

Klaus Lang  
Mesnergässle 22  
D-88364 Wolfegg  
[Lang.wolfegg@freenet.de](mailto:Lang.wolfegg@freenet.de)



Ökologischer Landbau EG-Kontrollnummer: DE-ÖKO-005

Bankverbindung:  
Kreissparkasse Ravensburg  
BLZ: 65050110  
Konto: 0111629136  
SWIFT-BIC : SOLADES1RVB  
IBAN: DE97 6505 0110 0111 6291 36

Preise: Saatgut je Portion 3,00 Euro  
Pflanzen, Knollen je Portion  
4,00 Euro  
zuzgl. Porto und Versand

## Samenliste 2017

Es wird Saatgut von Kräutern und Nutzpflanzen aus biologischem Anbau angeboten, das hier in Wolfegg (ca. 650m ü NN) angebaut wird und somit dem Klima optimal angepasst ist (einige Spezialitäten werden im Gewächshaus gezogen.). Viele Sorten sind sehr alt und einige Sorten sind vom Aussterben bedroht obwohl sie ertragreich, leicht anzubauen und sehr schmackhaft sind. Ich bin Mitglied des VEN (Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt) sowie von Arche Noah (Österreich).

**B = Bienenweide, D = Duftpflanze, F = Färbepflanze, G = Gewürzpflanze, H = Heilpflanze, T = Teepflanze**  
**a = ausdauernd, e = einjährig, z = zweijährig, w = winterhart, Pfl. = kein Saatgut, sondern Pflanzen**  
**V2 = Vorziehen im Februar, A3-4 = Direktsaat im März-April, E6-7 = Ernte Juni-Juli**

Heilpflanzen dürfen ohne weiterreichende Kenntnisse nicht zur Selbstmedikation verwendet werden!

### Amaranth

Fuchsschwanz, hängender: (Amaranthus caudatus), A3-6, E8-9, e, roter hängender Blütenstand. Sehr dekorativ. Für den Bauerngarten sowie für frische und getrocknete Blumensträuße.

Golden Cereal: (Amaranthus hypochondriacus) A5, E8-9, e, dekorativer Getreideamaranth, aufrecht, Samen weiß, werden gepoppt, gemahlen in Brot, Suppe, Brei, Tortillas gegessen.

Hopi red dye: (Amaranthus tricolor) A5, E8-9, e, weinrote Pflanze. Die Blätter und Blütenstände wurden von den Hopi-Indianern zum Färben von Maisbrot genutzt. Höhe ca. 1,2m.

Mayo Indian: (Amaranthus hypochondriacus) A5, E8-9, e, Blätter und Stiele sind kräftig dunkelrot. Korn schwarz. Ursprünglich aus den USA.

Roter Dom: (Amaranthus hypoch. convar. erythrostachys) A5, E8-9, e, rot-violette Blätter und Blüten, sehr dekorativ. Körner schwarz. 1,2m hoch. Sehr ertragreich.

San Martin: (Amaranthus cruentus L. A5, E8-9, e, Blütenstände und Samen weiß, Blätter grün. Kräftiger Wuchs. Höhe 60-70cm.

### Asia-Gemüse

Grün im Schnee: (Brassica juncea, var. japonica), A3-4,8-9, E9-5, e. Ist ein japanischer Senfkohl und bis -8°C frosthart. Als Blatt- und Wurzelgemüse mit senfartigem, aromatischem Geschmack. Junge Blätter als Salatwürze. . Ursprüngliche Verwendung in China: Grün in Salzlake eingelegt als Beigabe zu Fisch oder Fleisch. Blattstiele schmecken roh hervorragend.

Michihili: Schwerer, hoher Chinakohl mit hellgrünen Blättern.

Mizuna: V2-3, A4-8, (Brassica rapa, ssp. Japonica )Rasch wachsendes Salatkraut mit hohem Ertrag. Kann mehrfach geschnitten werden. Frosthart bis -10°C. Enthält viel Vitamin A und C sowie Folsäure. Ernte beginnt bereits nach 5-6 Wochen.

Rouge metis: V2-3, A4-8, (Brassica juncea) Blattsenf mit roten, gezackten Blättern und grünem Stiel. Rasch wachsend. Verwendung als Salatkraut. Kann mehrfach geschnitten werden. Frosthart bis -10°C. Enthält viele Vitamine. Ernte beginnt bereits nach 5-6 Wochen.

Speisechrysantheme: (Chrysanthemum coronarium) A4, E7-9, e, G. Würzpflanze und Schnittblume. Blüte gelb/weiß. Blätter als Salatwürze oder ins Gemüse.

### Aubergine (Solanum melogena)

Dnipopetrovsk: V2-4, E8-10, e, bis 1,3m hohe Pflanze mit länglichen violetten Früchten mit grünen Streifen (<20cm), wärmebedürftig, spätreifend.

Obsidian: V2-4, E8-10, e. Ursprünglich aus dem Norden Chinas. Runde, dunkelviolette, glänzende Früchte. Ein Schmuckstück im Garten das mit unserem Klima besser zurecht kommt als andere Auberginensorten. Höhe bis 80cm.

Rosa bianca: V2-4, E8-10, e, alte italienische Sorte mit weißen rosa überzogenen kugeligen Früchten von ca. 12cm Länge.

White sword: V2-4, E8-10, e, weiße, schmale ca. 15cm lange gebogen Früchte die bei Vollreife goldgelb werden.

### BOHNEN

Bohnen gehören zu den Stickstoffsammlern und haben keine besonderen Ansprüche an den Boden. Sonnige Lage mit lockerem Boden ohne Staunässe. Bei Aussaat sollte der Boden allerdings bereits angewärmt sein, sonst keimen die Bohnen schlecht. Rohe Bohnen sind giftig

Buschbohnen (Phaseolus vulgaris var. nanus) Gute Nachbarn: Erdbeeren, Tomaten, Gurken, Kohl, Kohlrabi, Salat, Sellerie, Rote Bete. Mischkultur mit Bohnenkraut schützt vor Läusen. Schlechte Nachbarn: Erbsen, Fenchel, Knoblauch, Lauch, Zwiebeln.

Adour: A5-7, Filetbohne mit ganz dünnen, zarten Hülsen und kleinen weißen Samen. Auch zum Einlegen geeignet. Sehr ertragreicher Massenträger. Widerstandsfähig gegen Bohnenkrankheiten.

**Appalosa:** A5-6, E 7-10, längliches Korn. Halbweiß, halbbraune Flecken. (Wie die Appalosa Ponys).  
**Bodenkichele:** A5-6, E 7-10 Korn braun (schokoladenfarbig). Ertragreich und schmackhaft. Blüte weiß/gelb.  
**Cukor bab:** A5-6, E 7-10, heißt übersetzt Zuckerbohne, bis 50cm hoch, fleischige Hülsen 14cm lang, grün. Samen klein, beige-braun gesprenkelt.  
**Einlochbohne gelbe:** A5-6, E 7-10, Hülsen gelb, jung fadenlos. Korn schwarz. Pflanzabstand 30x30cm! Hoher Ertrag.  
**Einlochbohne grüne:** A5-6, E 7-10, Hülsen grün, jung fadenlos. Korn hellbraun. Pflanzabstand 30x30cm! Hoher Ertrag.  
**Eisbohne:** A5-6, E 6-10, e, Hülsen grün. Korn braun. Ist nicht so kälteempfindlich und für eine frühe Aussaat im März/April im Mistbeet geeignet  
**Eisbohne:** A4-6, E 7-10, e, Buschbohne für die frühe Aussaat ins Frühbeet unter Folie. Sehr ertragreich.  
**Sulpur:** A5-6, E 7-10 leuchtend olivgrünes/gelbes Korn. Trockenbohne. Eine alte Sorte für den Feldanbau.

#### **Feuerbohnen** (Phaseolus coccineus)

Feuerbohnen sind robuster und nicht so nässe- und kälteempfindlich, daher auch für rauhe Gegenden gut geeignet. Samen und Blüten sind größer und auch sehr gut zum Trocknen geeignet. Es wird eine Rankhilfe benötigt. Höhe 2-3m.

**Arabische Schneekönigin:** A5, E7, e, großes, weißes Korn und weiße Blüte. Hülsen mittellang. Ertragreich.

**Beige Bohne:** A5, E7, e, großes, beigefarbenes Korn mit braunen Sprengeln, Blüte rot, Schoten grün, hoher Ertrag.

**Blaue Wolfegger Bohne:** A5, E7-10, e, großes dunkelblaues Korn. Schoten grün, Blüte rot, hoher Ertrag.

**Braune Wolfegger:** A5, E7, e, großes, schokobraunes Korn, Blüte rot, Schoten grün, hoher Ertrag.

**Ravensburger:** A5, E7-10, e, mittelgroßes, lilagesprenkeltes Korn, Schoten grün. Blüte rot, hoher Ertrag.

**Scarlet Emperor:** A5, E7-10, e, großes, purpurviolett Korn. Rote Blüten. Alte Indianersorte. Auch für kühles Klima.

**Schwabenbohne:** A5, E7-10, e, großes, rosa gesprenkeltes Korn, Blüte rot, Schoten grün, hoher Ertrag.

**Streamline:** A5, E7-10, e, großes, purpurviolett Korn. Blüte rot. Hoher Ertrag.

**Von Oma:** A5, E7-10, e, großes, weißes Korn und auch weiße Blüten. Über 25 Jahre in Schwaben angebaut, davor in Bayern. Hoher Ertrag.

**Weißer Riesen:** A5, E7-10, e, sehr großes, weißes Korn. Sehr ertragreich.

#### **Puffbohnen** (Vicia faba) Gute Nachbarn: Pflücksalat, Kohlrabi.

Puffbohne ist eine alte europäische Kulturpflanze und werden auch Dicke Bohnen oder Saubohnen genannt. Sie reifen früher als Phaseolus-Bohnen und werden frisch (Schote) oder getrocknet (Korn) für Suppen, Eintöpfe oder Bohnensalate verwendet. Auch als Gründüngungs- oder Futterpflanze. Sie benötigen keine Rankhilfe und sollten früher gesät werden, damit sind sie nicht so anfällig für Blattläuse und die Kälte schadet nicht.

**Ackerbohne:** A3-4, E7-9, e, Alte Landsorte. Korn beige/braun.

**Ackerbohne Bad Salz:** A3-4, E7-9, e, Landsorte vom Mittelrhein. Korn dunkelbraun.

**Aprevecho select:** A3-4, E7-9, e, sehr großes cremefarbenes Korn.

**Götteryd:** A3-4, E7-9, e, großes, weinrotes Korn. Sehr ertragreich.

**Großbohne vom Lötschtal:** A3-4, E7-9, e, Korn dunkelviolett. Bis 1m hoch und winterhart (Herbstaussaat möglich).

**Stangenbohnen** (Phaseolus vulgaris var. vulgaris) Gute Nachbarn: Tomaten, Gurken, Zucchini, Endivien, Kapuzinerkresse, Tagetes, Kohl, Kohlrabi und Kopfsalat. Schlechte Nachbarn: Lauch, Knoblauch, Erbsen, Fenchel und Zwiebeln. Stangenbohnen werden 2-3m hoch und benötigen eine Rankhilfe. Sonniger, warmer Standort bevorzugt.

**Afrikanische rote:** A5-6, E 7-10, e, kleine, rote Bohnen krankheits- und trockenresistent. Hülse grün. Kann auch im Maisfeld angebaut werden.

**Anellino Giallo\*:** A5-6, E 7-10, e, anspruchslos, gedeiht auch bei Dürre. Blüte weiß. Feingeringelte, gelbe Hülsen dunkelroter Zeichnung. Samen schwarz gesprenkelt.

**Birds Egg Horticultural:** A5-6, E 7-10, e, Hülse gelblich, leicht gebogen, Tor violett geflammt. Schote 12cm lang und 1,5cm breit, fadenlos. Korn fleischfarben, violett gefleckt. Blüte weiß.

**Blauhilde:** A5-6, E 7-10, e, blaulila Schoten werden beim Kochen grün. Fadenlos. Korn hellbraun

**Bosnische schwarz/weiße:** A5-6, E 7-10, e, Korn halb weiß/halb schwarz, groß und rundlich. Fisolen grün. 10 cm lang, 1,5cm breit und fleischig.

**Chevrier vert:** A5-6, E 7-10, e, Kletterbohne mit zarten Hülsen. Geschmacksvolle, zarte, grünweiße Kerne auch als Trockenbohne.

Eine alte traditionelle französische Sorte vor 1880.

**Cocos de Bohème:** A5-6, E 7-10, e, wunderhübsch gezeichnete Bohne, 1/3 weiß und 2/3 beige mit weinroten Sprengeln. Nabel weiß. Korn rundoval. Blüte violett. Hülse grün mit violetter Maserung.

**Columbus:** A5-6, E 7-10, e, Korn halb weinrot, halb weiß. Hülse grün. Anspruchslos, trockenresistent. Reife ab Ende August. Hoher Ertrag. Stammt aus Kuba.

**Cranberry:** A5-6, E 7-10, e, Korn fliederfarben mit dunklen Streifen, rundlich dick. Eine sehr schöne Bohne.

**Dasinger Blaue:** A5-6, E 7-10, e, blaue, fadenlose Hülsen nach dem Kochen grün. Sehr hoher Ertrag. Korn klein hellbeige.

Lila Blüte, blüht bis zum 1. Frost.

**Echte Kipfler:** A5-6, E 7-10, e, kipfelartig gebogene fadenlose Hülsen mit dunkelblauer Zeichnung. Korn beige, weinrot gemasert.

Weststeirische Regionalsorte, die halbreif gegessen wird.

**Euratsfelder:** A5-6, E 7-10, e, lange, grüne Hülsen mit weißem, flachem Korn, reichtragend und robust.

**Forellenbohne:** A5-6, E 8-10, e, späte, sehr ertragreiche Sorte. Flachrunde, grüne Fisolen. Kern lila. Sehr gut für Speckbohnen geeignet.

**Frühe lange:** A5-6, E 7-10, e, lange grüne, fadenlose Hülsen, die bei Vollreife gelb werden. Korn weiß. Frühreifend.

**Gelbe Butterbohne:** A5-6, E 7-10, e, gelbe, breite Hülsen, braun/weißes Korn. Höhe ca. 2m.

**Gelbe Reiserbohne:** A5-6, E 7-10, e, Korn schwefelgelb, rundlich abgestumpft. Mittellange, grüne Hülsen. Bleibt relativ niedrig.

**Inca:** A5-6, E 7-10, e, Korn weiß und bordeauxrot, ca. 1cm lang. Wird seit 1988 im Oberschwäbischen vermehrt und stammt ursprünglich von einem Markt in Mallorca.

**Meerbarbe, blau:** A5-6, E 7-10, e, Kleines dunkelblaues Korn, schillernd wie Fischschuppen.

**Monstranzbohne:** A5-6, E 7-10, e, Korn weiß/beige und relativ groß. Der Name kommt von der dunkelbraunen Nabelzeichnung.

Die Bohne wird seit langer Zeit im Schwäbischen angebaut.

**Perlbohne:** A5-6, E 7-10, e, traditionelle norddeutsche Sorte (Spezialität). Hülsen grün und rund. Korn weiß und rund. Frühreifend, reichtragend.

**Schöne von Richigen:** A5-6, E7-10, e. Die Bohne ist im Emmental heimisch. Als grüne Bohne zart und doch voll im Geschmack.

Auch als Trockenbohne verwendbar. Korn schwarz glänzend.

**Schwabenland:** A5-6, E7-10, e. Lange Hülsen mit weißem, flachem Korn Sehr reichtragend und robust.

**Streifenbohne:** A5-6, E 7-10, e, Korn beige bis rosa mit roten Streifen. Hübsch, robust und sehr ertragreich.

#### **Mondbohnen**

**Gesztenye bab:** (Phaseolus lunatus) A5, e, eine Mondbohne mit großem flachem Korn das weiß/rot marmoriert ist. Der Geschmack erinnert an Kastanien. Höhe bis 2,5m. Wärmebedürftig.

**Markt von Venedig:** (Phaseolus lunatus) A5, e, eine Mondbohne mit großem flachem Korn, das weiß/lila marmoriert ist. Vielleicht meine schönste Bohne. Höhe bis 2,5m. Wärmebedürftig.

#### **ERBSEN** (Pisum sativum)

Gute Nachbarn: Dill, Möhren, Gurken, Kopfsalat, Kohl und Fenchel, Radieschen, Zucchini. Schlechte Nachbarn: Bohnen, Kartoffeln, Knoblauch, Lauch, Zwiebeln. Kalkhaltiger Boden. Erbsen brauchen eine Rankhilfe, z.B. Maschendraht.

**Futtererbsen** (convar. arvense), auch als Viehfutter, oder gemahlen als Brotmehl.  
**Peluschke:** A4, E7, e, sehr alter Erbsentyp mit lila gesprenkeltem Korn.

**Markerbsen** (convar. medullare), zum Frischverzehr, mehr Zucker- und weniger Stärkegehalt. Korn nicht glatt rund.  
Werden beim Kochen nicht weich.

