



BURKHARD BOHNE

NACHHALTIG GÄRTNERN

Biologisch – ressourcenschonend
und klimafreundlich

G|U



BURKHARD BOHNE

NACHHALTIG GÄRTNERN

Biologisch - ressourcenschonend
und klimafreundlich

GU

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Cornelia Nunn

Lektorat: Barbara Kiesewette

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Yuliia Antoniuk

 ISBN 978-3-8338-7247-1

1. Auflage 2019

Bildnachweis

Fotos: Adobe Stock, Alamy Stock Foto, Christa Brand, Elke Borkowski/gardenpicturestock, Flora Press/Ardea/Bob Gibbons, /Biosphoto/B & G Medias, Biosphoto/Virginie Klecka, NouN, Eric Tournet, Harold Verspieren/Digitalice, Mark Bolton, /Botanical Images, Nadja Buchczik, Rebecca Cornell, Otmar Diez, Edition Phoenix, Flowerphotos/Carol Sharp, /FocusOnGarden/Sibylle Pietrek, /Melli Freudenberg, gartenfoto.at, GWI, Martin Hughes Jones, Ute Klaphake, Perry Mastrovito, Karin Meyer-Rebentisch, Emma Peios,

Gudrun Peschel, Purta, /Royal Horticultural Society, Derek St. Romaine, Frédéric Tournay, Visions, GAP Photos, GAP Photos/Maxine Adcock, Thomas Alamy, Pernilla Bergdah, Dave Bevan, Richard Bloom, Jonathan Buckley, Keith Burdett, Chris Burrows, Torie Chugg, Sarah Cuttle, David Dixon, Heather Edwards, John Glover, FhF Greenmedia, Charles Hawes, Michael Howes, Martin Hughes Jones, Andrea Jones, Lynn Keddie, Geoff Kidd, Joanna Kossak, Robert Mabic, Fiona McLeod, Zara Napier, Abigail Rex, Nicola Stocken, Juliette Wade, GettyImages, Otto Graf GmbH, Matias Kovacic, Marianne Majerus/Design Declan Buckley, Kristjan Matic, mauritius images/Bernd Roemmelt, Chromorange/Ernst Weingartner, foodcollection, /nature picture library/Kerstin Hinze, Photoshot Creative/Joe Blossom, Radius Images, Tbkmedia.de/Alamy, Mumm, Shutterstoc, Friedrich Strauss

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-7247 10_2019_02

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de
Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Leserservice

Postfach 86 03 13

81630 München

E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44*

Mo-Do: 9.00 - 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (* gebührenfrei in D, A,
CH)



Vorwort

*Ressourcen schonen, gesundes Obst und Gemüse ernten
und die Vielfalt von Tieren und Pflanzen fördern – so sieht
nachhaltiges Gärtnern aus!*

ir leben heute in einer Zeit des Umbruchs. Viele Jahrzehnte galt die Devise »Wachstum über alles«. Hohe

W Produktivität, niedrige Kosten, ein bequemer Lebensstil, das waren die wichtigsten Kriterien einer sich immer schneller entwickelnden (Industrie-)Gesellschaft. Produktionsbetriebe wuchsen stetig, schufen Arbeitsplätze und versorgten die Bevölkerung mit preiswerten Konsumartikeln. Die Werbeindustrie förderte die Nachfrage und sorgte so für mehr und mehr Konsum. Das ist seit Jahren das erklärte Ziel.

Doch mittlerweile wird immer klarer, dass dieser Weg auch viele Nachteile bringt. Die Themen Umweltschutz, schonender Umgang mit Ressourcen und Nachhaltigkeit wurden viel zu lange kaum beachtet. Der Natur wurde stets viel zu viel entnommen, ohne über die Konsequenzen nachzudenken. Luftverschmutzung, verunreinigte Gewässer, kranke Wälder, abnehmende Bodenqualität, Versiegelung der Landschaft, Artensterben und Klimawandel sind ein viel zu hoher Preis, den wir dafür letztendlich alle zahlen müssen.

