

Tipps zur Kultur von Küchenkräutern

Als Vorfahren unserer heutigen Küchenkräuter haben Wildkräuter den Menschen in seiner ganzen Entwicklungsgeschichte begleitet als Nahrungsmittel, Grundstoff für Getränke, Heilmittel und anderes mehr.

Auf Grund ihrer für die menschliche Gesundheit sehr wertvollen Inhaltsstoffe sind sie es wert, dass jeder Hobbygärtner sich auch mit diesem Thema beschäftigt und sein Sortiment Küchenkräuter im Anbau erweitert und bisher nicht verwendete Kräuter ausprobiert.

Wirkung ausgewählter Inhaltsstoffe von Küchenkräutern

Wirkstoff	Wirkung
Alkaloide	Grundstoff vieler Medikamente
Ätherische Öle	spezifischer Duft
Bitterstoffe	Appetit u. Verdauung fördernd
Gerbstoffe	entgiftend
Glykoside	Bestandteil in Herz- Kreislaufmitteln
Organ. Säuren	spezifisches Aroma u. Würze
Saponine	schleimlösend, harntreibend
Schleimstoffe	schützen Schleimhäute in Mund, Rachen, Magen, Darm
Vitamine und Mineralstoffe	jede Substanz hat spezifische Wirkung auf eine oder mehrere Körperfunktionen

Kultur von Küchenkräutern

Boden

Küchenkräuter sind allgemein genügsam und anpassungsfähig. Deshalb lassen sie sich auch meist problemlos fast überall in jedem Garten kultivieren. Nur bedingt geeignet sind sehr leichte Sandböden, und schwere Lehm- und Tonböden sind ungeeignet.

Standort

Entsprechend ihrer mediterranen Herkunft benötigen die meisten Kräuter volle Sonne.

Als etwas Halbschatten- verträglich werden genannt:

Beifuß	Kerbel	Sauerampfer
Borretsch	Liebstockel	Schnittlauch
Brunnenkresse	Petersilie	Wermut
Estragon	Pfefferminze	
Gartenkresse	Pimpinelle	

Man soll die Küchenkräuter feucht halten, aber nicht „verwässern“.

Bei Freilandaussaat ist Schutz vor starkem Regen empfehlenswert bis etwa 10 Tage nach Aufgang. Das gilt besonders für alle Lichtkeimer, die höchstens nur sehr dünn mit Erde bedeckt werden. Die Angabe zu „Lichtkeimer“ oder „Dunkelkeimer“ steht meist mit auf der Samentüte.

Düngung knapp halten. Starke Düngung mindert Aroma und dadurch die Würzkraft.

Auf geregelte Fruchtfolge achten. Mindestens drei Jahre Anbaupause einhalten!

Pflege

Boden immer locker halten.

Mehrfährige Bestände rechtzeitig auflockern, evtl. teilen und umpflanzen.

Abgestorbene Teile im Frühjahr ausschneiden. Sperrig wachsende Triebe können ganzjährig geschnitten werden.

Überwinternde Küchenkräuter mit leichtem Wall aus Laub um die Pflanzen herum und leichter Reisigdecke darüber schützen.

Pflanzenschutz

Bei zweckmäßiger Standortwahl und Zusammenstellung von Kräuterarten sind besondere Maßnahmen kaum erforderlich.

Erste Maßnahmen sind stets mechanisch (bei Rost und Mehltau Rückschnitt, bei Schnecken und Wühlmäusen entsprechende Fallen).

Nützlinge schonende Spritzungen dürften allerdings hinsichtlich des Erfolges sehr fraglich sein und sollten ohnehin nur als allerletztes Mittel der Wahl vorgenommen werden. Ich persönlich würde es nicht tun!

Sortiment

Das handelsübliche Sortiment umfasst einjährige, zweijährige und mehrjährige Kräuter. Von vielen gibt es sogar mehrere Sorten, die in Aussehen und Geschmack sehr verschieden sein können, wie z. B. Basilikum.

Je nach persönlichem Geschmack stellt sich jeder Hobbygärtner sein Sortiment selbst zusammen. Es stellt sich schon nach kurzer Zeit heraus, mit welchen Kräutern man im Anbau selbst gut zurechtkommt oder bei welchen man besser von weiteren Versuchen zum Anbau Abstand nimmt und diese als Jungpflanze, evtl. in Topfkultur, kauft. Bei mir persönlich trifft dies z. B. auf Basilikum zu. Als die am meisten verwendeten Arten werden in der Literatur genannt:

Einjährig

Basilikum, Bohnenkraut, Borretsch, Dill, Gartenkresse, Kerbel, Koriander, Majoran, Portulak, Zimmer- Estragon.

Zweijährig

Gewürzfenchel, Petersilie.

Mehrfährig

Bärlauch, Beifuß, Bergbohnenkraut, Brunnenkresse, Estragon, Lavendel, Liebstöckel (Maggikraut), Oregano (Dost), Pfefferminze, Pimpinelle, Rosmarin, Salbei, Sauerampfer, Schnittknoblauch, Schnittlauch, Thymian, Wermut, Ysop, Zitronenmelisse.

Einordnung in die Gartengestaltung

Die Gestaltungsmöglichkeiten sind fast unbegrenzt:

Kräuterecke besonders für mehrjährige geeignet.

Kräuterbeet ermöglicht geregelte Fruchtfolgen mit verschiedenen Kräutern.

Einordnung in Gemüsefruchtfolge besonders geeignet für einjährige in Reihenkultur wie z. B. Borretsch, Dill, Gartenkresse, aber auch Löwenzahn und Sauerampfer.

Zwischenpflanzung auf Blumenrabatten oder im Steingarten möglich mit mehrjährigen, wie z. B. Bergbohnenkraut, Rosmarin, Thymian.

Beeteinfassung lässt sich gestalten mit niedrig wachsenden, wie z. B. Kerbel, Petersilie, Schnittlauch.

Hochbeet erleichtert Bestellung, Pflege und Ernte. Es eignet sich daher besonders für in ihrer körperlichen Beweglichkeit eingeschränkte Menschen.

Kräuterspirale mit verschiedenen Arten bepflanzt wirkt sehr dekorativ.

Kübel, Fensterbank, Balkon gelten als praktische Alternative bei relativ geringem Bedarf an frischen Kräutern, während des Winters und natürlich besonders dann, wenn man keinen Garten hat.

Dr. Manfred Willkommen, Frankfurt (Oder) 03/09