**Blauschwoker:** A3-5, E6-8, e, Kapuzinererbse mit lila Hülse, Korn grün/braun, friesische Spezialität.

**Graue buntblühende:** A4-5, E6-8, e, mittelfrühe, sehr ertragreiche Sorte, rotblühend, Korn braun. Höhe ca. 60cm.

**Little Marvel:** A3-4, E6-8, e, Höhe nur 40cm. Mittelgroßes, kantiges dunkelgrünes Korn. Frühreifend.

**Salzmünder Edelperle:** A4-5, E7-8, e, Korn grün, mittelgroß

**Simä:** A10, E5-6, e, winterharte Erbse für Herbstaussaat, Korn grün.

**Palerbsen** Schalerbsen, (convar. sativum), große, glatte, runde Körner werden beim Kochen weich.

**Ringeriksärt:** A4-5, E7-8, e. Alte schwedische Sorte von 1823 mit kleinem, rundem, dunkelgrünem Korn. Massenträger.

**Strubes frühe Viktoria:** A4-5, E7-8, e. Hohe, sehr alte Sorte mit gelbem, rundem Korn. Ertragreich und gesund.

**Überreich:** A3-5, E7-8, e. reichtragende Sorte mit grünem Korn und langen Hülsen. Höhe ca. 80cm.

**Platterbsen** (*Lathyrus sativus* u. a.) Wurden früher in Süd- und Osteuropa kultiviert. Blätter und Hülsen als feines Gemüse, Samen gekocht, geröstet und püriert. Gelten als nicht blähend. Korn groß und fast quadratisch.

**Alte Bad Fischau:** A4-6, E79, e, blühte weißblau, sehr gute Speisequalität. Wächst auch auf sehr schlechten Böden und bei Trockenheit.

**Zuckererbsen** (convar. axiphium), junge Hülsen als Gemüse.

**Blue pod:** A3-5, E6-8, e, Riesenzuckererbse mit violetten Schoten. Wird bis 3m hoch. Reife ab August.

**Gelbe, golden sweet:** A3-5, E6-8, e, gelbe Hülsen, Korn hellgrün bis gelbbraun mit lila Sprekeln.

**Posthörnchen:** A4, E6-7, Blüte violett/pink. Korn gelblich mit brauner Marmorierung. Hülse sichelförmig gebogen. Höhe ca. 1,2m.

**Rheinische Zucker:** A4-5, E6-8, e, Korn grün. Frühreifende, niedrige Sorte. Sehr guter Geschmack.

**Schweizer Riesen:** A3-5, E6-8, e, eine alte Landsorte. Blüte violett. Dorn groß hellbraun/grün mit lila Sprekeln. Schoten sehr groß und breit, leicht gebogen.

**Weggiser:** A3-5, E6-8, e, violette Blüten, alte Landsorte aus der Schweiz, sehr ertragreich und robust. Höhe ca. 1 m.

### **Färberpflanzen**

**Färberamaranth Hopi red dye:** (*Amaranthus gangeticus*) siehe Amaranth.

**Färberkamille:** (*Anthemis tinctoria*), V4, E6-9, a, w, F, B, ca. 50 cm hoch, leuchtend gelbe Margeriten ähnliche Blüten von Juli-Oktober, werden zum Gelbfärben verwendet. Als Trockenpflanze auch gut geeignet.

**Färbermädchenauge** (*Coropis tinctoria*) A4, e, Massenblüher mit leuchtend gelben Blüten, die in der Mitte braunrot sind. Sonniger, trockener Standort auf magerem bis normalem Gartenboden. Lichtkeimer. Zum Färben verwendet man die Blüten (Wie Reseda).

**Färbertagetes:** (*Tagetes erecta*), V3-5, E7-9, e. Kräftige Pflanze mit vielen, großen leuchtend gelborangen Blüten. Wird von Schnecken gemieden. Stoff und Eier mit den Blüten orange-braun färben. Die Blütenpetalen werden getrocknet und pulverisiert, auch als natürliche Lebensmittelfarbe für Gebäck verwendet.

**Färberwaid:** (*Isatis tinctoria*), A5, E4-6, z, w, F, H, bis 1,2m hoch, fermentierte Blätter werden zum Blaufärben verwendet. Sonniger, trockener Standort. Im Ersten Jahr bildet sich nur Blattrosette. Es sind 2-3 Ernten pro Jahr möglich. Blüten gelb.

Samenstände schwarz. Liebt stickstoffreichen, kalkigen, lockeren Boden. Virostatische Heilwirkung.

**Färberwau:** (*Reseda luteola*) A6-7, E6-9, z, w. Imposante Bienenpflanze mit hohen, gelben Blütenkerzen. Zum Gelbfärben von Seide. Nährstoffreicher, kalkhaltiger Boden.

**Getreide:** Ca. 7000-8000 v. Chr. wurde Wildgras kultiviert. Es entstand das Einkorn (*Triticum monococcum*). Die Getreideähre besteht im allg. aus nur einem Korn. Etwa gleichzeitig entstand die Kreuzung von Einkorn mit Wildgräsern und es entstand der Emmer (*Triticum dicocum*). Die Ähren von Emmer enthalten in der Regel 2 Körner. Aus einer Kreuzung von Emmer mit Ziegenweizen (*Aegilops tauschii*) entstand der Saatweizen (*Triticum aestivum* ssp. *vulgare*) und aus einer anderen der Dinkel (*Triticum aestivum* ssp. *spelta*). Der milchreif geschnittene, gedörrte und geschälte Korn ergibt Grünkern. Der Anbau von Dinkel ist seit über 1000 Jahren im schwäbischen verbürgt.

Roggen (*Secale cereale*) stammt aus Afghanistan und wird seit der Eisenzeit in Mitteleuropa angebaut. Er ist genügsamer und anpassungsfähiger als Weizen. Inzwischen gelang die Kreuzung zwischen Weizen und Roggen (*Triticale*). Das Mehl besitzt sehr gute Eigenschaften.

Hafer (*Avena sativa*) kommt vermutlich aus Nordafrika und hat sehr geringe Bodenansprüche. Hafermehl hat einen geringeren Klebergehalt und kann deshalb nicht verbacken werden. Zubereitung als Haferflocken oder Grütze.

Gerste (*Hordeum vulgare*) stammt wohl aus dem vorderasiatischen Raum und wurde als allererstes in Kultur genommen. Man unterscheidet zwei- und mehrzeilige Gerste. Braugerste ist die zweizeilige Sommergerste mit geringem Eiweißgehalt. Sie liefert das Malz für die Bierbrauerei. Die Sechszehlige Gerste mit hohem Eiweißgehalt wird als Brotgetreide und Viehfutter verwendet.

**Dinkel, Urdinkel:** (*Triticum spelta*) A8-10, E6-7, z, w, Höhe 1,6m. Kolbenspelz mit sehr dinkeltypischem Korn, hoher Strohertrag und gute Standfestigkeit. Hoher Ertrag und sehr gute Backfähigkeit. Angeblich gefunden bei Ausgrabungen in Deutschland.

**Einkorn, Kolm:** (*Triticum monococcum*) A10, E7, z, w, 1,2m hoch. Typ Winterung. Gut bestockend und sehr robust. Kaum pilzanfällig.

**Emmer blauer:** (*Triticum dicoccon*) A10-12, E7-8, z, w. Selbstbefruchter. Die Ähren werden bei der Reifung blauviolett. Relativ dünn aussäen.

**Emmer schwarzer:** (*Triticum dicoccon*) A10-12, E7-8, z, w. Selbstbefruchter. Mäßige Bestockung, mittellange Granne, dickes Korn, hoher Ertrag, gute Winterhärte. Steht in der Reihe der Weizenverwandten zwischen Einkorn und Saatweizen.

**Gerste, Äthiopische schwarze:** A3-4, E7-8. Wunderschöne Gerste mit schwarzen Grannen und schwarzem Spelz. Sehr trockenheitsverträglich und frühreifend.

**Kapuzinergerste:** A3-4, E7-8. (*Hordeum vulg.* convar. *nasforium*) Löffelartige Spelze, granenlos, 6-zeilig. Sehr hübsch, standfest und ertragreich. Anspruchslos. Für Sommeranbau.

**Pfauengerste:** A3-4, E7-8. (*Hordeum vulg.* convar. *vulg.* var. *nigrum*) Mehrzeilige schwarze Gerste (Sommerung).

**Hafer, Savitaipale:** (*Avena sativa*), A3-4, E9, e, 1,4m hoch. Eine alte finnische Sorte mit schwarzem Korn.

**Hafer, Schwarze Schwede:** (*Avena sativa*), A3-4, E9, e, 1,6m hoch. Typ Sommerung. Großes, glänzend schwarzes Korn, ungleichmäßig abreifend, aber ertragreich. Wird wahrscheinlich seit 1700 angebaut.

**Roggen, Eiskorn:** (*Secale cereale*) A9-10, E3-4, e, w. Besonders winterharte Landsorte. Höhe 1,7m. Aus den Fischbacher Alpen, wo sie auf 1200m Seehöhe angebaut wird. Gute Speisequalität. Anbau im März schützt vor Kreuzung mit Winterroggen.

**Roggen, Waldstaudenkorn:** (*Secale multicaule*) A9-10, E3-4, e, w. Altes Brotgetreide. Auch für ärmere Böden. Gute Unkrautunterdrückung. Höhe 2m

**SDL Dickkopf Sandweizen:** (Weizen x Dinkel) A9-10, E3-4, e, w. Überdurchschnittliche Backeigenschaften und guter Ertrag. Locker säen, auch im Wurf von Hand. Sehr standfest.

**Weizen Alter deutscher Dickkopf:** (*Triticum aestivum*) A10, E7, z, w, 1,5m hoch. Typ Winterung. Vital und intensive Blattfärbung. Kurze, kompakte und breite Ähren.

**Zwergweizen, Binkel:** (*Triticum aestivum* var. *compactum*) A9, E7, z, w. Zwergweizen ist über 5000 Jahre alt, wie prähistorische Ausgrabungen zeigen. Kompakte, füllige Ähre und kurzer Halm. Freidreschend, d. h. das Korn ist nicht bespelzt.

**Gurken:** (Cucumis sativus) Gurken wollen einen sonnigen und windgeschützten Standort mit einem gut mit Kompost versorgten Boden. Vorziehen im April und Direktsaat Mitte Mai bis Juni verlängert die Ernte. Erde feucht halten und mit möglichst warmem Wasser gießen. Pflanzen nach dem 3. oder 5. Blatt entspitzen um viele reichtragende Seitentriebe zu erhalten. Eventuell mit verdünnter Brennnesseljauche nachdüngen. Gute Nachbarn: Bohnen, Dill, Sellerie, Lauch, Rote Bete, Salat, Kohl. Schlechte Nachbarn: Tomaten.

**Jasser:** V4, A5, E6-8, e, Freiland-Salatgurke bis 25cm Länge. Dunkelgrüne Frucht, guter und sicherer Ertrag bei langer Erntezeit.

Sehr guter Geschmack.

**Pappelchen:** A5, E6-7, e, robuste Einlege- und Salatgurke fürs Freiland. Gegen Kälte und Regen unempfindlich. Erst grün, später gelb/braun.

**Petit Vert de Paris:** V4, E8-10, e, frühe, robuste Sorte die viele Cornichons liefert.

**Poona Kheera:** V4, E8-10, e, Kann im Freiland und Gewächshaus angebaut werden. Früchte ca. 20cm lang. Unreif gelb, saftig, knackig.

Bei Vollreife braun.

**Russische dickfleischige:** V4, A5-6, E8-10, e, sehr frühreifende Freilandgurke die kleine, grüne Früchte mit glatter Schale hervorbringt.

Das feine Fleisch hat einen sehr guten Geschmack. Massenträger.

**HIRSE:** Hirse ist eine uralte Kulturpflanze und wächst auch auf schlechten, trockenen Böden in voller Sonne.

**Kolbenhirse:** (Setaria italica) Mitteleuropäische Kulturpflanze, Samen vor dem Kochen enthülsen. Verarbeitung zu Brei oder Fladenbrot.

Auch als Vogelfutter.

**Longiset:** A4-5, E9, e, 1,2m hoch, 25cm lange Kolben, sehr ertragreich.

**Moharia:** A4-5, E9, e, 1,2m hoch, kleine Kolben. Sät sich selbst wieder aus.

**Sorghumhirse:** (Sorghum sp.) wird sowohl als Nahrungsmittel wie auch als Viehfutter, zum Besenbinden, Dachdecken oder Bierbrauen verwendet.

**Besenhirse Siach:** (Sorghum durra) A4-5, E9, e, 2m hoch. Roter Samenstand. Dekorativ. Wird zum Besenbinden verwendet.

**Rispenhirse:** (Panicum miliaceum) war einmal sehr wichtiges Nahrungsmittel. Meist als Körnerbrei. Körner mit heißem Wasser aufgießen und Schaum abgießen. Auch als Vogelfutter.

**Myzkowski:** A4-5, E9, e, 0,5m hoch und ertragreich.

**Reisigbesen Siach:** (Sorghum durra), A4-5, E9, e, 2,5m hoch. Die Samenstände werden als Besenhirse zusammengebunden. Aus der Steiermark.

Braucht etwas mehr Wärme.

**Von Funda:** A4-5, E9, e, in Frankreich angebaute Sorte, die ich aus Norddeutschland erhalten habe.

**Karotten** (Daucus carota)

Dies Wurzelgemüse braucht tiefgründigen Boden ohne frischen Mist. Während der Keimung feucht halten und vor Schnecken schützen. Auch später gleichmäßig feucht halten. Sehr frühe oder späte Aussaat schützt vor der Möhrenfliege. Mit Holzasche düngen. Gute Nachbarn: Dill, Erbsen, Lauch, Mangold, Salat, Zwiebeln.

**Blache de Collet Vert:** A 3-5, E 8-10, z, w. Lange weiße Wurzel mit grünem Oberteil. Sehr robust und widerstandsfähig.

**Jaune du Boub:** A 3-5, E 8-10, z, w. Lange, glatte dunkelgelbe Karotte. Französische Gourmetsorte. Frisch oder zum Lagern.

**Mischung spät:** A 3-5, E 8-10, z, w. Mischung verschiedenfarbiger Karotten von weiß über gelb und orange bis violett. Gut lagerfähig.

**Nantaise:** A 3-5, E 8-10, z, w. glatte, leuchtend orange Schale, für den frühen Anbau.

**Knollenfenchel:** (Foeniculum vulgare Miller)

**Fino:** V2, A4-6, Schossfest, für Frühlkultur. Will nährstoffreichen Boden und ausreichend Wasser. Bildet flachrunde, schneeweiße Knollen.

**KOHL**

Kreuzblütler und Starkzehrer, d h. auch während des Wachstums z. B. mit Steinmehl und Brennnesseljauche nachdüngen und den Boden feucht halten (Mulchdecke). Um der gefürchteten Kohlhernie vorzubeugen, sollte der Kalkgehalt des Bodens erhöht werden, deshalb Algenkalt ins Pflanzloch streuen. Tomaten und Sellerie zwischen den Kohlpflanzen verhindern den Anflug von Kohlweißlingen. Kräuter als Rand und Zwischenbepflanzung sollen das Aroma verbessern, z. B. Kamille, Koriander, Kümmel. Gute Nachbarn: Kartoffeln, Tomaten, Sellerie, Spinat, Lauch und Erbsen. Schlechte Nachbarn: Senf, Erdbeeren, Zwiebeln.

**Chinakohl**

**Michihili:** Schwerer, hoher Chinakohl mit hellgrünen Blättern.

**Grünkohl:** (Brassica oleracea var. sabellica), V4-5, E10-11, z, w. Ernte der Blätter erst nach dem ersten Frost.

**Halbhoher grüner krauser:** Stark gekrauste, dunkelgrüne Blätter mit sehr gutem Geschmack.

**Lerchenzunge:** Blätter sind stark gekraust, dunkelgrün und länglich mit sehr gutem Geschmack.

**Kopfkohl:** (Brassica oleracea var. capitata), V3-5, E7-11, z, w. Braucht viel Platz und Feuchtigkeit. Schwere, lehmige Böden bevorzugt.

**Filderkraut:** Schwäbisches Spitzkraut mit hellgrünen festen Köpfen. Das beste Kraut für Sauerkraut.

**Rosenkohl:** (Brassica oleracea var. gemmifera), V4-5, ab E10, z, w. Ernte der Knospen erst nach dem ersten Frost.

**Ideal:** Feste, glatte, mittelgroße Rosen. Bricht man die Spitzen Ende September heraus, werden die Rosen größer.

**Sibirischer Kohl:** (Brassica napus var. pabularia), V4-5, E10-11, z, w. Anbau wie Grünkohl. aber Geschmack ähnlich Kohlrabi.

**Russischer Roter:** Ca. 1m hoch, gewellte, blaue Blätter mit lila Tönung, absolut winterhart.

**Wildkohl:** Ca. 1m hoch, gewellte, blaue Blätter mit lila Tönung, absolut winterhart.

**Kohlrabi:** (Brassica oleracea var. gongylodes) V2-3, A4-5, E5-8, z, bedingt winterhart. Benötigt nicht so viele Nährstoffe wie andere Kohlarten und kann als Lückenbüßer zwischen andere Gemüsearten gepflanzt werden. Boden nicht austrocknen lassen, sonst werden sie holzig. Gute Nachbarn: Salat, Bohnen, Sellerie, Radieschen und Gurken.

**Blauer Speck:** Blauer Kohlrabi mit gutem Geschmack. Rel. frosthart.

**Weißer Delikateß:** Weißer, zarter Kohlrabi. Schnellwachsend. Für Sommer- und Herbsterte.

**Kohlrübe:**

**Grünköpfige, gelbe Wilhelmsburger:** (Brassica napus) A5-6, E9-11, z, w, große, runde Steckrübe. Obere Hälfte grün, die untere orange.

Schwerer, feuchter Boden bevorzugt. Gekocht als Gemüsebeilage oder Eintopf.