Inzwischen sind sich jedoch immer mehr Menschen dieser Missstände bewusst und steuern ihnen gezielt entgegen. Weniger Konsum, Verzicht auf Verpackungen, fairer Handel und nachhaltig produzierte Waren sind heute ein Mega-Trend. Da ist es nur konsequent, auch den Garten nachhaltig zu bewirtschaften. Biobauern und -gärtner machen es uns schon lange vor. Sie legen größten Wert auf die Produktion von gesunden Nahrungsmitteln und gleichzeitig auf die Verbesserung der Böden und den Erhalt der Artenvielfalt. Höchste Zeit, dass wir alle die Prinzipien des Bioanbaus, der Permakultur und des Urban Gardenings aufgreifen und so konsequent wie möglich in unseren Gärten umsetzen.

Burkhard Bohne





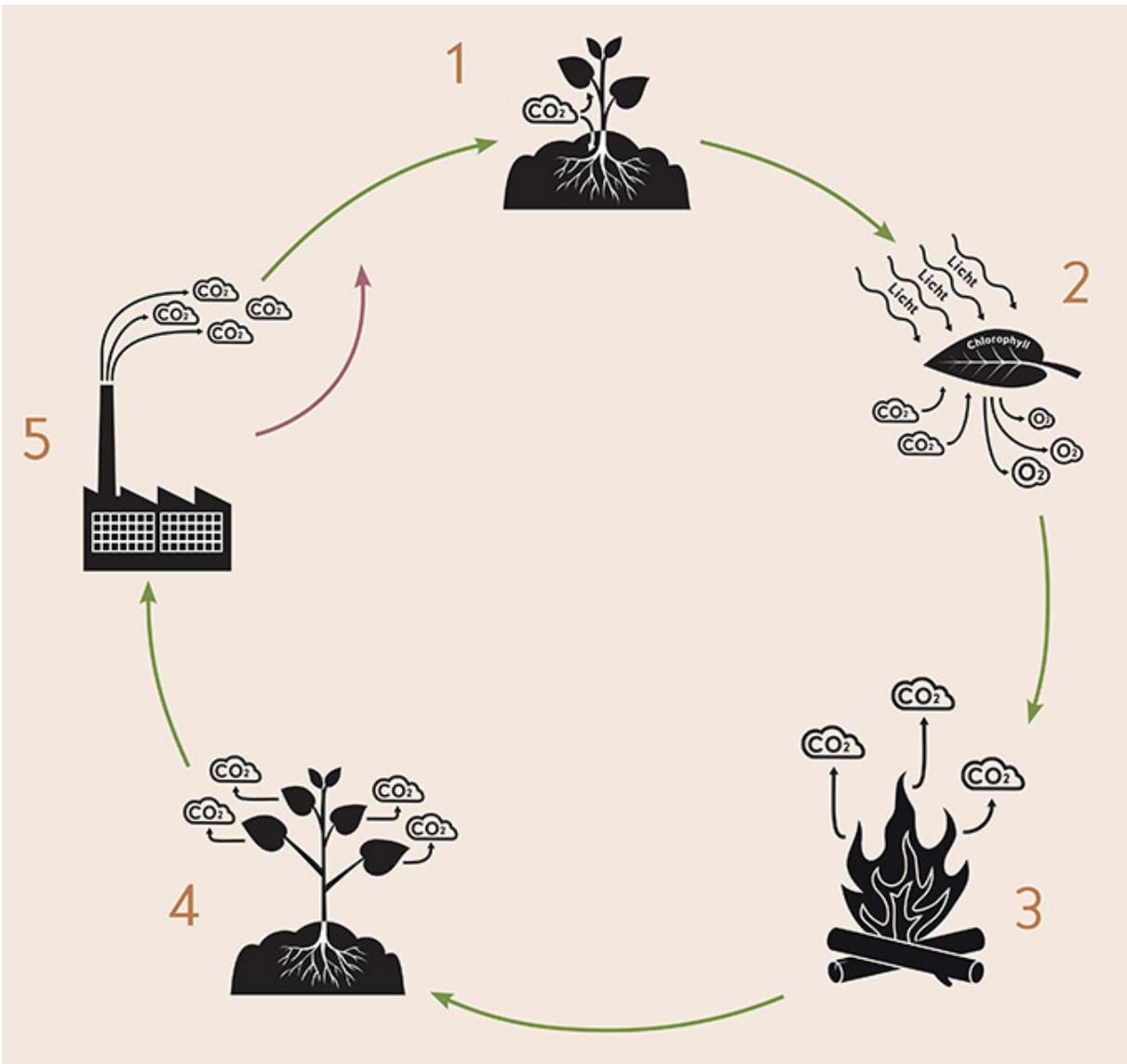
KAPITEL 1

VORBILD NATUR



Wer nachhaltig gärtnern möchte, findet Inspiration in der Natur: Nichts wird verschwendet oder geht verloren. Böden, Pflanzen, Tiere und Klima hängen voneinander ab

und beeinflussen sich gegenseitig. Im besten Fall entsteht ein stabiles ökologisches Gleichgewicht.



