

ORTRUD GRIEB

KOSMOS

*Die*  
**SCHNELLSTEN**  

---

*im Beet*

**GEMÜSE FÜR  
UNGEDULDIGE**





### **ORTRUD GRIEB**

hat viele Jahre in Schleswig-Holstein einen eigenen Biohof bewirtschaftet, bevor die gelernte Gärtnerin und Gartenbau-Ingenieurin in den Nordschwarzwald zog. Dort unterrichtete sie Gartenbau und ist neben ihrer Gartenarbeit als Autorin tätig. Zu ihrer Leidenschaft gehören jedoch nicht nur das Gärtnern, sondern ebenso das Zeichnen und die Fotografie. So fängt sie die Pflanzen auch bildlich ein und gibt ihren Texten den persönlichen Rahmen.

ORTRUD GRIEB

*Die*  
**SCHNELLSTEN**  
—— *im Beet*

**GEMÜSE FÜR  
UNGEDULDIGE**

**KOSMOS**

# INHALT

4 In 4 bis 10 Wochen leckeres, pflegeleichtes Gemüse ernten

## 6 Anbau-Basics

8 Schnelles Wachstum  
10 Fruchtbarer Boden  
16 Wasser, Licht und Wärme  
20 Aussaat und Pflanzung  
22 **DIY:**Aussaat ins Freiland  
24 Planung mit Köpfchen  
30 Hochbeete  
32 Kübel bepflanzen  
34 Minibauergarten

## 38 Das schnellste Grün

40 Keimspussen von der Fensterbank  
42 Microgreens – das Superfood  
43 **DIY:**Micorgreens – ganz einfach  
44 Grünzeug schon im März – fast ohne Arbeit  
46 Ein Stück Salatrasen  
48 Kohlige Salate – 2 bis 4 Wochen  
52 Schnitt- und Pflücksalate – 3 bis 6 Wochen  
56 Rucola – 4 Wochen

58 Schnittzichorie – 4 bis 6 Wochen  
60 Portulak – 4 bis 8 Wochen  
64 Spinat – 4 bis 8 Wochen  
66 Seltenes Grün: Amarant, Baumspinat, Gartenmelde, Gemüsemalve  
68 Salatköpfe – 4 bis 8 Wochen ab Pflanzung  
72 Feldsalat – 8 bis 10 Wochen

## 74 Knollen und Wurzeln

76 Radieschen – 3 bis 5 Wochen  
78 Speiserüben – 6 bis 10 Wochen  
82 Kohlrabi – 6 bis 8 Wochen ab Pflanzung  
84 Rote Bete/Baby Beets – 8 bis 10 Wochen  
86 Karotte/Möhre – 2 bis 3 Monate

## 88 Fruchtgemüse

90 Buschbohne – 6 bis 9 Wochen  
92 Zuckerkerbse – 9 bis 12 Wochen  
94 Gurke – 4 bis 6 Wochen ab Pflanzung  
96 Zucchini – 4 bis 8 Wochen ab Pflanzung  
98 Tomate – 6 bis 10 Wochen ab Pflanzung





## **100 Kräuterpartner für Gemüse**

- 102 Kresse – 1 bis 2 Wochen
- 102 Kerbel – 4 bis 8 Wochen
- 103 Dill – 6 bis 8 Wochen
- 103 Schnittlauch – 4 bis 6 Wochen ab Pflanzung
- 104 Schnittsellerie – 4 bis 6 Wochen ab Pflanzung
- 104 Petersilie – 6 Wochen ab Pflanzung
- 105 Basilikum – 6 Wochen ab Pflanzung

## **106 Service**

- 106 Bezugsquellen
- 107 Register

# In 4 bis 10 Wochen leckeres, pflegeleichtes Gemüse ernten

---

Von Ortrud Grieb

Ungeduldige Genießer sind gut dran, denn es gibt jede Menge Gemüsesorten, die schnell wachsen und, früh und zart geerntet, ganz besondere Leckerbissen sind. Den Rekord brechen die Keimsprossen, die bereits nach 2 bis 5 Tagen erntereif sind, vor allen Dingen wachsen sie über Winter in der Küche. Auch die trendigen Microgreens können mit ihrem rasanten Wachstum die lange Wartezeit