**KÜRBIS**

Kürbisse sind Starkzehrer und brauchen enorm viele Nährstoffe und Feuchtigkeit sowie einen sonnigen, warmen Standort. Ev. mit Brennnesseljauche nachdüngen. Gute Nachbarn: Stangenbohnen, Mais, Zwiebeln, Kapuzinerkresse.

**Sommerkürbis:** (Cucurbita pepo) Dazu zählen auch die Zucchini. Man isst sie am besten jung und zart.

**Conneticut field:** V4, E9-10, e, Indianersorte die auf das 17. Jahrhundert zurückgeht. 7-12kg schwere, zuckersüße Früchte. Schale grün.

**Bologneser Spaghettikürbis:** V4, E9-10, e, Das Fruchtfleisch zerfällt beim Kochen in spaghettiartige Fasern. Für Aufläufe, Salat, etc.

Die reife Frucht kann man auch am Stück kochen. Pflanze rankt stark. Früchte walzenförmig.

**Winterkürbis:** (Cucurbita maxima.) Sie brauchen meist viel Platz und sind lange lagerfähig.

**Muskatkürbis:** (Cucurbita moschata) V4, E9-10, e, Kürbis von sehr gutem Geschmack. Für Suppen, Kuchen oder Konfitüre.

**Oranger Hokkaido:** V4, E9-10, e, rankender Kürbis mit kleinen, sehr schmackhaften orangen Früchten.

**Von Oma:** V4, E9-10, e, braucht sehr viel Platz und liefert 2-3 sehr große Früchte, deren Kerne auch sehr gut schmecken.

### **Zucchini**

**Cocozelle von Tripolis:** A5, E7-10, e, lange, dunkelgrüne walzenförmige Früchte. Sehr ertragreich auch in schlechteren Sommern. Nicht rankend.

**Golden Butter:** V4, E7-10, e, hübsche, gelbe Früchte, die jung (10cm) geerntet werden. Butterzarter Geschmack. Die männlichen Blüten eignen sich in Bierteig gewendet zum Frittieren.

**White bush:** V4, E7-10, e, ertragreicher Zucchini mit cremeweißen Früchten. Sehr zarter, weicher Geschmack.

### **Lauch** (Allium porrum)

Braucht einen nährstoffreichen tiefgründigen Boden mit genügend Feuchtigkeit. Aber bei Überdüngung riecht er unangenehm beim Kochen.

Anhäufeln um lange, weiße Schäfte zu erhalten. Gute Nachbarn: Möhren, Sellerie, Tomaten, Salat, Kohl, Erdbeeren. Schlechte Nachbarn: Bohnen, Erbsen, Rote Bete.

**Blaugrüner Winter:** V3-4, E 8-5, z, w, robuster und absolut winterharte Sorte mit hohen, dicken Schäften.

**Elefant:** V3-4, E 8-5, z, schnellwachsende Sorte mit mittellangen, dickschaftigen Schäften für den Verbrauch im Herbst. Nur bedingt winterhart.

**Lein** (Linum Usitatissimum) auch als Flachs bekannt. Man unterscheidet nach der Verwendung Öl- und Faserleine. Nährstoffarmer, sonniger Standort mit Fruchtwechsel. Sehr robust. Eine der ältesten Kulturpflanzen der Menschheit.

**Agathe:** A3-4, E8, e, Höhe 60cm. Faserlein mit blauer Blüte. Eine der letzten Sorten die auf der Schwäbischen Alb wirtschaftlich genutzt werden.

**Echter:** A3-4, E8, e, Höhe 60cm. Faserlein mit blauer Blüte.

**Isegrim:** A3-4, E8, e, Höhe 1m. Öl- und Faserlein aus Osttirol. Weiße Blüte.

**Omega:** A3-4, E8, e, Höhe ca. 1m Öllein mit erhöhtem Gehalt an Omega-3-Fettsäuren. Für Speisezwecke.

**Regina:** A3-4, E8, e, Höhe ca. 1m Faserlein für Leinestoff. Die Fasern sind länger, einheitlicher und haltbarer als bei normalem Lein.

**Linsen** (lens culinaris) Eine alte Kulturpflanze aus Vorderasien. Sie brauchen einen trockenen, warmen Standort mit Sand oder Kies. Wachsen auch auf sehr schlechtem Boden. Als Beilage oder zu Reis, als Brätling, Eintopf oder Keimsprossen im Salat.

**Alblinse:** (Lens culinaris microsperma) A3-4, E8, e, sehr kleines Korn von blasgrüner Farbe. Gesunde Pflanzen. Anspruchlos, verträgt Trockenheit. Eine fast ausgestorbene Sorte von der Schwäbischen Alb, die in der Genbank in St. Petersburg wiederentdeckt wurde.

**Alpenlinse:** (Lens culinaris microsperma) A3-4, E8, e, mittelgroßes, hellbraunes bis blaugrünes Korn bis hellbraunes Korn. Hoher Ertrag und gesunde Pflanzen. Anspruchlos, verträgt Trockenheit. Eine fast ausgestorbene Sorte von der Schwäbischen Alb (der Name verwirrt hier), die in der Genbank in St. Petersburg wiederentdeckt wurde.

**Champagnerlinse:** A4, E8, e, kleines braunes Korn von sehr gutem Geschmack. Sehr reichtragend.

**Marmorierte Linse:** A4, E8, e, kleines braunmarmoriertes Korn. Aus dem Linsenprojekt von den Langen Bergen. Sehr gute Speisequalität.

**Schwarze Linse:** (Lens culinaris) A3-4, E8, e, Beluga-Linse, die auch kleine schwarze Albstädter genannt wird. Korn klein, schwarz. Sehr ertragreich, robust und frühreifend.

**Steinfelder Tellerlinse:** A4, E8, e, sehr gute Speisequalität. Samen bräunlich-grün.

**Vert du Puy:** A4, E8, e, kleines, grünlich-blau marmoriertes Korn, robust, lange Ernte. Die geschmacklich beste Linse.

### **Mais** (Zea mays)

Man unterscheidet, Hart-, Popcorn-, Stärke-, Zahn- und Zuckermais. Starkzehrer der frostempfindlich ist. Gute Nachbarn: Bohnen, Gurken, Kartoffeln, Salat, Kürbis, Melonen, Tomaten. Schlechte Nachbarn: Rote Bete, Sellerie.

**Erdbeermais:** A5, E9, e, Höhe 2m, 1-3 rote Kolben je Pflanze. Robust. Als Popcorn- oder Ziermais.

**Rheintaler Ribel:** A5, E9, e, Höhe ca. 1.6m. Alte Sorte, aus dem Rheintal die auch in rauen Gegenden ausreift. Ertragreich. Körner hellgelb.

**Wildlife:** A5, E9, e, Auslese aus 8 alten Maissorten, die zusammen angebaut werden. Gelbe, rote und graue Kolben. Anbau in sehr rauer und windiger Lage auf 700m Höhe. Wuchshöhe variiert.

### **Mangold** (Beta vulgaris convar. cicla)

Gänsefußgewächs. Man unterscheidet nach Art der Nutzung Blatt- und Stielmangold. Nicht zu feucht halten, sonst Fäulnisgefahr.

Gute Nachbarn: Kohl, Möhren, Radieschen, Rettich.

**Lukullus:** A 4-5, E7-10, z, bedingt winterhart, ertragreicher traditioneller Blattmangold mit sehr gutem Geschmack.

**Melde** (Atriplex hortensis) A4, E6-10, e. Salat- und Spinatpflanzen bis 2m Höhe. Eine essbare Zierde für jeden Garten. Zubereitung z. B. wie Spinat.

**Gartenmelde gelb:** Die ganze Pflanze, auch die Samenstände sind gelb/grün.

**Gartenmelde Opera:** Die ganze Pflanze ist rot/lila.

**Gartenmelde rot:** Die ganze Pflanze ist rot.

**Melone** (Cucumis melo) Melonen brauchen einen gut gedüngten Boden und viel Wärme (z. B. Folientunnel) sowie Wasser.

**Jenny Lind:** V3, E7-9, e, Ursorte von vor 1850! Aus Armenien. Flach, turbanförmig. Hocharomatisch Fruchtfleisch grün.

**Noire de Carmes:** V3, E7-9, e. Schwarze Karmeliter-Kantalupe. Mittellarge, dunkelgrüne Früchte, die sich bei Reife orange durchfärben. Sehr saftig und aromatisch.

**Petit gris de Rennes:** V3, E7-9, e, bis 500g schwere, süße Früchte. Reift auch unter nicht so warmen Bedingungen. Sehr frühreifend. Früchte dunkelgrün, genetzt. Fruchtfleisch orange.

### **Paprika** (Capsicum annuum)

Paprika ist ein Nachtschattengewächs und benötigt viel Sonne und Wärme, außerdem aber auch genügend Nährstoffe und Feuchtigkeit. Aber bei Temperaturen über 30°C reduziert sich der Fruchtansatz. Die meisten Sorten benötigen ein Gewächshaus oder Folientunnel.

**Bulgarischer:** V2-3, E7-10, e, Freilandtauglich, 7x12cm Früchte erst grün dann intensiv rot, saftig mit sehr gutem Geschmack. In milden Gegenden freilandtauglich.

**Chocolate beauty:** V2-3, E7-9, e, 14cm lange und 7cm breite Früchte, erst grün, dann schokoladenfarbig. Je reifer desto süßer

**Danube:** V2-3, E7-10, e, Gemüsepaprika mit 10cm langen roten Früchten. Festes süß-aromatisches Fleisch, sehr früh tragend

**Dunkelvioletter:** V2-3, E7-10, e, kleine, scharfe Früchte, bei vollreife violett.

**Ekstesi:** V2-3, E 7-9, e, gelb bis rot ausreifender Speisepaprika, sehr ertragreich. Für das Kalthaus.

**Feuerwerk:** V2-3, E 7-9, e, Höhe ca. 35 cm. Viel scharfe kerzenartig aufrechtstehende Früchte die zuerst cremeweiß und dann rot werden.

**Lombardo:** V2-3, E 7-9, e, 15 cm lange Früchte ähnlich einem Elefantenrüssel. Gut zum sauer Einlegen. Massenträger.

**Roter Augsburger:** V2-3, E 7-9, e, ca. 10cm langer, dünnwandiger, spitzkegeliger, roter Paprika. Wächst problemlos auch im Freien. Reife Juli/Aug.

**Sweet chocolate:** V2-3, E7-9, e, 14cm lange und 7cm breite Früchte, erst grün dann schokoladenfarbig. Je reifer, desto süßer. In milden Gegenden freilandtauglich.

**Tuba\*:** V2-3, E 7-9, e, sehr frühreifend, auch fürs Freiland. Früchte erst hellgrün, dann leuchtendrot.

### **Peperoni** (*Capsicum frutescens*)

Anbau wie Paprika, aber scharfe meist schmale Früchte. Zum Trocknen die Früchte an Schnüren aufhängen. Will man es weniger scharf, muss man die Samen entfernen.

**Anaheim Chili:** V2-3, E7-10, e, wenig scharf, bis 15cm lang rot abreifend. Auch zum Füllen geeignet.

**Baumchili:** V1-12, E 1-12, m, Höhe bis 2m. Mehrjähriger Baumchili mit scharfen, roten Früchten die 5cm Durchmesser haben. Blüte lila.

**Chili:** V2-3, E 7-9, e, Höhe ca. 15 cm, kompakter Wuchs. Früchte zuerst violett, dann gelb und reif orange-rot. Auch zum Trocknen geeignet.

**De Cayenne:** V2-3, E 7-9, e, sehr scharfe, ca. 8cm lange rote Früchte.

**Mini-Peperoni:** V2-3, E 7-9, e, Kleiner Busch ideal für Töpfe und Balkonkästen. Sehr scharfe, ca. 1cm lange rote Früchte. Massenträger.

**Thai dragon:** V2-3, E 7-9, e, ca. 8cm lange, gerade, feuerrote Früchte. Scharf. Pflanze ist kräftig verzweigt.

**Yesil Tatlil:** V2-3, E 7-9, e, 12cm lange längliche Früchte, mild, ohne Schärfe, erst grün dann rot. Kältetolerant. Massenträger.

### **Pastinaken** (*Pastinacea sativa*)

Pastinaken sind ein altes süß-aromatisch schmeckendes Wurzelgemüse, das wieder öfter anzutreffen ist. Die Wurzeln werden gedünstet oder gekocht. Die Samen sind max. 2 Jahre keimfähig. Nach dem Auflaufen vereinzeln, da Wurzeldurchmesser bis 7cm.

**Halblange weiße:** A3-4, E10-4, z, w, bis 25cm lange, cremeweiße, kegelförmige Wurzeln. Gut lagerfähig.

### **Radieschen** (*Raphanus sativus*)

Ein einfach mit Kompost gedüngter Boden genügt. Bei Trockenheit gießen sonst werden die Knollen pelzig und scharf. Radieschen sind ideal um sie als Mischkultur zwischen den anderen Gemüsepflanzen als Lückenbüßer wachsen zu lassen. Ideal ist es im Abstand von ca. 1-2 Wochen immer wieder nach zu säen. Gute Nachbarn: Bohnen, Erbsen, Kapuzinerkresse, Kohl, Kohlrabi, Salat, Kresse, Mangold, Möhren, Spinat, Tomaten. Schlechte Nachbarn: Gurken.

**Cherry Belle:** A3-5, 9, E5-11, e, rote, schmackhafte Knollen. Für Treiberei und Freiland.

### **Rettich** (*Raphanus sativus*)

Siehe Radieschen.

**Münchener Bier:** A3-4, 8-9, E6-11, z, w, altbewährte Sorte, halblanger, reinweißer Rettich, sehr guter Geschmack.

**Ostergruß:** A3-4, E6-8, e, frühe, saftige Sorte. Außen hellrot und innen weiß, kegelförmig. Außen hellrot und innen weiß. Guter Geschmack.

**Runder, schwarzer Winter:** A6-8, E10-11, z, w, Faustgroße, runde, schwarze Knolle mit weißem Fleisch. Haltbarer Winterrettich.

### **Rote Bete** (*Beta vulgaris* var. *vulgaris*)

Mittelzehrer der auch im Halbschatten gedeiht. Nicht zu dicht säen und feucht halten. Bei der Ernte die Haut nicht verletzen sonst läuft der Saft aus. In Sand eingeschlagen lange lagerfähig. Gänsefußgewächs, es sollten keine anderen Gewächse der selben Art als Vorfrucht dienen (Mangold, Melde Spinat). Gute Nachbarn: Buschbohnen, Dill, Gurken Knoblauch, Kohl, Kohlrabi, Koriander, Kümmel, Salat, Zwiebeln. Schlechte Nachbarn: Kartoffeln, Lauch, Mais, Spinat.

**Beet burpees:** A5-6, E7-10, z, w, mittelgroße, schmackhafte Knollen, außen orangerot, innen goldgelb. Gut lagerfähig.

**Rote Kugel:** A5-6, E7-10, z, w, dunkelrote, runde, große schmackhafte Knollen, gut lagerfähig.

**Tonda di Chioggia:** A4-5, E7-10, z, w. Eine alte italienische Sorte. Runde Knolle mit hellroter Außenhaut und rot geringeltem Fleisch.

**Weißer Beete:** (*Beta vulgaris* *Albina vereduna*), A4, E9-10, eine sehr alte Sorte mit mittelgroßen, fast weißen Knollen, Durchmesser 5-8cm.

**Salat** (*Lactuca sativa*) Salat ist relativ anspruchslos und benötigt kein eigenes Beet. Nicht von oben gießen sonst neigt er zum Faulen. Bei geschickter Auswahl der Sorten kann man Salat das ganze Jahr über ernten. Gute Nachbarn: Dill, Erdbeeren, Fenchel, Kohl, Radieschen, Rettich, Rote Bete, Schwarzwurzeln, Spargel, Tomaten, Zwiebeln. Schlechte Nachbarn: Petersilie, Sellerie.

**Altöttinger Großkopfsalat:** A3-7, E6-9, Kopfsalat mit mittelgroßen, festen Köpfen.

**Attraktion:** A3-7, E8-10, Kopfsalat mit mittelgroßen, festen, hellgrünen Köpfen, sehr hitzebeständig.

**Cerbiatta:** A3-7, E5-8, e, Riesenpflücksalat, eine alte Südtiroler Sorte die sich mehrfach schneiden lässt. Gezackte Blätter, knackig frisch.

Gute Schoßfestigkeit.

**Feldsalat Vit:** (*Valerianella locusta*) A7-10, E10-4, e, w, für Freiland und Gewächshaus. Mehltolerant und schnellwüchsig.

Dunkelgrünes, breites, rundes Blatt.

**Forellensalat:** A 3-5, E8-9, rotgetupfte, kleine Köpfe. Frosttolerant, guter Geschmack.

**Forellenschluss:** A4-6, E8-9, knackiger Salattyp mit lockeren länglichen Köpfen. Die Blätter sind rötlich gefleckt und lassen sich auch einzeln ernten. Lange schoßfest und während der ganzen Vegetationsperiode verwendbar.

**Gaindorfer Winter:** A8-10, E11-3, Winter-Kopfsalat mit mittelgroßen Köpfen. Die Blätter haben rote Tupfen. Bedingt frosthart.

**Hirschzunge:** A3-8, E6-10, dunkelgrüner mittelgroßer kompakter Blattsalat mit zungenförmigen knackigen Blättern. Bekannt seit 1740.

**Kaiser Selbstschluss:** A3-5, E8-9, Schnitt- und Kopfsalat mit straff aufrechten Blattschöpfen. Mittelgrüne Blätter außen, rötlich überlaufen.