WAS IST NACHHALTIGKEIT?

Die Natur ist das perfekte Vorbild für Nachhaltigkeit. Fast alle Prozesse laufen in Kreisläufen ab, sodass alle Stoffe erhalten bleiben. Einer der wichtigsten Naturkreisläufe ist der CO₂-Kreislauf: Er sorgt für stabile Lebensbedingungen.

- 1. Pflanzen wachsen und nehmen dafür Kohlendioxid aus der Luft und aus dem Wasser auf und bauen es zu Zucker um.*
- 2. Für diesen Prozess - die Fotosynthese - benötigen sie Lichtenergie und Chlorophyll. Dabei setzen sie Sauerstoff frei, den wir atmen.*
- 3. Pflanzen bilden Biomasse (Holz), die bei Verbrennung unter ausreichender Sauerstoffzufuhr wieder Kohlendioxid freisetzt.*
- 4. Bei der Atmung verbrauchen Pflanzen Sauerstoff und Zucker und geben Kohlendioxid und Wasser ab - insgesamt nehmen sie jedoch mehr Kohlendioxid auf, als sie abgeben. Auch durch den Abbau aller Lebewesen (Tod) wird Sauerstoff verbraucht und Kohlendioxid freigesetzt.*
- 5. Der Kreislauf des Kohlendioxides ist geschlossen, aber durch Verbrennen von fossilen Energieträgern entsteht ein Überhang von CO₂ in der Atmosphäre.*

Das Werden und Vergehen von Pflanzen und Tieren stellt einen perfekten Kreislauf dar. Dieser macht unser Leben auf der Erde erst möglich: Er bietet uns Wasser und Nahrung und lässt, weil die CO₂-Bilanz in diesem Kreislauf ausgeglichen ist, ein Klima entstehen, in dem wir leben können. Die Böden versorgen die Pflanzen mit Wasser und Nährstoffen und lassen sie wachsen. Sterben die Pflanzen ab, verwandeln Kleinlebewesen die Pflanzenreste in Humus, der wiederum die Böden verbessert und mit Nährstoffen anreichert.

Lange Zeit regulierte sich dieses System selbst. Unsere frühen Vorfahren hatten ein Gespür für die Vorgänge in der Natur. Vermutlich war ihnen bewusst, dass alle Lebewesen - Menschen, Tiere und Pflanzen - voneinander abhängig sind und dass nur eine gesunde Kreislaufwirtschaft ihre Lebensgrundlagen bewahren und verbessern konnte.

Ackerbau und Tierzucht lieferten Nahrung und Kleidung für die Menschen. Der Ackerbau war nachhaltig. Zum Beispiel hielten Bauern nur so viele Nutztiere, wie ihr Land ernähren konnte – schließlich konnten sie nicht, wie heute, beliebig Futter zukaufen. In der Folge stand ihnen auch nur eine begrenzte Menge tierischer Exkremente als organischer Dünger für die Felder zur Verfügung, eine Überdüngung war kaum möglich. Fruchtfolge und die Dreifelderwirtschaft halfen zusätzlich dabei, die Fruchtbarkeit der Böden zu erhalten und zu verbessern. Die Bauern ernährten ihre Familien, ohne ihre Lebensgrundlagen zu zerstören.



Das Leberblümchen blüht im zeitigen Frühjahr und wächst in der Humusschicht lehmiger, kalkhaltiger Böden.