im Winter verkürzen. Sie kennen sie sicher, diese wahnsinnige Ungeduld im Februar, auf Frühling, auf Wärme, damit Sie endlich wieder im Balkonkasten, Hochbeet oder Gemüsebeet werkeln und die Sonne auf Ihren Armen genießen können? Ab März wird's deutlich besser, dann gibt's draußen die ersten zarten Wildkräuter und das erste Grün vom Dauergemüse. Und ab April soll es dann ganz schnell gehen. Sehnlichst erwarten wir die ersten frischen Salate und vor allen Dingen die ersten Zucchini und Tomaten. Die besonders schnellen Sorten versorgen uns bald mit köstlichem Gemüse. Klein und zart geerntet, sind sie als Babypflanzen ein ganz besonderer Hochgenuss. Danach ist das Beet schnell wieder frei für neue Leckereien. Jede Lücke im Beet wird gefüllt, so ernten wir mehrmals im Jahr von einer Stelle. Sogar über Winter gibt es viel frisches Grün für unsere Salatschüsseln. Die meisten schnellen Arten sind robust und wachsen wie Unkraut. Einige werden sogar zu Dauergästen im Garten, da sie sich gerne aussamen, nur ernten müssen wir noch selber.

Schnell wachsendes Gemüse ist pflegeleicht und macht deshalb viel Spaß, obwohl es hin und wieder einmal nicht wie geplant gelingt, das ist normal bei Gemüse. Irgendwo zwischen dem Gemüse wächst auch immer ein wenig Geduld und Ruhe. Um sie zu genießen, atmen Sie ein paar mal kurz ein und lange aus und genießen Sie Ihr kleines Paradies mit allen Sinnen.

Viel Spaß beim Gärtnern





### Kresse

#### Krause Kresse

Krause Gartenkresse hat einen würzigen, aromatischen Geschmack. Sie wird wegen ihres hohen Vitamin-Gehaltes gerne zu Frühjahrskuren genommen.

351



### Spinat

#### Malador

Beiblättig, spitzschiefend. Eignet sich sowohl für die Frühjahr- als auch für die Herbstsaat.

360



### Radies

#### Flamboyant 2

Halbhänge, zylindrisch abgerundete Wurzel, kräftig scharlachrot mit kleiner, weißer Spitze.

482



4138



# ANBAU- BASICS



# Schnelles Wachstum

---

Je wohler sich unsere Pflanzen fühlen, desto üppiger und rascher gedeihen sie. Jede Gemüseart hat da ihre eigenen Vorlieben: sonnenhungrige Düngereffresser, schattenverträgliche Kälteprotze.

**E**s fängt mit dem Saatgut an. War die Mutterpflanze gut genährt, bildet sie kräftige, vitale Samen. Ist das Saatgut frisch und wurde optimal gelagert, keimt es schnell und wächst vehement los. Alte, schlecht gelagerte Gemüsesamen keimen und wachsen langsamer. Natürlich hängt die Keimdauer auch von der Gemüseart und der Bodentemperatur ab.

## SCHNELLE SORTEN

Die einzelnen Gemüsearten wachsen unterschiedlich schnell. Eine Schwarzwurzel braucht zum Beispiel 8 bis 9 Monate, bis sie erntereif ist, ein Radieschen benötigt nur 3 bis 4 Wochen. Innerhalb der Arten gibt es dann noch viele unterschiedliche Sorten. Frühe, schnell wachsende Sorten kann man viel eher ernten als späte Sorten. Eine späte Lagermöhre braucht zum Beispiel 7 bis 8 Monate zum Reifen, eine sehr frühe Möhrensorte kann man bereits nach 8 Wochen knabbern.

## OPTIMALE VERSORGUNG

Superschnell wächst unser Gemüse nur mit Fünf-Sterne-Versorgung. Die Wurzeln lieben dun-

kelbraune bis schwarze Erde – schön locker, krümelig und immer ausreichend feucht soll sie sein. Auch die Bodentemperatur ist ein entscheidender Wohlfühlfaktor. Bei 6°C wachsen Gemüsewurzeln im Zeitlupentempo, bei 12°C fühlen sich viele schon wohler, bei 20°C geht die Post ab. Durch eine Vliesauflage oder ein Frühbeet können Sie die Bo-



Baby Beets sind bereits nach 8 bis 10 Wochen erntereif und schmecken himmlisch.



1. Mit gut durchwurzeltem Ballen wächst der Salat schnell an.
2. Wie in Form und Farbe, unterscheiden sich Sorten auch in ihrer Entwicklungsgeschwindigkeit.

dentemperatur im Frühling erhöhen und die Ernte damit um bis zu 2 Wochen verfrühen. Natürlich müssen immer genügend Nährstoffe serviert werden. Normalerweise wuselt das dienstefrige Bodenleben um die Wurzeln herum und übernimmt diese Aufgabe. Aber gerade im Frühling, wenn unsere Ungeduld am größten und der Boden noch kalt ist, erwacht das Bodenleben erst langsam aus dem Winterschlaf und ist noch viel zu träge, um genug nährstoffreichen Kot für die hungrigen Wurzeln zu produzieren. Wenn wir jetzt schnelles Wachstum wollen, müssen wir schnell wirkende Flüssigdünger einsetzen. Vinasse beispielsweise stammt aus der Zuckerproduktion und eignet sich auch für Bio-Gemüse.