Sehr ertragreich und sehr guter Geschmack.

**Poschjavo:** A3-4, E6-7, z, w. Dunkelroter Eichblattsalat mit grünen Aufhellungen und knackiger Mittelrippe. Sehr winterhart.

**Spargelsalat Grüner Stern:** A4-7, E 6-11, z, w, bildet Blattrossetten und später dickstängelige Blütenriebe. Dieser Stiel wird geschält roh oder gekocht wie Spargel gegessen.

**Schwarzwurzel** (*Scorzonera hispanica*) ein Wurzelgemüse aus Südeuropa, welches seit dem 17. Jahrhundert bei uns kultiviert wird. Mittelzehrer, der einen lockeren, tiefgründigen Boden bevorzugt. Kartoffeln sind eine gute Vorkultur. Gute Nachbarn: Lauch, Salat, und Kohlrabi.

**1-jährige Riesen:** A3, 9, E10-5, z, w. Bis 25cm lange, schwarze, zylindrische Wurzel mit reinweißem Fleisch.

**Hofmanns schwarzer Pfahl:** A3, 9, E10-5, z, w. Bis 25cm lange, schwarze, stumpfe Wurzel mit reinweißem Fleisch.

**Sellerie** (*Apium graveolens*) Starkzehrer der Kali liebt, deshalb mit Holzasche, Comfrey- und Farnblättern oder Schweinemist düngen. Ab Mitte Mai auspflanzen, aber nicht zu tief setzen (sonst bilden sich keine Knollen) und immer feucht halten. Ackerschachtelhalmtee hilft vorbeugend gegen Pilzkrankheiten. Sellerie wirkt entwässernd, hoher Vitamin- und Mineralstoffgehalt. Man unterscheidet Knollen- und Stangensellerie der zum Teil auch gebleicht wird (dazu mit dunkler Folie umwickeln). Gute Nachbarn: Buschbohnen, Gurken, Kamille, Kohl, Kohlrabi, Lauch, Tomaten. Schlechte Nachbarn: Kartoffeln, Salat, Mais.

### **Schnittsellerie, Bleichsellerie**

**Dinant:** V3-4, eine überaus frostverträgliche Sorte mit sehr gutem Aroma. Hat bei mir im Kalthaus noch jeden Winter überlebt.

**White Pascal:** V3-4, E9-11, z, bedingt winterharter Stangensellerie, der gut zum Bleichen geeignet ist. Schmeckt roh oder gedünstet.

### **Knollensellerie**

**Ibis:** V3-4, E9-11, z, bedingt winterhart. Frühreifend, mittelgroß mit weißen Knollen, auch zum Anbau unter Folie.

**Sojabohne** (*Glyzine maxima*) Die Sojabohne ist in Europa nicht heimisch, ihr Anbau aber in den meisten Gebieten problemlos möglich.

Es wird ein etwas trockenerer Boden in voller Sonne bevorzugt, nur zur Keimung wird ausreichend Feuchtigkeit benötigt. Es darf keine Gülle oder Mist in das vorbereitete Beet gebracht werden, sonst sind die Pflanzen wuchsfaul und nicht standfest. Um kräftige Pflanzen zu erhalten, wird im Gewerbsanbau der Boden mit Knöllchenbakterien geimpft, um einen optimal hohen Ertrag zu erzielen.

**Sojabohne Gieso:** (*Glyzine max.*), A5-6, E9, e, bis 80cm hoch, robust und ertragreich, Korn gelb. Anbau wie Buschbohnen.

Südtiroler Kaffeesojabohne: A5, E9, e, alte, ertragreiche und robuste Sorte mit grünem Korn. Wird in Südtirol als Bestandteil von Kaffeeersatz verwendet, kann aber auch wie jede andere Soja verwendet werden.

**Spinat** (*Spinacia oleracea*) Gänsefußgewächs das empfindlich gegen Überdüngung mit Stickstoff reagiert, also besser in 2. Tracht nach den Starkzehlern säen. Feucht halten, sonst beginnt er zu blühen. Spinatblätter vertreiben Erdflöhe, deshalb als Zwischenfrucht pflanzen. Gute Nachbarn: Erdbeeren, Kartoffeln, Kohl, Kohlrabi, Radieschen, Rettich, Sellerie, Stangenbohnen, Tomaten.

**Butterfly:** A3-10, fast ganzjährig Anbau bar, auch für Überwinterung geeignet. Lässt sich gut einfrieren. Dunkle kräftige Blätter.

**Winterriesen:** A7-8 oder 3-4, E8-..., e, winterharte Sorte mit großem, dunkelgrünem Blatt.

**Tomate** (*Solanum lycopersicum*) Nachtschattengewächs das viel Wärme benötigt. Wasser direkt an die Wurzeln gießen um der Braunfäule vorzubeugen. Tomaten brauchen keine Fruchtfolge und wollen immer am gleichen Platz stehen. Kräftig mit Kompost und Gesteinsmehl oder Holzasche düngen. Erst nach den letzten Frösten Mitte Mai auspflanzen. Seitentriebe regelmäßig ausbrechen, mulchen hält den Boden feucht. Gute Nachbarn: Neuseel. Spinat, Sellerie Petersilie, Salate, Lauch, Kohl, Knoblauch, Mais und Kapuzinerkresse. Schlechte Nachbarn: Kartoffeln und Fenchel. Nicht nach Zwiebeln pflanzen.

**Apollo2:** V2-3, E6-9, Alte estnische Sorte mit mittelgroßen, runden roten Früchten. Sehr guter Geschmack und hoher Ertrag. Gut für Salat.

**Auriga:** V2-3, E7-10, orange, hochrunde Früchte, platzfest, spritzig, saftig. Sehr gut freilandtauglich.

**Berner Rosen:** V2-3, E6-9, Spätreifende, fleischige Tomate mit rosaroten Früchten. Guter, aromatischer Geschmack. Kräftiger Wuchs und ertragreich. Frucht Durchmesser 8cm rund bis plattrund. 4-6 Früchte je Taube. Fruchtgewicht ca. 200g.

**Besser:** V2-3, E6-9, Kirschtomate mit runden, roten saftigen 3-4cm großen, Früchten.

**Bianca:** V2-3, E7-9 Kleine, weißgelbe Früchte mit 1cm Durchmesser. Die süßeste mir bekannte Sorte. Kräftiger Wuchs. Massenträger.

**Black pear:** V2-3, E7-10 Stabtomate mit ungewöhnlich brauner Farbe und sehr seltener glockiger Birnform. Schwere feste Frucht. Kräftiger Wuchs..

**Bolivianische Obst:** V2-3, E7-10, Wildtomate. Längliche sehr würzige süße rote, orange oder auch gelbe Früchte. Relativ große Cockailtomate.

Sehr guter Ertrag mit dichtbehängenen langen Doppeltrauben.

**Celsior:** V2-3, E7-10, rote Cockailtomate. Früchte 4cm lang. Massenträger.

**Cheroquee purple:** V2-3, E7-10, dunkle Tomate der Cheroquee Indianer. Große, eher rundliche fleischige Früchte.

**De Berao:** V2-3, E7-10, wird oftmals auch Baumtomate genannt, da sie sehr hoch wird. Rote, ovale, platzfeste Früchte. Wenig krankheitsanfällig.

**Early yellow striped:** V2-3, E7-10, Pink-/himbeerfarbene Stabtomate mit gelben Streifen. Früchten. Früh reifend. Runde und saftige Früchte.

**Galapagos:** V2-3, E7-10, Wildtomate. Kirschgröße, orangefarbene, ziemlich feste und knackige Beeren. Gilt als salztolerant.

**Gelbe birnenförmige:** V2-3, E7-9, Eine Sorte mit gelben, birnenförmigen Tomaten von ca. 5cm Länge.

**Gnom:** V2-3, E6-9, Mittelgroße, rote Früchte mit sehr gutem Aroma. Höhe 50-60cm.

**Golden Current:** V2-3, E7-10, e. Wildtomate mit starkem Wuchs. Spalier von Vorteil. Nicht ausgeizen. Massenhaft kleine, gelbe Früchte.

Wächst auch in feuchten Sommern problemlos im Freien. Sehr robust gegen Kraut- und Braunfäule.

**Goldstreif:** V2-3, E7-10. Stabtomate mit roten Früchten die gold-schimmernde Längsstreifen haben. Sehr guter Geschmack.

**Green sausage:** V2-3, E6-9 Alte Buschtomate mit länglichen, grün- ockergestreiften Früchten, die gestauchten Mini-Bananen (oder Würstchen) gleichen. Kurios und dekorativ. Fäulnisanfällig. Trotz der geringen Höhe guter Ertrag. Auch für Balkon oder Terrasse.

Milder Geschmack ohne viel Säure.

**Grigtmires pride:** V2-3, E6-9. Großfrüchtige, rosarote Früchte die variabel geformt sind. Saftig und ertragreich.

**Helene:** V2-3, E7-10. Mittelgroße, rote runde Früchte. Sehr aromatisch und fest. Hoher Ertrag über längeren Zeitraum, robust, eine meiner Besten.

**Helsinki Junktion Blues:** V2-3, E7-10. Schwarze Cockailtomate die erst bei Vollreife leicht rot wird. Unter dem Stielansatz befindet sich ein gelber Stern. Sehr robust, und lange lagerfähig.

**Herzförmige Fleischtomate:** V2-3, E7-9. Ursprünglich aus dem Irak. Viele aromatische, rote, herzförmige, große bis sehr große Früchte.

**Hirtentomate:** V2-3, E7-9, e Salattomate, schnittfest, rot etwas plattrund. Früchte bis 250g schwer, lange haltbar.

**Humboldtii:** V2-3, E6-10 Wildtomate, kleine rote Früchte. Frühreifend!

**Lämpchen:** V2-3, E7-10 robuste und gesunde, gelbe Stabtomate mit ovalen leuchtend gelben Früchten, die vollkommen durchgefärbt sind.

Reichtragend in Trauben von 5-7 Früchten. Robust gegen Kraut- und Knollenfäule.

**Lina:** V2-3, E6-8, Fleischtomate mit sehr großen Früchten, die je 400-600g wiegen. Rot und plattrund. Sehr guter Geschmack. Vollfleischig.

**Mexikanische Honig:** V2-3, E7-18. Ca. 1,8m hohe Cockailtomate mit kirsch-großen Früchten. Hoher Ertrag.

**Mezzo Forte:** V2-3, E6-8, alte italienische, rote Fleischtomate mit gerippten Früchten. Meine beste Sorte 2012! Sehr hoher Ertrag, sehr guter Geschmack..

**Old German:** V2-3, E6-8, große bis 500g schwere gelbe Früchte mit rotem Strang an der Spitze. Süßlich, aromatisch. Ursprünglich von den Mennoniten in Virginia (USA).

**Old Ivory egg:** V2-3, E7-9. transparente elfenbeinfarbene, saftig-süße Stabtomate mit eiförmigen Früchten. Ertragreich und gesund wachsend.

**Opalska:** V2-3, E6-9, Stabtomate vom Andenhorn-Typ (Form und Größe eines Spitzpaprika). Farbe rot. Ursprung vermutlich Polen.

**Red spoon:** V2-3, E7-10, kleine nur Johannisbeer große rote Früchte (Johannisbeertomate), Massenträger. Sehr gutes Aroma.

**Reisetomate:** V2-3, E7-10, Rarität bei der die einzelnen Fruchtkammern voneinander getrennt sind, so daß sie abgebrochen werden können, ohne dass der Saft spritzt. Früchte rot, wurden schon von den Indianern Guatemalas angebaut.

**Resi:** V2-3, E7-10. Meine gegen Braunfäule resistensteste Sorte. Rote Cockailtomate. Reife spät. Ertrag eher gering.

**Rose:** V2-3, E7-10. Große, rote Stabtomate von bestem Geschmack. Starker Wuchs und hoher Ertrag.

**Roter Pfirsich:** V2-3, E6-9 Stabtomate mit roten runden Früchten, Durchm. 4-5cm. Sehr guter, fruchtiger Geschmack.

**Roughwood golden plum:** V2-3, E7-10. Stabtomate mit leuchtend orangenen, länglich runden Früchten. Festes Fruchtfleisch.

**Russische Schwarze:** V2-3, E6-8, Sehr robuste und resistente Freilandtomate, mittelspät. Rundoovale Form, sehr guter Geschmack.

**Schwarze von der Krim:** V2-3, E7-10. Stabtomate mit großen, purpur gefärbten Früchten. Hoher Ertrag, sehr guter Geschmack kräftiger Wuchs.

**Siberia:** V2-3, E6-9. Rote, runde Früchte. Sehr frühreifend und gesund. Auch für Topfkultur auf dem Balkon geeignet.

**Sibirische Frühe:** V2-3, E6-9. Reift bereits Ende Juni und gedeiht durch seine geringe Wuchshöhe auch auf dem Balkon. Die roten Früchte sind mittelgroß und das Fruchtfleisch ist fest mit sehr gutem Aroma.

**Small egg:** V2-3, E6-9. Stabtomate mit kleinen, eiförmigen Früchten. Wildtomate mit sehr hohem Ertrag.

**Tigerella:** V2-3, E7-10. Saftige Stabtomate mit rot/gelb gestreiften Früchten. Herkunft: Russland. Früchte rund und mittelgroß. Mittelhoher Wuchs. Sehr ertragreich und gesund. Frühreifend.

**Tiger striped:** V2-3, E7-10. Stabtomate mit runden, rotgeflamten saftigen Früchten.

**Winterkeeper:** V2-3, E9-1 Größte und ertragreichste Lagertomatensorte. Wird im Herbst (bevor die Früchte durch nasskalte Witterung krank werden) geerntet und trocken eingelagert. Die Früchte reifen auf dem Lager und man hat bis ins Frühjahr frische schmackhafte Tomaten. Gewicht bis 300g. Bei Reife außen orange und innen leuchten rot.

**Yellow Perfektion:** V2-3, E7-10. Kartoffelblättrige Stabtomate mit kleinen, gelben süßsauer-aromatischen Früchten. Sehr ertragreich und gesund.

**Yellow ruffeld:** V2-3, E7-10. Extrem gerippte, hohle Tomate mit schöner, gelber Farbe. Zum Füllen wie Paprika geeignet. Historische Sorte. Feste und dicke Fruchtwand, milder Geschmack. Bei Wärme sehr reichtragend, aber auch in durchschnittl. Sommern befriedigender Ertrag.

**Zuckertomate:** V2-3, E7-10. rote runde Stabtomate mit tischtennisgroßen Früchten. Süßer und würziger Geschmack. Kräftiger Wuchs.

### **Tomatillo, Bergaubergine**

**Mexikanische Tomatillo Yellow giant:** (*Physalis ixocarpa*) V3-4, E-10, e. Ertragreiche Sorte mit gelben Früchten. Kultur ähnlich Tomaten, aber nicht ausgeizen. Als Würze bei Fleischgerichten, als mexikanische grüne Soße, sauer eingelegt, etc.

**Tomatillo:** (*Physalis ixocarpa*) V4, E-10, e. Kultur wie Tomaten 4 cm große runde Früchte die mit einer Hülle umgeben sind. Bei vollreife lila. Verwendung gekocht.

**Winterheckezwiebeln** (*Allium fistulosum*) Bei diesen Zwiebeln isst man das Laub. Sie sind mehrjährig und bilden schöne, weiße Doldenblüten aber keine Zwiebeln. Sonniger, trockener Standort. Auch bleichen im Frühjahr ist möglich. Nachbarn wie Zwiebeln.

**Lauchzwiebel:** A3-8, E6-11, m, w, Höhe 40cm. robust und anspruchslos. Vermehrt sich im Allgemeinen von alleine.

Winterhecke: A3-8, E6-11, m, w, Höhe 40cm. Dunkelgrünes Laub mit kleiner weißer Knolle. Lässt sich auch im Topf ziehen.

**Zichoriensalate** (Cichorium intybus) dazu gehören auch Radicchio und Chicoree. Gute Nachbarn: Dill, Erdbeeren, Fenchel, Kohl, Radieschen, Rettich, Rote Bete, Schwarzwurzeln, Spargel, Tomaten, Zwiebeln. Schlechte Nachbarn: Petersilie, Sellerie  
Chicoree Rosso Verona: A6-7, E2-4, z. Eine italienische Chicoree-Sorte mit purpurroter Rosette. Blätter ab Februar als Salat, aber auch die Wurzeln können feingeschnitten gegessen werden. Verträgt leichten Frost.

Diva: A6-7, E10-12, (Cichorium endivia), Endiviensalat mit dichtem, großem Blatt. Dadurch bleicht sich die Sorte sehr gut selbst. Raschwüchsig und robust.

Endivie aus dem Passeier Tal: (Cichorium endivia) A6-7, E10, z, w, ein sehr gut schmeckender Endiviensalat. Nicht von oben gießen und nicht neben Petersilie und Sellerie pflanzen. Volle Sonne, sonst relativ anspruchslos.

Magdeburger Zichorie: A5-6, E10, z, w, die Wurzel verwendet man als Ersatzkaffee. Dazu Wurzel schneiden, trocknen und rösten. Natürlich können auch die Blätter als Salat gegessen werden.

Schneeball: A5-6, E10, z, w, ein weißer, runder Radicchio Typ Roma. Die grünen Deckblätter entfernen. Angeblich 1989 durch eine Zufallsmutation in einem Hausgarten in Friaul entstanden. Im Winter ohne Licht antreiben oder im Frühling ohne Abdeckung wachsen lassen.

Tardivo: (Cichorium endivia) A5-6, E10, z, w, Radicchio mit langen, breiten Blättern, gelappter Blattrand, mittelgrün mit weißer Mittelrippe.