DAS SYSTEM GERÄT AUS DEM GLEICHGEWICHT

Doch schließlich begann der Mensch, durch den Ackerbau der Natur mehr zu entnehmen, als ihr zurückzugeben. Damit war der Grundstein für einen Prozess gelegt, der zu einer Verarmung der Böden und u. a. zu dem sich bis heute immer weiter beschleunigenden Artensterben führte. Denn in den letzten 150 Jahren änderte sich die Sicht der Dinge grundlegend. Die Industrialisierung versprach den Menschen Erleichterung im Alltag – mithilfe von Maschinen, deren Entwicklung, Bau und Betrieb riesige Mengen an Rohstoffen und fossiler Energie verbrauchten und verbrauchen. Der Fortschritt machte auch vor der Landwirtschaft nicht halt. Schwere Maschinen, Hybridsaatgut, synthetische Pflanzenschutzmittel und Dünger führten rasch zu höheren Erträgen. Doch sehr schnell wurden die negativen Auswirkungen sichtbar. Die natürliche Bodenfruchtbarkeit nimmt kontinuierlich ab, Wildpflanzen werden verdrängt, der Lebensraum für Insekten und andere Wildtiere schwindet.

Es ist höchste Zeit, diesem Prozess gegenzusteuern. Seit vielen Jahren steigt das Bewusstsein für den Naturschutz und für gesunde Lebensmittel, der Bioanbau ist in der Landwirtschaft auf dem Vormarsch. Auch im heimischen Garten findet ein Umdenken statt, hin zu einer nachhaltigen Kreislaufwirtschaft mit gesunden Böden, Kompostwirtschaft, regionaler Sortenvielfalt und Wildwiesen. So entstehen in den Gärten Kleinbiotope zum Schutz von Wildpflanzen und Wildtieren wie Biene & Co.

NACHHALTIG GÄRTNERN IST NICHT NEU

Nachhaltiges Gärtnern ist das Gebot der Stunde. Das haben auch immer mehr Hobby-Gärtner verinnerlicht und greifen alte Anbaumethoden wie Fruchtfolge und Mischkultur wieder auf.

Vor vermutlich mehr als 10 000 Jahren wurde der Mensch sesshaft und begann im sogenannten fruchtbaren Halbmond im Nahen Osten mit dem Ackerbau. Dieser gelangte vor rund 7000 Jahren nach Mitteleuropa. Es wurden Wälder gerodet, um Äcker anzulegen, die die Ernährung der Menschen sicherten. Man sammelte Saatgut in der Natur, brachte es auf gerodeten Flächen aus und kultivierte die Pflanzen. Wenn die Ernte gut war und die Pflanzen gesund, ließ man einen Teil der Pflanzen stehen, um aus ihnen neues Saatgut zu gewinnen. Im Lauf der Jahrhunderte wurden die Anbautechniken verfeinert und die Ernten wurden in der Regel reicher. Meist ging es damals nur um die Selbstversorgung: Jede Sippe bestellte nur so viel Land, wie sie zum Leben benötigte.



Der Klatschmohn ist typischer Kulturbegleiter in Getreidefeldern, und Pionierpflanze an Wegen und auf Schuttflächen.

NEUE IMPULSE AUS KLÖSTERN

Im Mittelalter begann ein Prozess, der vieles veränderte. Ausgehend von Italien wurden bei uns zahlreiche Klöster gegründet, und das brachte Fortschritte auch in der Landwirtschaft. Die Klöster lagen über das ganze Land verstreut, Mönche und Nonnen waren ganz auf sich gestellt.

Um sich mit ausreichend Nahrung versorgen zu können, mussten sie das Land kultivieren. Oft wandelten sie mit eigenen Händen Natur- in Kulturlandschaft um und legten Äcker und Gärten an.

Etwa um das Jahr 800 erließ zudem Karl der Große zahlreiche Reformen. Dabei legte er ein besonderes Augenmerk auf den Pflanzenbau. Er befahl auf seinen Landgütern den Anbau zahlreicher Nutzpflanzen, die zur Sicherung der Ernährung und zur Erhaltung der Gesundheit der Bevölkerung von großer Bedeutung waren. In der »Capitulare de villis«, einer Verordnung zur Verwaltung seiner Güter, waren knapp 100 Pflanzen – Kräuter, Obst und Gemüse – aufgeführt, die teilweise heimisch waren, zum Teil aber aus dem Mittelmeerraum von den Mönchen und Nonnen der entstehenden Klöster eingeführt worden waren. Beispiele sind mediterrane Kräuter wie Salbei, Andorn oder Echter Thymian, die als Heilkräuter bei uns Verbreitung fanden. Aber auch Gemüse wie Rettich, Salat oder Zwiebeln hielten damals Einzug in Gärten und auf Feldern. Auch die Obstbaumveredelung wurde bekannt, was eine ungeahnte Vielfalt an Obstsorten nach Mitteleuropa brachte.

