



natürlich leben

7 Tipps für Deine beste Gemüseernte



www.brigitte-luh.at

mail@brigitte-luh.at

1. Der Boden

Der Boden ist die Basis für gesunde Pflanzen und somit für eine reichhaltige Ernte. Hast Du bereits einen lockeren, nährstoffreichen Boden? Dann kannst Du gleich loslegen.



Hast Du noch keinen geeigneten Boden für ein Gemüsebeet bzw. willst Du ein Beet neu anlegen? Wahrscheinlich musst Du dafür zuerst die Grasnarbe bzw. die Unkräuter entfernen. Das ist sehr mühsam. Diesen Schritt kannst Du Dir ersparen, indem Du das Beet mit einem Holzrahmen versiehst und die Fläche mit unbedrucktem Karton auslegst. Anschließend kannst Du Kompost und Erde ausbringen. Verwende keinen Torf! Dieser enthält keine Nährstoffe und wird angeboten, weil er leicht ist.

2. Saatgut und Pflänzchen

Achte bei der Auswahl von Saatgut und Pflanzen auf die Qualität, denn damit bestimmst Du maßgeblich wie sich Dein Gemüse entwickelt und welchen Ertrag Du haben wirst. Achte bei Saatgut auf das Ablaufdatum. Je frischer das Saatgut ist, desto höher ist die Keimfähigkeit.

Kaufe Deine Jungpflanzen bei der Gärtnerei Deines Vertrauens.



3. Los geht's!

Für mich gibt es nichts schöneres, als kleine Pflänzchen einzusetzen oder Samen und säen und zu beobachten, wie alles wächst. Am Anfang solltest Du die Pflänzchen und Samen regelmäßig gießen. Später dann abhängig von der Witterung.



4. Gießen

Wenn Du zuviel gießt, bilden die Pflanzen nur flache Wurzeln und dadurch ist ihre Standfestigkeit schlechter. Gießt Du hingegen gerade ausreichend, bilden die Pflanzen tiefere Wurzeln und erschließend dadurch auch tiefer liegende Erdschichten für die Versorgung mit Nährstoffen. Du siehst. Weniger ist auch hier mehr.

5. Pikieren und Vereinzeln

Gemüse, das Du als ganzen Kopf oder Stück ernten möchtest, muss bei vorheriger Aussaat, vereinzelt werden. Somit bekommen die Pflänzchen ausreichend Platz zum Wachsen.

6. Mulchen

Mulchen bringt Dir viele Vorteile:

- schützt den Boden vor dem Austrocknen
- die Bodenlebewesen bekommen Nahrung und erzeugen Nährstoffe für Dein Gemüse.
- der Wuchs von Beikräutern wird erschwert

Am besten ist es, wenn Du organisches Material aus Deinem Umfeld verwendest. Sehr gut eignet sich Rasenschnitt, Laub, Brennesselblätter (vor der Blüte!), Beinwell und Gemüseabfälle.

Achtung!

Rindenmulch versauert den Boden. Das mögen Deine Gemüsepflanzen gar nicht.

Hier auf dem Bild habe ich klein gehäckseltes Elefantengras ausprobiert. Das zersetzt sich rasch und schaut auch noch schön aus. Außerdem mögen Schnecken diese harten, scharfkantigen Halmstücke so gar nicht.



7. Einkaufen im Garten

Nun ist es an der Zeit zu ernten und die Früchte Deiner Arbeit zu genießen! Ist es nicht herrlich, in den Garten zu gehen und sich das Gemüse zu holen für das Mittagessen?

Frischer geht es wirklich nicht. **Dein Essen ist regional, saisonal, ohne Transportwege und ohne Plastikverpackung.** Damit hast Du für Dich und die Umwelt schon sehr viel Gutes getan.



Am besten verzehrst Du das Gemüse natürlich frisch. Solltest Du aber einen größeren Ertrag haben, gibt es viele Möglichkeiten das Gemüse zu konservieren.

Einfrieren ist wohl die einfachste und schnellste Methode, erfordert aber Platz im Tiefkühlgerät. Wir stossen hier immer wieder auf Kapazitätsgrenzen. Deshalb habe ich mich mit Alternativen beschäftigt und habe die traditionellen Konservierungsmethoden aus früheren Zeiten für mich entdeckt.

Einkochen wie zu Großmutter's Zeiten ist eine altbewährte Methode, die für viele Gemüsesorten und Fertiggerichte möglich ist.

Fermentieren kennen viele nur vom Sauerkraut. Doch auch einige andere Gemüsesorten können so haltbar gemacht werden, wie z.B. Karotten, Gurken, Chinakohl.

Bei der Fermentation handelt es sich um Milchsäurebakterien, die wir uns für die Haltbarmachung, bessere Bekömmlichkeit und einen besonderen Geschmack der Lebensmittel zu nutze machen.



Verschenken an Nachbarn oder Freunde ist in meinem Umkreis sehr beliebt. So kannst Du anderen eine Freude machen und möglicherweise erhältst Du Gemüse, das Du selbst nicht angebaut hast.

Das spannendste für mich ist, dass eine Ernte auch im Winter möglich ist. Manche Gemüsesorten wie Kohl, Wurzelgemüse, Salate und einige Kräuter sind winterhart. Für mich ist das Luxus pur im Winter frisches Grün aus dem eigenen Garten ernten und essen zu können.



Ich wünsche Dir viel Spaß und freue mich, wenn wir uns in einem meiner Kurse persönlich kennenlernen.

Herzlichst Deine

Brigitte Luh

Fotos: @Brigitte Luh

Alle Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Verbreitung und Veröffentlichung.