Zuckerhut: A6-7, E8-9, z nicht verpflanzen. Ein feiner Herbst- und Wintersalat der Frost von -4°C leicht aushalten. Geschmack und Verwendung wie Endivien. Mit der Wurzel eingeschlagen ist er einige Wochen lagerfähig.

**Zucchini**: siehe Kürbisse

### **Sonstige**

Andenbeere: (Physalis peruviana), V3, E8-10, m, auch Kapstachelbeere oder Inkapflume genannt. Lichtkeimer und Nachtschattengewächs. Die kirschgroßen, aromatischen Früchte befinden sich in einem Lampion und sind reif wenn der Kelch trocknet und die Früchte orange leuchten. Die Früchte sind roh oder als Marmelade essbar und enthalten viel Vitamin C. Benötigt etwas Platz, sowie Sonne und Wärme. Wurde um 1900 vom Kap der guten Hoffnung eingeführt. Nicht winterhart, kann aber im Keller überwintern.

Ananaskirsche: (Physalis pruinosa), V4, E7-10, z, Höhe ca. 40cm. Nicht ausweichen. Viele, kleine, süße Früchte in Lampions. Reif wenn Lampion trocken. Geschmack ähnlich Stachelbeere. Einige Wochen lagerbar, aber auch zum Tiefgefrieren geeignet.

Ananaskirsche Zemljancij: (Physalis pruinosa), wie Ananaskirsche aber etwas höherer Wuchs.

Artischocke Green Globe: (Cynara scolymus) V2-3, E8-9, a, w, Faustgröße, lila Blütenknospen. Sehr guter Geschmack. Ertrag ab dem 2. Jahr. Leichter Winterschutz in kalten Gegenden notwendig. Auch für Blumengestecke geeignet.

Balsamine: (Impatiens balsamina) A4, e, Höhe bis 40cm. Chinesisches Heilkraut bei Halsentzündungen. Bei uns bekannt als Beetpflanze.

Barbarakraut: (Barbarea vulgaris), A7-8, E11-3 z, w, auch Winterkresse genannt. Kreuzblütler. Blätter als Beigabe zu Wintersalaten. Geschmack ähnlich Kresse. Reich an Mineralstoffen und Vitaminen. Blüte gelb.

Barbarakraut: (Barbarea verna), A7-8, E11-3, z, w. Kreuzblütler. Blätter als Beigabe zu Wintersalaten. Geschmack ähnlich Kresse. Reich an Mineralstoffen und Vitaminen. Verwendung der jungen Blätter als Salat, im 2. Jahr als Würze.

Baumspinat Magentaspreen: (Chenopodium giganteum) A4, E 5-8, e, Höhe bis 3m. Riesen-Gänsefußgewächs. Die Blätter können als Spinat gekocht werden. Dekorative Pflanze rot und grün gefärbt.

Baumwolle: (Gossypium herbaceum), A11-5, E9-11, e, Höhe 0,5m Große, gelbe Schlundblüten. Wenn die 6cm großen Fruchtsätze aufplatzen, erscheint die schneeweiße Baumwolle. Heller, warmer luftiger Standort.

Bilsenkraut, schwarzes: (Hyoscyamus niger) V4, e. Giftig! Wird als Heilpflanze verwendet, ist aber auch eine dekorative blasgelb blühende Gartenpflanze. Als Schlafmittel und zur Schmerzlinderung bereits im Mittelalter zur Schwarzen Magie verwendet. Tödlich giftig!!!

Buchweizen, echter: (Fagopyrum esculentum), A5-6, E8-9, e, B, Höhe 1m, schöne Blüte. Die Samen sind hartschalig. Zum Kochen und backen.

Buchweizen, tartarischer: (Fagopyrum tartaricum), A5-6, E8-9, e, B, Höhe 1m, schöne Blüte. Robust, auch für schlechte Böden geeignet. Die Samen sind weich und enthalten sehr viel Stärke. Honigpflanze.

Cardy: (Cynara cardunculus) V3, E7-10, a, bedingt winterhart. Die Pflanze ähnelt der Artischocke, gegessen werden aber die fleischigen Blattstiele, die wie Mangold zubereitet werden. Nährstoffreicher Boden in voller Sonne.

Chinesischer Lauch: (Allium odorum), A3-5, E10, a, ein großblättriger Schnittknoblauch mit sehr schönen, weißen Blüten und reichhaltigem Aroma.

Erdginseng: (Talinum paniculatum) V4-6, A5, wird auch tu Ren Shen genannt. Gemüse- und Heilpflanze aus der Portulakfamilie. Tiefrote, kleine Blüten an langen Stielen. Allgemeines kräftigungsmittel der chin. Medizin. Sehr schöne als Schnittblume.

Erdkastanie: (Oenanthe pimpinelloides), A4, E10-11, m, w, Wildpflanze aus Südeuropa. Mandelgroße essbare Knollen. Ernte im Spätherbst ab dem 2-3 Jahr. Vermehrung durch Samen oder Knollen. Frostkeimer. Wird teilweise auch als bunium bulbocastanum angeboten.

Erdkirsche Zemljancij: (Physalis pruinosa), V4, E7-10, z, Sehr ähnlich der Ananaskirsche, aber etwas höher. Nicht ausweichen. Viele, kleine, süße Früchte in Lampions. Reif wenn Lampion trocken. Geschmack ähnlich Stachelbeere. Einige Wochen lagerbar, aber auch zum tief gefrieren geeignet.

Futterrübe Brigadier\*: (Beta vulgaris sp.) A4-5, E9-10, z, w, saftige, orange Futterrübe mit viel Blattmasse. Auch als Rübengeist geeignet.

Goldmelisse: (Monarda didyma) A4-5, m, w. Auch Indianernessel genannt. Rot/violette Blüte. Hocharomatische, duftende Staude. Die Oswego Indianer nutzen sie als Kopfschmuck und für Tee. Für nährstoffreiche Böden.

Grün im Schnee: (Brassica juncea, var. japonica), A3-4,8-9, E9-5, e. Ist ein japanischer Senfkohl und bis -8°C frosthart. Als Blatt- und Wurzelgemüse mit senfartigem, aromatischem Geschmack. Junge Blätter als Salatwürze. Ursprüngliche Verwendung in China: Grün in Salzlake eingelegt als Beigabe zu Fisch oder Fleisch. Blattstiele schmecken roh hervorragend.

Guter Heinrich: (Chenopodium bonus-henricus), A9-10, E 4-10, a, w, Gänsefußgewächs bis 1m Höhe. Relativ lange Keimdauer. Zur Vermehrung kann man auch den Wurzelstock teilen. Als Spinat oder im Frühling gebleicht.

Herbstrübe: (Brassica rapa var. rapa) A3-4, 7-8, E7-10, z, w. Runde weiße rotköpfige Rüben die gekocht werden.

Schnellwachsend. Auch die zarten Blätter sind als Stielmus gut verwendbar. Wächst in 2. Tracht.

Haferwurzel Sandwich Island Mammouth: (Tragopogon porrifolius) A3-4, E5-10, z, w. Mit der Schwarzwurzel verwandt und auch so zu kultivieren. Auch die Verwendung ist ähnlich. Wurzel ist weiß und oft verzweigt. Sehr schöne purpurrote Blüten. Samen verlieren rasch an Keimfähigkeit.

Japanische Speiseklette Watanabe early: (Arctium lappa) A4, E9-4, z, w, Wurzelgemüse mit bis 1m langen Wurzeln, wobei aber auch die Blattstiele und Triebe eingelegt gegessen werden können. Tiefgründiger Boden bevorzugt. Höhe bis 2,5m.

Kalebasse: (Lagenaria sceraria) V4, Birnenförmige 20-40cm lange Früchte die als Musikinstrument oder Wassergefäß genutzt werden können. Oder einfach als Zimmerschmuck.

Kapuzinerkresse: (Tropaeolum majus) A5, E6-10, e. Schnellwachsende Kletterpflanze mit gelben, orangefarbenen Blüten. Frische Blätter und Blüthen als Salatzierde und Gewürzkraut. Steigert die Abwehrkräfte.

Kiwano: (Cucumis metuliferus) V4-5, Auch Große Igelgurke oder Stachelmelone genannt. Jung wie Gurke essbar. Stachelige Frucht. Anbau wie Gurke (ev. Gewächshaus).

Kosek Pinapple: (Physalis c. f. pubescens) A4-5, E7-9, e, der Ananaskirsche sehr ähnlich, aber Wuchs gedrungener. Intensives Ananasaroma. Beeren sind 2-3 Wochen haltbar.

Kreismännchen: (Cyclanthera pedata) V4, E7-8, e. Stark rankendes Kürbisgewächs. Sonniger, warmer Standort, mittelhoher Nährstoffbedarf. Früchte sind sehr klein, geschmort oder eingelegt essbar.

Litschiflaume: (Solanum sisymbriifolium) V3, E8-10, z. rote, kirschgroße Früchte mit gutem Geschmack die in einen Kelch gehüllt sind. Roh, gekocht oder als Saft. Hellviolette Blüten. Die ganze Pflanze ist sehr stachelig und braucht Wärme.

Luffa: (Luffa aegyptica) V4, E10,11 Wird auch Schwammgurke genannt, da die bis 60cm langen Früchte als Badeschwamm versendet werden. Dazu bei Vollreife die Gurke schälen und die Samen herauswaschen. Nur sehr jung essbar.



- Malabarspinat grüner:** (Basella alba) A5, E7, a. Gemüse- und Arzneipflanze aus Indien. Runde, fleischige, grüne Blätter, ergiebig für Gemüse und Spinat. Geschmack von jungen Maiskolben. Attraktive Kletterpflanze mit lila Blüten und dunklen Beeren. Die intensiv färben und Früher als Tintenersatz verwendet wurden.
- Malabarspinat roter:** (Basella alba) A5, E7 Wie grüner Malabarspinat, aber Blätter und Stiel rötlich.
- Mairübe:** (Brassica rapa var. rapa) A4-7, E8-11, z, bedingt winterhart, lockerer Boden, gelbe, kleine Rübchen, sehr zart. Als Gemüsebeilage oder Eintopf.
- Mairübe Goldball:** (Brassica rapa var. rapa) A3-7, E9-11, z, bedingt winterhart, lockerer Boden, gelbe, kleine Rübchen, sehr zart. Als Gemüsebeilage oder Eintopf.
- Miltomate:** (Miltomato loco) V3, E8-10, e, Bringt im Herbst schwarze, sehr aromatische Beeren. Blüte weiß/grün. Frisch oder auch als Marmelade oder Trockenbeere essbar.
- Nachtkerze:** (Oenothera biennis) A4, E10-4, z, w, auch Rapontika oder Schinkenwurzel genannt. Bis 1,8m hoch. Die Wurzel ist im ersten Herbst wie Schwarzwurzel verwendbar. Sehr robust, anspruchslos und selbstaussäend. Aus den feingemahlenden Triebenden macht man Nachtkerzenöl. Die gelben, intensiv duftenden Blüten öffnen sich erst abends und schließen sich vormittags wieder.
- Neuseeländer Spinat:** (Tetragonia tetragonioides) V3-4, E7-9, e, bis 50cm hoch. Ein Spinatgemüse das nicht schießt und viele kleine Blätter bildet, die man laufend ernten kann. Samen vor der Aussaat 1 Tag einweichen.
- Nicandra:** (Nicandra physaloides), A3-5, Höhe bis 1,2m. Diese Pflanze ist giftig und nicht zum Verzehr geeignet! Sie dient zur Abwehr der Weißen Fliege und hat dabei sehr schöne blaue Glockenblüten und violettgrün gefärbte Früchte.
- Quinoa:** (Chenopodium quinoa) A4-5, E9-10, e, auch Reismelde genannt. Mittelamerikanisches Gänsefußgewächs. Getreidepflanze. Die bis 2mm großen Körner sind leicht auszudreschen und sehr ertragreich. Wie Reis dünsten als feine Beilage, zuvor Wässern und Wasser wechseln.
- Parakresse:** A3-6, E7-10, e. Die Blätter haben ein pfeffrig, kresseartiges Aroma. Sehr schöne gelbe Blütenköpfe mit roter Mitte. Lichtkeimer.
- Rapunzel:** (Campanula rapunculus) A5-6, E3-4, z, w. Liebhabergemüse mit blauen glockenförmigen Blüten. Die Blätter werden im Vorfrühling wie Feldsalat gegessen. Die sehr kleine weiße Rübe kann im Oktober roh oder gekocht gegessen werden.
- Roter Camargue Reis:** (Oryza sativa) A5, E10.e Eine Reissorte aus Südfrankreich. Um Auszureifen ist in den meisten Gegenden Deutschlands der Anbau im Gewächshaus oder Folientunnel zu empfehlen. Kann, muss aber nicht im Wasser stehen.
- Römische Kamille:** (Chamaemelum nobile) m, w, weiße Duftmargeritenblüten und fein friedige Blätter. Nach Äpfeln riechend. Hervorragend für Duftstrasen. Wird auch Badekamillegenannt. Für nährstoffreiche Böden.
- Schwarzbeere:** (Solanum burbankii) A4, E8-9, e, auch 1-jährige Gartenheidelbeere genannt. Viele kleine schwarze süße Beeren. Sehr ertragreich. Zum roh essen oder als Marmelade. Kultur wie Buschtomate.
- Spargelerbse:** (Tetragonolobus purpureus) A4, E6-8, e. Wunderschöne, dunkelrot blühend. Sehr junge geflügelte Hülsen schmecken gekocht spargelähnlich. Laufen abernten, da die Hülsen bald hart werden.
- Speisechrysantheme:** (Chrysanthemum coronarium) A4, E7-9, e. G. Würzpflanze und Schnittblume. Blüte gelb/weiß. Blätter als Salatwürze oder ins Gemüse.
- Tabak Bauern-:** (Nicotiana rustica), V4 oder A5, E8, e, gelb/grüne Blüten, robust.. Höhe 1m. Als Rauchtobak aber sehr hoher Nikotingehalt.
- Tabak Virginischer:** (Nicotiana tabacum), V4 oder A5, E8-9, e, gelb/grüne Blüten, robust. Höhe bis 2,5m. Die bis 40cm langen hellgrünen Blätter werden als Tabak verwendet. Sehr hübsch auch als Zierpflanze. Sonniger, warmer Standort und ausreichend giessen.
- Tomatillo:** (Physalis ixocarpa) V4, E-10, e, Nachtschattengewächs. Früchte wachsen in grünen Lampions die bei reife aufplatzen. Die Früchte selbst sind dunkellila und werden gekocht verwendet. Kultur wie Tomaten, aber kein ausgeizen. Braucht Sonne und Wärme.
- Weberkarde:** (Dipsacus sativus) A3-4, E7-8, z, w, H. Höhe über 2m. Feuchter, nährstoffreicher, kalthaltiger Boden. Lila Blüte in walzenförmigen Köpfchen. Für Trockenblumenbinderei, Heilpflanze zur Behandlung von Hautkrankheiten. Wurde früher angebaut um Wollstoffe aufzurauen.
- Wildreis:** (Zizania aquatica), e. Ursprünglich aus den USA, essbar. Gehört zu den Süßgräsern, wird aber oft als Wildreis verkauft. Nussartiger Geschmack. Höhe bis 3m. Keimt bereits bei Frost.
- Winterpostelein:** (Claytonia perfoliata, Montia perfoliata) A9-11, E2-3, z, w, Wird auch Winterportulak genannt. Vielseitig verwendbar als Wintersalat mit fleischigen Blättern und angenehm säuerlichem Geschmack. Kultur wie Feldsalat, Ernte vor der Blüte.
- Wurzelpetersilie, halblange:** A3-4, E10, z, Wurzelpetersilie mit sehr aromatischer, großer zylindrischer Wurzel. Nicht ganz winterhart.
- Zuckerrübe Dieckmanns Optima:** (Beta vulgaris subsp. vulgaris) A4-5, E8, z, w. Eine sehr alte Sorte. Robust und ertragreich mit zylindrischer Form.
- Zuckerwurzel:** (Sium sisarum) A4, E10, m, w, altes mitteleurop. Wurzelgemüse. Vermehrung durch Aussaat oder Teilung. Die weißen Wurzeln wachsen in Büscheln und können den ganzen Winter ausgegraben werden. Geschmack zwischen Petersilie und Pastinake aber süß. Schöne weiße Doldenblüten.