Die Bewohner der Klöster legten Gärten und Ackerflächen in erster Linie an, um sich selbst zu versorgen. Doch Mönche und Nonnen schrieben ihre Erfahrungen im Pflanzenbau auf, und weil sie regen Kontakt zur Bevölkerung hielten, fanden ihre Erfahrungen und Kenntnisse im Landbau rasch weite Verbreitung. So wusste man damals schon, wie man Saatgut gewinnt, und kannte die Prinzipien von Mischkulturen, Fruchtfolge und Dreifelderwirtschaft. Auch das Mulchen und Hügel- und Hochbeete waren bekannt. Als besonders erfolgreich galt der Landbau der Zisterzienser. Sie wandelten große Naturflächen in Kulturland um und mit ihren Klöstern verbreitete sich ihr Wissen in ganz Europa. Neben dem Ackerbau betrieben sie oft auch Fischzucht. Sie produzierten sogar Überschüsse, die die Ernährung der damals stark wachsenden Bevölkerung sicherten.



Aus den Klostergärten verbreitete sich das Wissen um den Anbau von Heilkräutern und Gemüse sowie die Obstkultur und vieles mehr.

WAS KÖNNEN WIR DARAUS LERNEN?

Um die Verarmung der Böden und das Artensterben zu stoppen und unsere Lebensgrundlagen langfristig zu erhalten, bleibt uns nichts anderes übrig, als umzudenken – ob in der Landwirtschaft oder im Garten. Oberstes Gebot ist das Handeln nach dem Prinzip der Nachhaltigkeit, sodass Ressourcen geschont werden und die Regenerationsfähigkeit der Ökosysteme erhalten bleibt. Die Pflege der Böden und Bioanbau müssen selbstverständlich werden. Bei diesem Wandel können wir viel von den Methoden unserer Vorfahren, wie zum Beispiel Mischkultur und Fruchtfolge, lernen.

NACHHALTIGKEIT IN MODERNEN GARTENBEWEGUNGEN

Seit den 1980er-Jahren rücken die Themen gesunde Ernährung, Bioanbau und Umweltschutz immer mehr in den Fokus der Gesellschaft. Es wächst die Erkenntnis, dass nur nachhaltiges Wirtschaften gut für alle Lebewesen ist.

In den letzten Jahren haben sich viele biologisch wirtschaftende Betriebe etabliert, die hochwertige Lebensmittel anbauen. Neben dem Wissen unserer Vorfahren nutzt man dort auch moderne Erkenntnisse und kümmert sich verstärkt um einen schonenden Umgang mit dem Boden. Biologischer Land- bzw. Gartenbau bedeutet nicht nur, auf Pestizide und synthetische Düngemittel zu verzichten, sondern vor allem Kreisläufe der Natur zu nutzen. So achteten Biobauern von Anfang an auf eine nachhaltige Versorgung der Böden. Anstatt Pflanzen gezielt synthetisch zu düngen, zielen alle Bodenpflegemaßnahmen darauf ab, das Bodenleben zu fördern. Dadurch steigt die Fruchtbarkeit des Bodens und zugleich kann reich geerntet werden. Abgesehen davon führt der Verzicht auf chemische Pflanzenschutzmittel und synthetische Dünger dazu, dass die Qualität der Nahrung zunimmt.



Hochbeete gibt es schon seit Jahrhunderten. Durch die aktuelle Urban-Gardening-Bewegung erleben sie eine Renaissance.

PERMAKULTUR

Im Rahmen dieser Entwicklung findet auch die Philosophie der Permakultur große Aufmerksamkeit. Permakultur bedeutet nicht nur, mit der Natur zu gärtnern, sie beschäftigt sich vielmehr mit allen Lebensbereichen, die uns Menschen betreffen, wie zum Beispiel die nachhaltige

Energieversorgung und einen fairen Umgang im sozialen Miteinander.

