter bringen.

**Stanze Gartencenter**  
Karoline-Herschel-Straße 1  
30966 Hemmingen  
Telefon: (0511) 42038-0  
www.stanze-gartencenter.de

**Maik OTHMER**  
Haustür- und Terrassendachstudio

**4.999,00 €**  
inklusive Montage

## Alu-Terrassendach

Maße: 4000 x 3000 mm

inkl. 10 mm Verbundsicherheitsglas in 3 verschiedenen Farben

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter  
Bäckerstraße 3A Mo bis Fr 9 - 18 Uhr  
Sarstedt-Hotteln Samstags 10 - 13 Uhr  
Fon 0 50 66 / 90 26-0 www.tischlerei-othmer.de

Folgen Sie uns auf

Sonntags Schautag von 13.00-17.00 Uhr!