## **GEWÜRZE, TEE, HEILPFLANZEN**

- Alant:** (Inula helenium), A5, E7-10, a, w, H, großblättrige Solitärstaude bis 2m Höhe, ab dem 2. Jahr gelbe Blüte, sonnig bis halbschattiger Standort. Korbblütler. Wurzel als Heilmittel gegen Asthma, Verschleimung und als Magenmittel. Im Mittelalter auch für Alantwein. Honigpflanze.
- Andorn:** (Marrubium vulgare) V3-4, B, G, H, a, w, weiße Blüten, filzige Blätter mit ätherischen Ölen. Stärkend und belebend. Immergrüne Hustendroge. Wächst auf magerem Boden in voller Sonne. Höhe 40-80cm. Kleine cremefarbene Blüten von Juni-September. Kandierter Andorn ist eine Süßigkeit bei Husten, etc. Als Tee nimmt man ca. 30g frische oder getrocknete Blätter auf 1/2l kochendes Wasser und lässt 10-15 Min. ziehen.
- Anis-Ysop:** (Agastache anisata), a, w, B, T, A4, E7-9, Höhe 1m, robuster Lippenblütler der Schmetterlinge anzieht. Sehr schöne lila Blütenstände. Für Süßspeisen und Tees oder grünen Salaten.
- Anisangastache:** (Agastache foeniculum), a, w, B, T, A4, E7-9, Höhe 1m, robuster Lippenblütler der Schmetterlinge anzieht. Sehr schöne lila Blütenstände. Für Süßspeisen und Tees oder grünen Salaten.
- Arnika:** (Arnica chamissonis ssp. foliosa), a, w, H, A4, E7-8, Höhe 30 cm, gelbe Blüten, äußerlich anzuwendendes Heilmittel bei Verletzungen.
- Baldrian:** (Valeriana officinalis), a, w, A4-5, E5-8, H, T, Höhe bis 1,6m, liebt feuchte, nährstoffreiche Böden. Blasrosa Blüten von Juni-August. Die Wurzel wirkt als Wurzelkaltauszug beruhigend, dazu 10g Wurzel je 100ml kaltem Wasser für 12h einweichen, abseihen und 2-3 Tassen pro Tag bei allgemeinen nervösen Beschwerden.
- Bärlauch:** (Allium ursenum), a, w, A9, E3-4, H, G, Sehr gutes Frühjahrsgemüse. Blätter vor der Blüte ernten. Weiße Sternblüten. Milder Knoblauchgeschmack. Als Heilmittel schon bei den Römern bekannt.
- Basilikum** (Ocimum basilicum)  
Basilikum ist ein Lippenblütler und will einen warmen, sonnigen, windgeschützten Standort ohne Nässe. Lässt sich aber auch auf der Fensterbank ziehen. Lichtkeimer, d. h. Samen nur sehr dünn mit Erde bedecken. Die Würzkraft ist kurz vor der Blüte am größten. Werden die Pflanzen nicht in Büscheln sondern einzeln gepflanzt werden sie größer. Um buschige Pflanzen zu erhalten den Haupttrieb einkürzen.
- Feines, grünes, krauses Basilikum:** V2-4, E5-10, B, D, G, T, viele kleine krause Blätter mit typischem Aroma.
- Fino Verde:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T. Das beste Basilikum für Pesto. Kleine relativ dicke Blätter. Konzentrierter Geschmack. Wächst zu Beginn langsam.
- Genoveser Basilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, große, dunkelgrüne, gewölbte Blätter mit typischem Aroma.
- Großes, grünes Basilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, große, dunkelgrüne, gewölbte Blätter mit typischem Aroma. Als Tee beruhigende, erwärmende und schweißtreibende Wirkung. Universalgewürz.
- Heiliges Basilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, wird auch Tulsi genannt. Kleine Blätter mit ungewöhnlichem Aroma.
- Kampferbasilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, (wildes Basilikum). Wüchsige Pflanze mit kleinen Blättern. Das kräftige Aroma ist ähnlich dem Heiligem Basilikum. Sehr robust.
- Mexikanisches Gewürzbasilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T. Schönes Basilikum mit rotem Stängel und Blüten. Süßes, intensives Aroma und relativ robust. Wird auch Zimbasilikum genannt.
- Neapolitanisches Basilikum:** V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, sehr große, lindgrüne, gekrauste Blätter mit gutem pfeffrigem Aroma.

Thai Basilikum: V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, grüne und rote Blätter, intensiver sehr interessanter Geschmack

Zimtbasilikum: V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, Ein Basilikum das nach Zimt duftet. Sonniger, warmer und windgeschützter Standort ohne Nässe.

Zitronenbasilikum: V2-4, E5-10, e, B, D, G, T, viele kleine Blätter mit kräftigem Zitronenduft.

Benediktendistel: Cnicus benedictus A3-5, E6-8, e, Höhe 60 cm. Alte orientalische Heilpflanze. Gelbe Korblüten. Blätter scharf stachelig gezähnt.

Das Kraut als Tee ist ein Stärkungsmittel bei Nervenschwäche und Anämie, Leber- und Gallenleiden. Wächst auf steinigem Ödland.

Bertramsgarbe: (Achillea ptarmica) a, w, A4-5, Höhe bis 60cm. Weiße Blüte von Juli bis August. Getrocknet als Niespulver. Blätter als Salat, die Wurzel bei Zahnweh.. Auch hübsch als Schnittblume.

Bibernelle, große: Pimpinella major A3-5, E6-9, a, w, Höhe bis 1m. Alte heimische Heilpflanze, die auch zum Würzen von Wein und Bier verwendet wurde. Weiße Doldenblüten von Juni bis September. Für fette und nährstoffreiche Böden.

Blaue Verbene: (Verbena hastata) V3, E7-10, a, w, Schöne im hohe Staude für feuchte Gartenbereiche. Blüten mehr lila als blau. Das Kraut hat beruhigende Wirkung als Tee bei Schlaflosigkeit. Eines der 4 heiligen Kräuter der Kelten.

Bockshornklee: (Trigonella foenum-graecum), A4, E7, e, G, H, die Samen sind ein wichtiger Bestandteil von Curry und Chutney aber auch für Keimlinge geeignet. Zur Steigerung der Aktivkräfte, fiebersenkend, entwurmend, äußerlich als Senfpflaster. Sonniger, geschützter Standort ohne Staunässe. Höhe 50cm.

Bergbohnenkraut: (Satureja montana) a, w, V4, E8-11, G, Höhe 30cm, aromatisches Küchengewürz für Gemüse-, Fleisch-, und Bohnengerichte.

Absolut frosthart, sonniger Standort mit durchlässigem, magerem etwas kalkhaltigen Boden bevorzugt., Lichtkeimer.

Bohnenkraut, einjähriges: (Satureja hortensis) A5, e, E7-9, Würzkräuter für alle Bohnengerichte. Blüte weiß/lila. Höhe 30cm.

Bolivianischer Koriander: (Perophyllum ruderales), A4, E7-9, Würzkräuter ähnlich Petersilie, aber ganz anderes, sehr intensives Aroma. Verträgt Trockenheit.

Boretsch: (Borago officinalis), A4-6, E6-9, e, G, H, auch Gurkenkraut genannt da es ideal zu Gurkensalat passt. Dazu die jungen Blätter klein hacken.

Auch die blauen Blüten sind essbar und sehr dekorativ. Höhe bis 80cm. Delikatesse: Blüten einzeln in Eischnee tauchen, auf Pergamentpapier legen und mit feinem Zucker bestreuen und im lauwarmen Ofen trocknen. Lässt sich in verschlossenen Gläsern aufbewahren. Die jungen Blätter enthalten sehr viel Vitamin C.

Brunnenkresse: (Nasturtium officinale) A3-9, E5-12, e. Muss immer sehr nass gehalten werden. Samen nur dünn mit Erde bedecken. Nach dem anwachsen immer einen Wasserstand von 1,5cm halten. Die Blätter können als Salat gegessen werden.

Chinesische Gemüsemalve: (Malva verticillata), A4-7, E6-10, e, G, auch Krause Gemüsemalve genannt, Höhe bis 1m. Eine der ältesten chinesischen Kulturpflanzen. Als Salat oder Blattgemüse. Blätter breit, gekraust und essbar. Blüte klein, weiß.

Dill: (Anethum graveolens), A4-6, E6-9, e, G, aromatisches Gewürzkräuter. Zum Trocknen kurz vor der Blüte schneiden. Mehrfach aussäen um laufend frische Dillblättchen ernten zu können. Auch als Zwischensaat bei Karotten, Zwiebeln und Gurken. Sonniger Standort, der aber nicht zu trocken sein darf. Hilft gegen Blähungen und Magenverstimmung. Unreife Samen zum Einlegen von Gurken, Zucchini etc.

Echinacea rot: (Echinacea purpurea) V4. Roter Sonnenhut. Heilpflanze die das Immunsystem stärkt. Sehr schöne purpur Blüte. Auch als Schnitt- oder Trockenblume. Bienenweide. Höhe ca. 1m.

Eibisch: (Althaea officinalis) A3-4, a, w, bis 1,5m hoch. Sehr hübsches heimisches Malvengewächs. Wichtige Heilpflanze. Die Wurzel kann sowohl kandierte als auch als Gemüse gegessen werden. Zartrosa Blüten. Sonniger, feuchter Standort auf gutem Gartenboden.

Eisenkraut: (Verbena officinalis), a, w, V4, E7-8, H, alte Heilpflanze, sonniger und trockener Standort. Eines der 4 heiligen Kräuter der Kelten. Soll Aufmerksamkeit und Freude am Lernen steigern. Weiße/blaslila Blüten von Juni-September. Wurde schon von den Druiden hoch geschätzt. Für einen Tee 15-30g Blätter mit 1/2l kochendes Wasser aufgießen. Bei Magenverstimmung, Husten und Nervosität.

Erdginseng: (Talinum paniculatum), e, A4, Gemüse- und Heilpflanze. Wird auch Tu Ren Shen genannt. Kleine tiefrote Blüten und fleischige Blätter. Allgemeines Kräftigungsmittel der chinesischen Medizin.

Erdrauch: (Fumaria officinalis), a, w, A4, wirkt reinigend und austrocknend (bei Hautleiden). Mohngewächs. Erdrauch ist ein keltisch-germanisches Räuchermittel. Als ungiftiges Wildkraut kann es auch in Frühjahrssalaten verwendet werden. Blüten purpur.

Europäische Goldrute: (Solidago virgaurea), a, w, A4-8, sehr hübsche heimische Pflanze die durch die kanadische Goldrute fast vollständig verdrängt wurde. Selten. Magerer Boden.

Fenchel, Bologneser: (Foeniculum vulgare), A4-6, E7-10, a, B, G, H, T, warmer, sonniger Standort. Höhe bis 2m. Gute Nachbarn: Endivien; Erbsen, Gurken, Salat, Salbei. Schlechte Nachbarn: Bohnen, Tomaten. Gelbe blühte ab dem 2. Jahr. Als Tee oder Brotgewürz.

Fenchel, bronzefarbener: (Foeniculum vulgare var. rubrum), A4-6, E7-10, a, w, B, G, H, T, Gewürzfenchel mit filigranen, bronzefarbenen Blättern. Bildet keine Knolle, Starkzehrer und Tiefwurzler. Das Laub und die Samen sind als Gewürz nutzbar. Absolut winterhart.

Fenchel, gewöhnlicher: (Foeniculum vulgare var. dulce), A4-6, E7-10, a, w, B, G, H, T. Wie Bologneser Fenchel, aber Stängel etwas dünner und absolut winterhart.

Flohkraut, großes: (Pulicaria dysenterica) A4-6, a, auch Ruhrwurz genannt da es früher als Heilpflanze gegen Ruhr genutzt wurde. Große A stern ähnliche gelbe Blüten. Samen nur dünn mit Erde bedecken. Sonniger Standort.

Flohsamen: (Plantago psyllium), A4, E7-9, e, Samen als Schleimdroge für Magen- und Darmerkrankungen, aber auch zum Appretieren in der Färberei. Höhe ca. 30cm.

Gamander Salbei: (Teucrium scordonia) A3-4, a, w. Attraktive Blütenpflanze mit gelben Blütenkolben. Bienenweide. Alte Heilpflanze die wie Salbei verwendet wird. Ovale, herzförmige Blätter. Fördert den Appetit. Getrocknetes Kraut als Tee.

Gewürztagetes Lemon Gem: (Tagetes tenuifolia), V4, E7-8, e, B, G, T. Gewürztagetes riechen nicht so penetrant wie normale Tagetes. Die Blätter haben ein Aroma nach Mandarinenschalen und passt gut zu Salaten, Fruchtsoßen und Desserts. Auch hübsch als Zierpflanze mit zitronengelben Blüten. Höhe bis 30cm.

Gewürztagetes Orange Gem: (Tagetes tenuifolia), V4, E7-8, e, B, G, T. Leuchtend orange Blüten sonst wie Lemon Gem.

Gewürztagetes Mischung: (Tagetes tenuifolia), V4, E7-8, e, B, G, T. Mischung mit orangenen, roten und gelben Blüten.

Gummibärchenpflanze: (Cephalophora aromatica), A3, E6-9, e, Duftpflanze mit vielen gelben Blütenköpfen. Wird in Chile zum Färben und als fiebersenkendes Mittel verwendet. Die gelben Blüten duften nach dem zerreiben nach Gummibärchen.

Heilziest: (Stachys officinalis), V3-4, E7-9, a, w, B, H, auch Betonie genannt. Alte Heilpflanze mit hübschen rotviolett Blüten. Als Tee gegen Husten, Erkältung, Kopfweg. Hat eine desinfizierende und zusammenziehende Wirkung. Für magere Böden. Höhe bis 50cm.

Herzgespann: (Leonurus cardiaca), V3-4, E7-9, a, auf mind. 30cm vereinzeln. Alte Bauerngartenpflanze. Auch als Heilpflanze gegen Rückenleiden, Blähungen etc. Bienen- und Hummelweide. Blaslila Blütenkerzen.

Jungfer im Grünen: (Nigella damascena) A3-5, E5-8, e. Höhe 50cm. Hübsche Blume mit blauen Blüten von Juni-Juli. Aus diesen entwickeln sich grüne Kapseln, die von auswachsenden Stempeln wie von Hörnern gekrönt werden. Die Samenkapseln benutzt man auch als Trockenblumen. Die gemahlene Samen werden auch als Gewürz verwendet.

Kapuzinerkresse: (Tropaeolum majus) A5-6, e. Kletterpflanze mit gelben und orangen Blüten. Frische Blätter als Würzkräuter, die Blüten dienen als Dekoration. Sonniger Standort bevorzugt.

Kerbel, gewöhnlicher: (Anthriscus cerefolium), A3-4,9, E5-7, e, w, G, H, Höhe bis 60cm. Doldengewächs. Appetitanregend und bluteinigend.

Feinblättrig, passt gut zu Fisch, Lauchsuppe oder aufs Brot. Im Abstand von 2-4 Wochen säen um immer frisches Laub zu ernten. Halbschattiger Standort. Ernte bereits nach 6-8 Wochen. Mehrfach aussäen.

Kermesbeere: (Phytolacca americana) V4, z, w. Die saftigen, schwarzen Beeren schmecken angenehm fad und wurden früher zum Weinfärben verwendet. Färbt purpur. Die im Winter gesammelte Wurzel diente als Brechmittel. Sehr hübsche Staude mit großen Blütenkerzen und später mit schwarzen Beeren.

Schnittknoblauch, Chin. Lauch: (Allium odorum) A4, a, w, ein großblättriger Schnittknoblauch. Die ganze Pflanze ist wesentlich größer und breiter als der normale Schnittknoblauch. Sehr schöne weiße Blüten. Reichhaltiges Aroma.

Königskerze, kleinblütige: (Verbascum thapsus), A6-7, z, H, sonniger, humoser und sandiger Standort. Im ersten Jahr bildet sich eine Blattrosette, im 2. Jahr der bis 2m hohe Blütenstängel. Blüte gelb. Die getrockneten Blüten ergeben einen schleimlösenden Hustentee.

Königskerze, schwarze: (Verbascum nigra), A6-7, z, H, sonniger, humoser und sandiger Standort. Im ersten Jahr bildet sich eine Blattrosette und im 2. Jahr der bis 1,2m hohe Blütenstängel. Blüte gelb mit rot und braun.

**Koriander Cilantro:** (*Coriandrum sativum*), A3-4,9, E6-8, e, G, sonniger Standort. Verträgt auch leichten Frost. Blattkoriander. Die milden Blätter passen zu vielen Speisen. Benötigt ausreichend Feuchtigkeit.

**Koriander echter:** (*Coriandrum sativum*), A3-4,9, E6-8, e, G, sonniger Standort auf durchlässigem, leicht kalkhaltigem Boden. Anspruchslos. Höhe 60cm. Doldengewächs mit gefiederten Laubblättern und langgestielten, weißen Dolden. Verträgt auch leichten Frost. Frische Blätter als aromatisches Gewürz ähnlich Petersilie zu Fleisch oder Gemüse. Samen für Brot oder Gewürzmischungen. Koriandersamen lassen sich getrocknet gut lagern.

**Koriander Santo:** (*Coriandrum sativum*), A3-4,9, E6-8, e, G, sonniger Standort. Verträgt auch leichten Frost. Schnittkoriander dessen frische Blätter als Gewürz ähnlich Petersilie oder Gemüse verwendet werden. Samen für Brot oder Gewürzmischungen.

**Koriander Zitronen-:** (*Coriandrum sativum*), A3-4,9, E6-8, e, G, sonniger Standort. Verträgt auch leichten Frost. Schnittkoriander mit Zitronenaroma. Ursprünglich aus England.

**Kornrade:** (*Agrostemma githago*), A4, e, 1-2 jährige, bis 100cm hohe Pflanze mit purpurnen Blüten von Juni – Juli. Giftig!

**Kresse, Einfache-:** (*Lepidium sativum*) A3-9, E6-10, e, glatte Blätter. Als Salat oder auf Brot. Wirkt blutreinigend, appetitanregend und harntreibend. Hoher Vitamin C Gehalt, wirkt als erfrischende Kur gegen Frühjahrsmüdigkeit. Feuchter Boden in sonniger bis schattiger Lage. Mehrfach aussäen um immer frische Kresse zu ernten. Kreuzblütler.

**Krause Kresse:** (*Lepidium crispum*) A3-9, E6-10, e, krause Blätter. Als Salat oder auf Brot. Wirkt blutreinigend, appetitanregend und harntreibend. Anbau wie normale Gartenkresse.