Im Garten versteht man unter Permakultur eine Kreislaufwirtschaft, bei der mit einfachen Mitteln positive Standortfaktoren gestärkt und negative minimiert werden. Permakulturgärtner versuchen, ihren Garten in ein robustes, dauerhaft produktives Ökosystem zu verwandeln. Alle Ressourcen werden mehrfach genutzt und biologische Anbaumethoden sorgen für ausreichende Erträge. Die wichtigsten Prinzipien der Permakultur sind klar definiert: Man achtet die Kreisläufe der Natur und greift nur ein, wo es notwendig ist. Ziel ist ein hoher Grad an Selbstversorgung und Autarkie - und das bei möglichst geringem Zeitaufwand und dem Einsatz von möglichst wenig Ressourcen. Abfall wird weitestgehend vermieden und organische Stoffe werden in den Nährstoffkreislauf zurückgegeben. Mit Wasser und Energie wird so schonend wie möglich umgegangen. Zum Düngen und für den Pflanzenschutz verwendet man Pflanzenjauchen, mit Gartenabfällen wird gemulcht oder sie werden kompostiert und bleiben so den Kreisläufen im Garten erhalten. Das Gießen wird durch geschicktes Pflanzen und Mulchen minimiert und man gewinnt nach Möglichkeit eigenes Saatgut. Außerdem beherbergt ein Permakulturgarten eine große Vielfalt an Wildpflanzen, die Bestäubern und Nützlingen als Nahrung dienen. So versorgt er nicht nur den Menschen, sondern auch Nützlinge und andere Lebewesen.



Mulchen und Mischkulturen sind typisch für nachhaltige Gemüsebeete. Die Pflanzen helfen sich gegenseitig, der Boden bleibt aktiv.

URBAN GARDENING

Nachhaltiges Gärtnern findet längst nicht mehr nur auf dem Land statt, wie der starke Zulauf zu den vielfältigen Urban-Gardening-Projekten beweist – frei nach dem Motto: Eine andere Welt ist pflanzbar! Das ist kein Wunder, denn die Lust auf Grün wächst auch in der Stadt seit Jahren rasant. Zentral wohnen in großen Städten ist angesagt, denn hier pulsiert das Leben und die Wege sind kurz. Nur Gärten gibt es meistens nicht. Die Lösung: Überall tun sich Menschen zusammen, um bislang gar nicht oder anderweitig genutzte Areale in Gartenflächen umzuwandeln. Nicht nur in Metropolen wie New York, London oder Berlin gibt es zahlreiche Gartenprojekte, sondern mittlerweile in fast jeder

größeren Stadt und Jahr für Jahr kommen neue Gemeinschaftsgärten dazu. Sie entstehen auf brachliegenden Grundstücken, auf Dächern oder auch in Hinterhöfen. Kräuter und Gemüse wachsen dort in mobilen Kisten oder Hochbeeten. Auf diese Weise lassen sich auch gepflasterte Flächen und sogar manche Orte, deren Böden mit Schadstoffen belastet sind, zum Gärtnern nutzen. Neben nachhaltigen und biologischen Methoden kommt beim Urban Gardening noch ein weiterer wichtiger Aspekt dazu: Der Gedanke des gemeinsamen Tuns! Jeder kann kommen und mitmachen. Durch gemeinsame Gartenarbeit entsteht ein soziales Miteinander und die Ernte wird zum Schluss geteilt. Dabei werden die gemachten Erfahrungen ausgetauscht und jeder lernt dazu. Viele dieser Gärten sind mittlerweile zu beliebten Treffpunkten geworden und sie schaffen Raum für alle möglichen anderen Aktivitäten. Gemeinsam kochen und essen, verschiedene Workshops zum Thema Gärtnern, Upcyclingprojekte und auch Stadtteilpolitik gehören dazu.



Schnittlauch ist gesund, auch seine Blüten sind essbar. Zur Blütezeit ist die Pflanze ein Magnet für Hummeln.

WAS KANN ICH BEWIRKEN?

Fast jeder weiß, dass unsere moderne Lebensart nicht nachhaltig ist. Man redet sehr viel über Umweltschutz und über den Zustand unseres Planeten – meist mit der Erkenntnis, dass in vielen Bereichen einiges geschehen muss, um eine bessere Welt zu schaffen. Viele sehen die Hauptverantwortung dafür in der Wirtschaft oder Politik, was

im Prinzip auch stimmt. Und doch ist der Gedanke etwas kurz gegriffen. Denn jeder von uns kann etwas Positives bewirken, wenn er nur will. Dazu gehört ein klares Bewusstsein, die Bereitschaft zum Handeln, Konsequenz und auch etwas Mut. Jeder von uns kann anfangen, die Welt ein kleines Stück besser zu machen!