## RICHTIGE JAHRESZEIT

Licht ist der Energielieferant fürs Wachstum. Im Winterhalbjahr gibt es nicht viel davon, die Tage sind kurz, die Sonne steht niedrig, so dass alles langsam wächst, auch unser Gemüse. Deshalb rechnet man im Frühling und Herbst mit einer längeren Kulturdauer als im Sommer. Ein Tag im Juli bringt

so viel Wachstum wie eine ganze Woche im September. Manche Arten bauen wir trotzdem nur im Frühling oder Herbst an, denn wir möchten besonders zarte Blätter naschen. Im Sommer denken solche Pflanzen nur ans Blühen. Sobald sie blühen, sind sie nicht mehr besonders lecker, oft werden sie scharf oder bitter.

## ZART UND KLEIN ERNTEN

Viele Gemüsearten kann man dichter aussäen als gewöhnlich, zum Beispiel Microgreens, Baby-Leafs oder Baby-Beets. Man erntet sie früh und klein, denn dann sind Blätter und Knollen noch besonders zart und lecker. Das kommt ungeduldigen Genießern sehr entgegen. Bei Gemüse wie Zucchini, Gurke oder Tomate sollten Sie jedoch die angegebenen Pflanzabstände einhalten, damit die Pflanzen genug Licht bekommen und gesund bleiben. Etwas Geduld ist hier nötig, wird sich aber später reichlich bezahlt machen, wenn Sie die jungen, zarten Früchte ernten. Nur Tomaten sollten Sie geduldig ausreifen lassen, damit himmlisch weiche Paradeiser daraus werden.

# Fruchtbarer Boden

---

Gemüsewurzeln mögen es dunkel und feucht. Besonders beliebt sind Hohlräume mit frischer Atemluft, vor allen Dingen Regenwürmröhren, die mit nährstoffreichem Kot tapeziert sind.

**E**in optimaler Gemüseboden ist dunkel, krümelig und riecht angenehm nach Erde. Bei Starkregen bleiben seine Krümel stabil. Wenn man auf dem Boden läuft, fühlt es sich an, als wenn er etwas federt, denn er hat viele luftgefüllte, stabile Hohlräume, wie ein Schwamm. Wasser hält er lange, es sickert nicht gleich nach unten durch. Überflüssiges Wasser versickert aber schnell, so dass keine Pfützen stehen bleiben, auch unten im Boden bildet sich kein Stauwasser. Im Idealfall ist der Boden so locker, dass man ihn mit der Hand bearbeiten kann. Die obere dunkle Schicht des Bodens ist mindestens 20 cm dick, besser 60 cm.

## HUMUS

Je dunkler und krümeliger ein Boden ist, desto mehr Humus enthält er und desto fruchtbarer ist er. Humus ist genial, denn er weist viele Nährstoffe auf, er hält gut Wasser und er macht den Boden locker, luftig und krümelig, genau wie unser Gemüse es mag. Ein Blatt oder eine tote Maus sind noch kein Humus, aber wenn das Bodenleben sie zerkaut und zersetzt, wird allmählich Humus daraus. Immer kleiner werden die Blatt- und Mäuseteilchen, bis sie

erdig duften und so klitzeklein sind, dass die Pflanzenwurzeln sie wieder aufnehmen können. So entstehen neue Blätter und Mäusefutter, der Kreislauf schließt sich. Wenn wir dem Kreislauf Gemüse entnehmen, sollten wir darauf achten, dass wir immer genug Rasenmulch, Kompost oder Mist nachdüngen, damit der Humusgehalt des Bodens erhalten bleibt. Böden, die wenig Humus enthalten, eignen sich nämlich nicht für Gemüse.

## BODENLEBEN

Je lebendiger unser Boden ist, desto fruchtbarer ist er. Nicht nur die Regenwürmer halten unseren Boden locker und produzieren besten Dünger. Auch unzählige andere kleine Helfer wuseln im Boden herum. Je vielfältiger das Gewimmel ist, desto schwerer haben es schädliche Bodenpilze oder Bakterien, denn im Nu werden sie im Gewühl einfach mit aufgefressen. Füttern wir unser Bodenleben also regelmäßig mit Mulch, Pflanzenresten, Kompost und anderen Leckerbissen! Wenn wir den Boden zusätzlich schattig und feucht halten und die Temperaturen zwischen 10–25°C liegen, wird unser Gemüse optimal wachsen.