**Kümmel:** (*Carum Carvi*), A4-8, E8, w, z, G, H, will leicht sauren, mageren feuchten Boden. Verdauungsfördernd, krampflösend und gegen Blähungen. Blühte im 2. Jahr. Höhe ca. 1m. Doldenblütler und Lichtkeimer.

**Kümmel einjährig:** (*Carum Carvi*), A4-8, E8, w, z, G, H, wie normaler Kümmel, aber bei Voranzucht im März einjährig.

**Mauretanische Malve:** (*Malva sylvestris* ssp. *mauretanica*) A4-5, e, raschwüchsige Malve mit sehr schönen großen, rotlila Blüten. Getrocknet in Teemischungen verwendbar. Auch als Gurgelmittel und zur Waschung eitriger Wunden.

**Melisse, Türkische:** (*Dracocephalum moldavicum*), A4-5, E6-10, e, B, G, T, auch moldawische Melisse oder Drachenkopf genannt. Schnell wachsende Pflanze mit leuchtend blaue Blüten die Bienen und Schmetterlinge anlocken. Melisse mit mildem Zitronengeschmack gut für Tee oder als Rabattenpflanze

**Melisse, Weiße:** (*Nepeta catanica citriodora*) A4-5, a, w, D, B. Alte Bauerngartenpflanze die als Tee sehr gut schmeckt. Höhe 1m.

**Mexikanisches Teekraut:** (*Chenopodium ambrosioides*), A4, E7, a, B, G, H, T, Samen, Blätter und Öl als indianisches Heilmittel gegen Würmer. Leicht terpeninartig riechendes Gänsefußgewächs. In hohen Dosen giftig. In Mexiko als Tee, Gewürz oder Gemüse.

**Minze, mexikanische:** (*Agastache mexicana*), V-34, E7-10, a, w, B, G, T, auch wird auch Limonadenpflanze genannt. Intensiv anisartiges Aroma, dekorative Blütenstände. Für Kräutertees, Salate, Garnierungen und Duftpotpourris.

**Mohn blaslila:** (*Papaver somniferum*) A3-5, E8, e, G, H, Höhe 1m, Korn blaslila. Für Brötchen, Kuchen etc.

**Mohn Weißer:** (*Papaver somniferum*) A3-5, E8, e, G, H, Höhe 1m, Große weiße Blüte und große Samenkapseln. Weiße Samen. Für Brötchen, Kuchen, Trockengestecke etc.

**Muskatkraut:** (*Achillea docolorans*) A9, E7-8, z, w, G, Höhe bis 2m. Alte fast vergessene Würzpflanze. Während der weißen Blüte bildet die Pflanze das Aroma der Musaknuss. Verwendung frisch oder getrocknet.

**Muskatellersalbei:** (*Salvia sclarea*) A5, E6-8, z, w, G, Höhe bis 1,5m. Bildet im 2 Jahr große blasslila Blüten die stark aromatisch duften. Schöne Solitärpflanze und altes Weinwürzmittel. Auch zur Herstellung von Kölnisch Wasser, Parfüm und Seife verwendet. Eine attraktive Bereicherung des Blumenbeetes und des Kräutergartens.

**Muskatellersalbei, weißer:** (*Salvia sclarea* Vatican White) A5, E6-8, z, w, G, Blüten weiß, sonst wie normaler Muskatellersalbei.

**Mutterkraut:** (*Chrysanthemum parthenium*) A4-5, E6-9, e, stark aromatische Staude mit kleinen Margariten ähnlichen Blüten. Verwildert bei uns leicht. Verwendung bei nervösen und hysterischen Beschwerden, Arthritis, Schwellungen, Migräne und Kopfweh. Sehr alte Heil- und Bauerngartenpflanze. Höhe 80cm.

**Ochsenzunge:** (*Anchusa officinalis*) A4, a, w, heimische Wildpflanze mit schönen blauen Blüten. Raubblattgewächs. Sonniger, trockener Standort auf normalem Gartenboden.

**Odermennig:** (*Agrimonium eupatoria*), A3-4, a, w, E6-8. Heimische Volksheilpflanze. Gerbstoffhaltige Leberheilpflanze. Für lockere und trockene Böden, sonnig. Gelbe schwach duftende Blüten in langen reichblütigen Trauben. Höhe 1m.

**Perilla purpurrot:** Auch Shiso genannt. V4, E7-8, e. Ein japanisches Traditionsgewürz mit purpurroten Blättern und rosa Blütenkerzen. Eine Zierde des Gartens mit Exotischem Aroma. Die Blätter werden kurz vor dem Anrichten in die Suppe, zu Teigwaren, Reis oder Rührgebratenem geschnitten. Lichtkeimer.

**Petersilie:** (*Petroselinum crispum*)  
Doldenblütler. Man unterscheidet nach Art der verwendeten Teile Blatt- und Wurzelpetersilie. Zum Anbau sollte man den Standort jährlich wechseln. Keine Staunässe sonst wird sie gelb. Ein durchlässiger, normaler Boden genügt. Nicht zu dicht säen. Petersiliensaft ist ein guter Mückenschutz. Hilft der Verdauung und lindert Blähungen. Vor allem die Samen enthalten das Gift Apiol und sollten nicht gegessen werden.  
Gute Nachbarn: Tomaten, Tagetes. Schlechte Nachbarn: Salat.  
**Einfache Schnitt:** A3-8, E6-8, z, w, glatte Petersilie die schnell nachwächst.  
**Grüne Perle:** A3-8, E6-8, z, w, krause Petersilie mit sehr gutem Aroma.  
**Halblange Wurzelpetersilie:** A3-8, E10, z. Wurzelpetersilie mit sehr aromatischer, großer zylindrischer Wurzel. Nicht ganz winterhart.  
**Italienische:** A3-8, E6-8, z, w, glatte Petersilie mit langen, dicken Stengeln. Hoher Ertrag und starkduftend..

**Pimpinelle:** (*Sanguisorba minor*), A3-4, E 4-10, m, w, auch kleiner Wiesenkopf genannt, wächst völlig unproblematisch. Die Blätter pflückt man und verwendet sie frisch zu Salat, Quark und Eiern. Aus der Wurzel macht man Mundwasser.

**Portulak, gelber:** (*Portulaca oleracea*), A4-6, E8-10, e, G, Höhe bis 40cm. Sonniger Standort, auf lockerem, sandigem Boden. Dickfleischige Blätter und Stängel für Salat oder Gemüse. Das Kraut ist vitaminreich und wirkt blutreinigend. Hilft gegen Kopfschmerzen.

**Portulak, grüner:** (*Portulaca oleracea*), A4-6, E8-10, e, G, Höhe bis 40cm. Gleich wie gelber Portulak aber Blätter dunkelgrün.

**Rainfarn:** (*Tanacetum vulgare*) A4, E7-10, m, w, H. Giftig. Gewürzartig duftende Staude, auch als Zierpflanze für nährstoffreiche, lehmige Böden. Für Pflanzenjauchen und Brühen. Staude 1,2m hoch mit feinzerteiltem Blatt und großen, gelben Doldenblüten von Juni-September. Heilpflanze gegen Würmer, wurde früher auch als Gewürz benutzt. Der Duft getrockneter Rainfarns vertreibt Insekten.

**Ringelblume:** (*Calendula officinalis*) A3-4, E6-10, e, B, H. Höhe bis 50cm. Leuchtend gelbe bis orange Blüten. Wichtige Heilpflanze z. B. bei Schnittwunden (Ringelblumensalbe). Für Mischkultur zwischen die Beete. Blütenblätter für Salate und als Färbemittel für Butter und Käse. Korbblütler und typische Bauerngartenpflanze. Hat eine pilz- und entzündungshemmende Wirkung und bereits die Römer kannten die fiebersenkende Wirkung.

**Russische Nachviole:** (*Hesperis matronalis*) A7, m, w, Sehr schöne violette Blüten. Zieht Schmetterlinge an und vertreibt Läuse (z. B. bei Rosen). Duftpflanze. Alte Heilpflanze die schweißtreibend wirkt. Samen schmecken scharf wie Kresse.

**Saatleindotter:** (*Camelina sativa*), A4, E8, e, Höhe bis 50cm. Samen als Gewürz. Öl für Speisezwecke und Leuchtöl, sowie Seifenherstellung. Anspruchslos.

**Salatrauke:** (*Eruca sativa*), A4-9, E10-11, z, w, auch Rucola genannt. Schnellwüchsig, es sind mehrere Schnitte möglich. Junge Blätter sind sehr schmackhaft scharf, kresseartig und werden als Salatbeigabe verwendet. Kreuzblütler.

**Schabziger Klee:** (*Trigonella caerulea*), A4-5, E 6-7, e, G, wird auch Brotklee genannt da man ihn als Brotgewürz verwendet. Aber auch zu Pizza, Käse oder Quark. 0,5m hoch mit hellblauen Blüten. Verwendet wird das getrocknete Laub sowie die Samen.

**Schafgarbe weiß:** (*Achillea filipendulina*) A 4, a, w, Blüte weiß. Ähnliche Heilwirkung wie Kamille. Ach als Schnittblume, Duftpflanze und Bienenweide.

**Schnittknoblauch Knolau:** (*Allium tuberosum*) A4-7, a, w. Bildet keine Knollen, aber flache, dickrührige Blätter, ähnlich Schnittlauch. Blüte weiß.

**Schnittlauch:** (*Allium schoenoprasum*) A 3-5, E 3-10, a, w, G, mitteldicke Röhren mit lila Blüten. Universalgewürz.

**Schöllkraut:** (*Chelidonium majus*) A4-6, E5-10, auch Warzenkraut genannt. Eine Heilpflanze deren Milchsaft zur Warzen- und Hühernaugenbekämpfung genutzt wird. Dazu Stängel abschneiden und Milchsaft auf die betroffene Stelle reiben. Das frische Kraut wirkt bei Reizhusten beruhigend. Blüte goldgelb. Höhe bis 90cm. Achtung: Giftiges Mohngewächs, Höchstmenge 1 Teelöffel je Tasse!

**Seifenkraut:** (*Saponaria officinalis*), V4, E8-9, a, w, F, H, die orangenen Wurzeln ergeben eine milde Waschlauge für Seifenallergiker. Harntreibende, blutreinigend auswurfördernde Heilwirkung. Blüten blasrosa, Abends nach Nelken duftend. Sonlig bis halbschattiger Standort.

**Senf, gelber:** (*Brassica alba*), A3-9, E8, e, B, G, H, Samen gelb. Am besten früh morgens ernten, damit die Samen nicht ausfallen. Als Speisesenf, oder Gründüngung. Auch die Blätter sind essbar.

**Senf, schwarzer:** (*Brassica nigra*), A3-9, E8, e, B, G, H, Samen schwarz, sonst wie gelber Senf, aber schärfer. Am Besten früh morgens ernten, damit die Samen nicht ausfallen.

**Sonnenblume black dye:** (*Helianthus annuus*) A5, e, gelbe Blüten mit dunkler Mitte. Mit den violetten Schalen der Kerne färbten die Hopi Indianer Früher Kleidung und Flechtwerk. Höhe über 2m. Benötigt guten Gartenboden in voller Sonne.

**Sonnenblume Moulin Rouge:** (*Helianthus annuus*) A5, e, dunkelrote Blüten an verzweigten Stielen. Höhe 2m.

**Sonnenblume Russische Riesen:** (*Helianthus annuus*) A5, e, große, gelbe Blüten. Höhe 2m. Benötigt guten Gartenboden in voller Sonne.

**Sonnenhut, roter:** (*Echinacea purpurea*) V4. Sehr schöne purpur Blüte. Auch als Schnitt- oder Trockenblume. Bienenweide. Höhe ca. 1m.

**Sonnenhut weiß:** (*Echinacea purpurea* "White swan") V4. Wie Roter Sonnenhut aber mit weißen Blüten.

**Stechapfel Weißer:** (*Datura astramonium*), A4-5, e., giftige Pflanze aus Mittelamerika mit großen, weißen Blüten. Die Früchte sind stachelig und wurden früher zur Wahrsagung genutzt.. Nicht essbar!

**Süßdolden:** (*Myrrhis odorata*), A9-10, E5-6, a,w, B, G, T, Frostkeimer. Auch Myrrhenkerbel genannt. Alte Bauerngartenpflanze mit dekorativen, weißen Dolden. Süßer Anisduft. Die Blätter können als früher Pflücksalate verwendet werden, passen aber auch zu Suppen und Eintöpfen. Unreife, grüne Samen schmecken süß. Später werden die bis 3cm großen Samen schwarz und hart. Samenöl als Möbelpolitur.

**Weinraute:** (*Ruta graveolens*), A5-6, E7-9, a, w, B, G, H, hübsche bis 80 cm hohe Pflanze mit blaugrünen Blättern. Rautengewächs für sonnige Standorte. Durch ihren intensiven Geschmack wurde sie früher zum Würzen von Wein, Grappa Kräuteresig verwendet, aber auch zu Fleisch, Salat und Käse. Sparsam verwenden. Blüte gelb Gefäßerweiternde Wirkung. Durch Rückschnitt im Frühjahr wächst sie buschiger.

**Wildes Bergamott:** (*Monarda fistulosa*) a, w. Aussehen wie Goldmelisse. Schöne lila Blüten. Aroma erinnert an Thymian. Starkduftend.

**Wilde Monarde:** (*Monarda fistulosa*), V3-4, E7-8, a, w, G, T, bis 80cm hoch. Blüten fliederfarben. Minzeähnliche Blätter als Gewürz oder Tee. Teilung im Frühjahr möglich. Wird auch Wildes Bergamott genannt.

**Ysop blaublühend:** (*Hyssopus officinalis*), V4, E 7-9, a, w, B, G, H, T, kleine tiefblaue Blüten. Alte schleimlösende Heilpflanze Strauch niedrig, verholzend. Gut zu Lammfleisch, Quark oder in Tee. Trockener Standort in voller Sonne. Magerer steiniger Boden. Kann 2-3 Mal im Jahr beerntet werden.

**Ysop rosablühend:** (*Hyssopus officinalis* „Rosea“), V4, E 7-9, a, w, B, G, H, T, rosa Blüten sonst wie blaublühender Ysop. Ernte 2-3 mal im Jahr.

**Zaunrübe, rote:** (*Bryonia cretica*) A4, a, w kletternde Pflanze mit roten Beeren. Die ganze Pflanze ist giftig, aber die Wurzel wurde früher als Mittel gegen Übelkeit verwendet. Heute nur Einsatz in der Homöopathie.

**Zitronenkatzenminze:** (*Nepeta catharica citriodorus*), A4-6, a, w, Sehr hübsche ca. 80cm hohe Staude für Tees. Schmeckt wie Katzenminze mit Zitronenaroma. Nährstoffreicher Boden.

## **BLUMEN**

Der Übergang von der Nutz- zur Zierpflanze ist fließend. Viele Nutzpflanzen haben wunderschöne Blüten und passen auch in Rabatte oder Bauerngärten. Amaranth, Lein, Melde, Quinoa oder Baumspinat sowie viele weitere sind hier aber trotzdem nicht nochmals aufgeführt.

### **Einjährige:**

**Balsamine:** (*Impatiens balsamina*) A4, e, Höhe bis 40cm. Chinesisches Heilkraut bei Halsentzündungen. Bei uns bekannt als Beetpflanze.

**Chinesische Gemüsemalve:** (*Malva verticillata*), A4-7, E6-10, e, G, auch Krause Gemüsemalve genannt, Höhe bis 1m. Eine der ältesten chinesischen Kulturpflanzen. Als Salat oder Blattgemüse. Blätter breit, gekraust und essbar. Blüte klein, weiß.

**Kosmea bunt:** (*Cosmos bipinnatus*) V4, A5, e, Höhe bis 80cm. Leuchtende Blüten in versch. Rottönen. Auch für Sträuße. Reichverzweigte, langgestielte Blüten. Sonniger Standort auf normalem Gartenboden.

**Erdginseng:** (*Talinum paniculatum*) V4-6, A5, wird auch tu Ren Shen genannt. Gemüse- und Heilpflanze aus der Portulakfamilie. Tiefrote, kleine Blüten an langen Stielen. Allgemeines Kräutigungsmittel der chin. Medizin. Sehr schöne als Schnittblume.

**Färbermächdenauge** (*Coropsis tinctoria*) A4, e, Massenblüher mit leuchtend gelben Blüten die in der Mitte braunrot sind. Sonniger, trockener Standort auf magerem bis normalem Gartenboden. Lichtkeimer. Zum Färben verwendet man die Blüten

**Färbersafflor:** (*Carthamus tinctorius*) A4, E8-9, hübsche 80cm hohe Pflanze mit lanzenartigen Blättern und gelb/orangen Blüten. Die Blüten werden zum Färben von Nahrungsmitteln (Safranersatz) verwendet, aber auch zum Färben von Seide. Auch als Schnitt- und Trockenblume.

**Färbertagetes:** (*Tagetes erecta*), V3-5, E7-9, e. Kräftige Pflanze mit vielen, großen leuchtend gelborangen Blüten. Wird von Schnecken gemieden. Stoff und Eier mit den Blüten orange-braun färben. Die Blütenpetalen werden getrocknet und pulverisiert, auch als natürliche Lebensmittelfarbe für Gebäck verwendet.

**Gewürztagetes Lemon Gem:** (*Tagetes tenuifolia*), V4, E7-8, e, B, G, T. Gewürztagetes riechen nicht so penetrant wie normale Tagetes. Die Blätter haben ein Aroma nach Mandarinschalen und passt gut zu Salaten, Fruchtsoßen und Desserts. Auch hübsch als Zierpflanze mit zitronengelben Blüten. Höhe bis 30cm.