Nachhaltig einkaufen

Ein besonders wichtiger Schritt bei diesem Prozess ist, sein eigenes Konsumverhalten kritisch zu hinterfragen. Wo, wie und wann kaufe ich zum Beispiel Lebensmittel ein und wo kommen diese her? Natürlich möchte sich jeder mit hochwertigen Lebensmitteln gesund ernähren. Für den ökologischen Fußabdruck macht es jedoch wenig Sinn, wenn Nahrungsmittel unter miserablen Arbeitsbedingungen in fernen Ländern angebaut werden, um sie dann mit dem Schiff, schlimmer noch mit dem Flugzeug, zu uns zu transportieren. Frisches Obst oder Gemüse wird in den Anbauländern meist unreif gepflückt, reift beim Transport nach und muss lange frisch gehalten werden. Damit das funktioniert, werden Sorten gezüchtet und angebaut, die besonders homogene und zeitgleich reifende Früchte bilden. Zusätzlich müssen diese lange lagerfähig sein. Doch die Früchte der sogenannten Hochleistungssorten schmecken häufig fad – ein Beispiel dafür ist die Tomate.

Die Alternative ist der Kauf von saisonalen und regionalen Nahrungsmitteln in Bioqualität. Denn Biolandwirte und -gärtner setzen gern auf alte Regionalsorten. Sie sind an die jeweiligen Standorte besser angepasst und kommen oft mit weniger Dünger und Pflanzenschutzmaßnahmen aus.



Fast alle Kräuter und viele Gemüse wachsen sehr gut im Topf. Sie schmecken gut, sind gesund und locken obendrein Insekten an.

Vom cleanen Ziergarten zum lebendigen Biogarten

Gerade wer einen Garten oder wenigstens einen Balkon hat, kann einiges bewegen. Denn egal ob Balkon, Terrasse, Hinterhof, Haus- oder Schrebergarten, überall ist Platz zum Anbau von Nahrungsmitteln. Und wer einmal selbst angebautes Gemüse, Obst oder Kräuter genossen hat, wird nicht mehr gern im Supermarkt einkaufen.

Allerdings sind manche Gärten oft sehr »aufgeräumt« und wenig nachhaltig, nicht zuletzt, um keinen Ärger mit Nachbarn oder dem Gartenverein zu bekommen. Statt Gemüsebeeten und insektenfreundlichen Wildblumen gibt es Kiesflächen mit hochgezüchteten Zierpflanzen oder einen Rasen. Oft werden im Herbst alle Pflanzen abgeschnitten und die Erde umgegraben. Inzwischen weiß man jedoch, dass Umgraben das Bodenleben stört und nur in speziellen Fällen nötig ist. Genauso wenig muss man die

Frucht- und Samenstände von Stauden im Herbst abschneiden, denn sie bieten Insekten und anderen Kleintieren im Winter Nahrung und Unterschlupf.

Wer sich ein wenig mit den Prinzipien des Biogärtnerns beschäftigt, kann aus einem konventionellen Garten in kurzer Zeit einen Biogarten machen und so das Bodenleben und die Artenvielfalt fördern. Voraussetzung ist die Auswahl standortgerechter Pflanzen, die zahlreichen Tieren Nahrung und Lebensraum bieten, und ihre optimale Versorgung. Statt chemischer Spritzmittel sorgen Mischkulturen dafür, dass weniger Schädlinge auftreten. Kommt es doch einmal zu starkem Befall, greift man zu biologischen Maßnahmen (siehe >). Zum Beispiel wirken manche Pflanzenjauchen gegen Schädlinge, andere stärken die Pflanzen und machen sie widerstandsfähig. Und im schlimmsten Fall kommen auch biologische Pflanzenschutzmittel aus dem Fachhandel infrage.

Wer die Ansprüche der verschiedenen Pflanzen kennt, kann schnell seine individuelle Auswahl treffen und Pflanzpläne für seine Gemüsebeete erstellen, möglichst nach den Prinzipien von Mischkultur und Fruchtfolge (siehe >). Ist alles gesät oder gepflanzt, heißt es dann, die Pflanzen gut zu pflegen und vor allem: rechtzeitig ernten! Gibt es trotzdem eine Ernteschwemme, lagert man die Gemüse fachgerecht oder macht sie als Wintervorrat ein (siehe >).