**Gewürztagetes Orange Gem:** (*Tagetes tenuifolia*), V4, E7-8, e, B, G, T. Leuchtend orange Blüten sonst wie Lemon Gem.

**Gewürztagetes Mischung:** (*Tagetes tenuifolia*), V4, E7-8, e, B, G, T. Mischung aller 3 Sorten mit orangenen, roten und gelben Blüten.

**Gewürztagetes Red Gem:** (*Tagetes tenuifolia*), V4, E7-8, e, B, G, T. Leuchtend rote Blüten sonst wie Lemon Gem.

**Gummibärchenpflanze:** (*Cephalophora aromatica*), A3, E6-9, e, Duftpflanze mit vielen gelben Blütenköpfen. Wird in Chile zum Färben und als fiebersenkendes Mittel verwendet. Die gelben Blüten duften nach dem zerreiben nach Gummibärchen.

**Jungfer im Grünen:** (*Nigella damascena*) A3-5, E5-8, e. Höhe 50cm. Hübsche Blume mit blauen Blüten von Juni-Juli. Aus diesen entwickeln sich grüne Kapseln, die von auswachsenden Stempeln wie von Hörnern gekrönt werden. Die Samenkapseln benutzt man auch als Trockenblumen. Die gemahlene Samen werden auch als Gewürz verwendet.

**Kapuzinerkresse:** (*Tropaeolum majus*) A5-6, e. Kletterpflanze mit gelben und orangen Blüten. Frische Blätter als Würzkraut, die Blüten dienen als Dekoration. Sonniger Standort bevorzugt.

**Kleinbl. Weideröschchen:** (*Epilobium parviflorum*) A4, 9, e. Alte Heilpflanze bei Prostata-, Blasen- und Nierenkrankheiten (nach Maria Treben). Verwendet wird das zur Blütezeit getrocknete Kraut. Nachtkerzengewächs mit blasrosa, trichterförmiger Krone.

**Kornrade:** (*Agrostemma githago*), A4, e, 1-2 jährige, bis 100cm hohe Pflanze mit purpurnen Blüten von Juni – Juli. Giftig!

**Mauretanische Malve:** (*Malva sylvestris* ssp. mauretanica) A4-5, e, raschwüchsige Malve mit sehr schönen großen, rot Lila Blüten. Getrocknet in Teemischungen verwendbar. Auch als Gurgelmittel und zur Waschung eitriger Wunden.

**Mutterkraut:** (*Chrysanthemum parthenium*) A4-5, E6-9, e, stark aromatische Staude mit kleinen Margeriten ähnlichen Blüten. Verwildert bei uns leicht. Verwendung bei nervösen und hysterischen Beschwerden, Arthritis, Schwellungen, Migräne und Kopfweh. Sehr alte Heil- und Bauerngartenpflanze. Höhe 80cm.

**Parakresse:** A3-6, E7-10, e. Die Blätter haben ein pfeffrig, kresseartiges Aroma. Sehr schöne gelbe Blütenköpfe mit roter Mitte. Lichtkeimer.

**Ringelblume:** (*Calendula officinalis*) A3-4, E6-10, e, B, H. Höhe bis 50cm. Leuchtend gelbe bis orange Blüten. Wichtige Heilpflanze z. B. bei Schnittwunden (Ringelblumensalbe). Für Mischkultur zwischen die Beete. Blütenblätter für Salate und als Färbemittel für Butter und Käse. Korbblütler und typische Bauerngartenpflanze. Hat eine pilz- und entzündungshemmende Wirkung und bereits die Römer kannten die fiebersenkende Wirkung.

**Sonnenblume black dye:** (*Helianthus annuus*) A5, e, gelbe Blüten mit dunkler Mitte. Mit den violetten Schalen der Kerne färbten die Hopi Indianer Früher Kleidung und Flechtwerk. Höhe über 2m.

**Sonnenblume Moulin Rouge:** (*Helianthus annuus*) A5, e, dunkelrote Blüten an verzweigten Stielen. Höhe 2m.

Speisechrysantheme: (*Chrysanthemum coronarium*) A4, E7-9, e, G. Würzpflanze und Schnittblume. Blüte gelb/weiß. Blätter als Salatwürze oder ins Gemüse.

Stechapfel Weißer: (*Datura astramonium*), A4-5, e,, giftige Pflanze aus Mittelamerika mit großen, weißen Blüten. Die Früchte sind stachelig und wurden früher zur Wahrsagung genutzt.. Nicht essbar!

### **Zweijährige:**

Akelei: (*Aquilegia vulgaris*), A9-4, z, w, alte Bauerngartenpflanze. Licht- und Frostkeimer mit sehr hübschen lila Blüten. Halbschattiger Standort. Höhe ca. 60 cm.

Duft-Nachtkerze: (*Oenothera odorata*) A4, E10-4, z, w, große, gelbe Blüten von Juni bis August, die abends zu duften beginnen.

Fingerhut, gelber: (*Digitalis ...*) A6, a, w. Giftige Heil- und Zierpflanze mit sehr schönen, großen gelben Blütenständen. Sonniger Standort.

Fingerhut, roter: (*Digitalis purpurea*) A6, a, w. Giftige Heil- und Zierpflanze mit sehr schönen, großen Blütenständen. Sonniger Standort.

Fingerhut, weißer: (*Digitalis ...*) A6, a, w. Giftige Heil- und Zierpflanze mit sehr schönen, weißen Blütenständen. Sonniger Standort.

Islandmohn: (*Papaver nudicaule*): Eine sehr hübsche 2-jährige Staude mit gelben Blüten von Juli bis August. Durch Selbstaussaat meist ausdauernd. Verwendung als Schnittblume.

Königskerze, kleinblütige: (*Verbascum thapsus*), A6-7, z, H, sonniger, humoser und sandiger Standort. Im ersten Jahr bildet sich eine Blattrosette und im 2. Jahr der bis 2m hohe Blütenstängel. Blüte gelb. Die getrockneten Blüten ergeben einen schleimlösenden Hustentee.

Königskerze, schwarze: (*Verbascum nigra*), A6-7, z, H, sonniger, humoser und sandiger Standort. Im ersten Jahr bildet sich eine Blattrosette und im 2. Jahr der bis 1,2m hohe Blütenstängel. Blüte gelb mit rot und braun.

Lichtnelke rote: (*Silene dioica*) z, w, Höhe bis 60cm, heimische Wildpflanze mit sehr schönen rosa Blüten. Passt in jeden Garten. Sonniger Standort.

Muskatellersalbei: (*Salvia sclarea*) A5, E6-8, z, w, G, Höhe bis 1,5m. Bildet im 2. Jahr große blasse Blüten die stark aromatisch duften. Schöne Solitärpflanze und altes Weinwürzmittel. Auch zur Herstellung von Kölnisch Wasser, Parfüm und Seife verwendet. Eine attraktive Bereicherung des Blumenbeetes und des Kräutergartens.

Nachtkerze: (*Oenothera biennis*) A4, E10-4, z, w, auch Rapontika oder Schinkenwurzel genannt. Bis 1,8m hoch. Die Wurzel ist im ersten Herbst wie Schwarzwurzel verwendbar. Sehr robust, anspruchslos und selbstaussäend. Aus den feingemahlenden Triebenden macht man Nachtkerzen Öl. Die gelben, intensiv duftenden Blüten öffnen sich erst abends und schließen sich vormittags wieder.

Rapunzel: (*Campanula rapunculus*) A5-6, E3-4, z, w, Liebhabergemüse mit blauen glockenförmigen Blüten. Die Blätter werden im Vorfrühling wie Feldsalat gegessen. Die sehr kleine weiße Rübe kann im Oktober roh oder gekocht gegessen werden.

Silberblatt: (*Lunaria annua*), A6, z, w. Eine schöne purpur-dunkelviolette Blüte. Früchte sind silbrig glänzend und sehen aus wie Blätter aus Perlmutter. Ideal für Trockengestecke. Eine alte Bauerngartenpflanze mit ca. 1m Höhe.

Weberkarde: (*Dipsacus sativus*) A3-4, E7-8, z, w, H. Höhe über 2m. Feuchter, nährstoffreicher, kalthaltiger Boden. Lila Blüte in walzenförmigen Köpfchen. Für Trockenblumenbinderei, Heilpflanze zur Behandlung von Hautkrankheiten. Wurde früher angebaut um Wollstoffe aufzurauen.

### **Ausdauernde:**

Akelei: (*Aquilegia vulgaris*), A9-4, z, w, Licht- und Frostkeimer mit sehr hübschen lila Blüten. Halbschattiger Standort. Höhe ca. 60cm.

Alant: (*Inula helenium*), A5, E7-10, a, w, H, großblättrige Solitärstaude bis 2m Höhe, ab dem 2. Jahr gelbe Blüte, sonnig bis halbschattiger Standort. Korbblütler. Wurzel als Heilmittel gegen Asthma, Verschleimung und als Magenmittel. Im Mittelalter auch für Alantwein. Honigpflanze.

Anis-Ysop: (*Agastache anisata*), a, w, B, T, A4, E7-9, Höhe 1m, robuster Lippenblütler der Schmetterlinge anzieht. Sehr schöne lila Blütenstände. Für Süßspeisen und Tees oder grünen Salaten.

Anisangastache: (*Agastache foeniculum*), a, w, B, T, A4, E7-9, Höhe 1m, robuster Lippenblütler der Schmetterlinge anzieht. Sehr schöne lila Blütenstände. Für Süßspeisen und Tees oder grünen Salaten.

Arnika: (*Arnica chamissonis* ssp. *foliosa*), a, w, H, A4, E7-8, Höhe 30 cm, gelbe Blüten, äußerlich anzuwendendes Heilmittel bei Verletzungen.

Blaue Edeldistel: (*Eryngium planum*), A 2-3, m, w, Kühlkeimer der auch Mannstreu genannt wird. Dekorative dornenbesetzte Blätter und blaue Blütenköpfe. Schön für Gestecke.

Blaue Verbene: (*Verbena hastata*) V3, E7-10, a, w, Schöne 1m hohe Staude für feuchte Gartenbereiche. Blüten mehr lila als blau. Das Kraut hat beruhigende Wirkung als Tee bei Schlaflosigkeit. Eines der 4 heiligen Kräuter der Kelten.

Blutampfer: (*Rumex sanguineus*) V2-3, A4-5, E 5-10. Lichtkeimer. Altes Heil- und Würzkraut mit rot geäderten Blättern. Geschmack ist milder als Sauerampfer.

Echinacea rot: (*Echinacea purpurea*) V4. Roter Sonnenhut. Heilpflanze die das Immunsystem stärkt. Sehr schöne purpur Blüte. Auch als Schnitt- oder Trockenblume. Bienenweide. Höhe ca. 1 m.

Echinacea White swan: (*Echinacea purpurea*) V4. Weißer Sonnenhut. Sonst wie Roter Sonnenhut.

Eibisch: (*Althaea officinalis*) A3-4, a, w, bis 1,5m hoch. Sehr hübsches heimisches Malvengewächs. Wichtige Heilpflanze. Die Wurzel kann sowohl kandierte als auch als Gemüse gegessen werden. Zartrosa Blüten. Sonniger, feuchter Standort auf gutem Gartenboden.

Europäische Goldrute: (*Solidago virgaurea*), a, w, A4-8, sehr hübsche heimische Pflanze die durch die kanadische Goldrute fast vollständig verdrängt wurde. Selten. Magerer Boden.

Färberkamille: (*Anthemis tinctoria*), V4, E6-9, a, w, F, B, ca. 50 cm hoch, leuchtend gelbe Margeriten ähnliche Blüten von Juli-Oktober, werden zum Gelbfärben verwendet. Als Trockenpflanze auch gut geeignet.

Flohkraut, großes: (*Pulicaria dysenterica*) A4-6, a, auch Ruhrwurz genannt da es früher als Heilpflanze gegen Ruhr genutzt wurde. Große Astern ähnliche gelbe Blüten. Samen nur dünn mit Erde bedecken. Sonniger Standort.

Gamander kaukasischer: (*Teucrium hircanicum*) A3-4, a, w. Attraktive Blütenpflanze mit violetten Blütenkolben. Bienenweide.

Gamander Salbei: (*Teucrium scordonia*) A3-4, a, w. Attraktive Blütenpflanze mit gelben Blütenkolben. Bienenweide. Alte Heilpflanze die wie Salbei verwendet wird. Ovale, herzförmige Blätter. Fördert den Appetit. Getrocknetes Kraut als Tee.

Geißbraute, echte: (*Galega officinalis*) A3-4, a, w. Die 1,5m hohe Pflanze wurde früher als Heilpflanze verwendet, ist aber giftig. Sehr schöne traubige blasse Blütenstände mit bis zu 50 Blüten. Bienenweide.

Heilziest: (*Stachys officinalis*), V3-4, E7-9, a, w, B, H, auch Betonie genannt. Alte Heilpflanze mit hübschen rotvioletten Blüten. Als Tee gegen Husten, Erkältung, Kopfweh. Hat eine desinfizierende und zusammenziehende Wirkung. Für magere Böden. Höhe bis 50cm.

Herzgespann: (*Leonurus cardiaca*), V3-4, E7-9, a, auf mind. 30cm vereinzeln. Alte Bauerngartenpflanze. Auch als Heilpflanze gegen Rückenleiden, Blähungen etc. Bienen- und Hummelweide. Blasse Blütenkerzen.

Kermesbeere: (*Phytolacca americana*) V4, z, w. Die saftigen, schwarzen Beeren schmecken angenehm fad und wurden früher zum Weinfärben verwendet. Färbt purpur. Die im Winter gesammelte Wurzel diente als Brechmittel. Sehr hübsche Staude mit großen Blütenkerzen und später mit schwarzen Beeren.

Melisse, Weiße: (*Nepeta cataniva citriodora*) A4-5, a, w, D, B. Alte Bauerngartenpflanze die als Tee sehr gut schmeckt. Höhe 1m.

Minze, mexikanische: (*Agastache mexicana*), V-34, E7-10, a, w, B, G, T, auch wird auch Limonadenpflanze genannt. Intensiv anisartiges Aroma, dekorative Blütenstände. Für Kräutertees, Salate, Garnierungen und Duftpotpourris.

Rainfarn: (*Tanacetum vulgare*) A4, E7-10, m, w, H. Giftig. Gewürzartig duftende Staude, auch als Zierpflanze für nährstoffreiche, lehmige Böden. Für Pflanzenjauchen und Brühen. Staude 1,2m hoch mit feinzerteiltem Blatt und großen, gelben Doldenblüten von Juni-September.

Heilpflanze gegen Würmer, wurde früher auch als Gewürz benutzt. Der Duft getrockneten Rainfarns vertreibt Insekten.

Römische Kamille: (*Chamaemelum nobile*) m, w, weiße Duftmargeritchen Blüten und fein fiedrige Blätter. Nach Äpfeln riechend. Hervorragend für Duftstrasen. Wird auch Badekamille genannt. Für nährstoffreiche Böden.

Russische Nachtviole: (*Hesperis matronalis*) A7, m, w, Sehr schöne violette Blüten. Zieht Schmetterlinge an und vertreibt Läuse (z. B. bei Rosen). Duftpflanze. Alte Heilpflanze die schweißtreibend wirkt. Samen schmecken scharf wie Kresse.

Schafgarbe weiß: (*Achillea filipendulina*) A 4, a, w, Blüte weiss. Ähnliche Heilwirkung wie Kamille. Ach als Schnittblume, Duftpflanze und Bienenweide.

Seifenkraut: (*Saponaria officinalis*), V4, E8-9, a, w, F, H, die orangenen Wurzeln ergeben eine milde Waschlauge für Seifenallergiker. Harntreibende, blutreinigend auswurfördernde Heilwirkung. Blüten blasrosa, Abends nach Nelken duftend. Sonnig bis halbschattiger Standort.

Stockrose, bunte Mischung: (*Alcea rosea*) A4-7, E5-9, a, w, B, T, H. Höhe über 2m. Mischung verschiedenfarbiger Stockrosen von weiß, rosa rot bis schwarz.

Stockrose, weiße: (*Alcea rosea*) A4-7, E5-9, a, w, B, T, H. Höhe über 2m. Große, weiße Blüten. Sehr dekorativ. Nahrhafter, tiefgründiger Boden. Sonnig. Blüht ab dem 2. Jahr.

Teufelsabbiss: (*Succisa pratensis*) A4-6, Bienenweide. Kugelförmige, blaue Blütenköpfe von Juli bis Oktober. Name kommt von der Gestalt des Wurzelstockes. Lockt Insekten an. Magerer, feuchter Boden bevorzugt.

Wildes Bergamott: (*Monarda fistulosa*) a, w. Aussehen wie Goldmelisse. Schöne lila Blüten. Aroma erinnert an Thymian. Starkduftend. Teilung im Frühjahr.

Wilde Monarde: (*Monarda fistulosa*), V3-4, E7-8, a, w, G, T, bis 80cm hoch. Blüten fliederfarben. Minze ähnliche Blätter als Gewürz oder Tee. Teilung im Frühjahr möglich. Wird auch Wildes Bergamott genannt.

Ysop blaublühend: (*Hyssopus officinalis*), V4, E 7-9, a, w, B, G, H, T, kleine tieflaue Blüten. Alte schleimlösende Heilpflanze Strauch niedrig, verholzend. Gut zu Lammfleisch, Quark oder in Tee. Trockener Standort in voller Sonne. Magerer steiniger Boden. Kann 2-3 Mal im Jahr beerntet werden.

Ysop rosablühend: (*Hyssopus officinalis*, „Rosea“), V4, E 7-9, a, w, B, G, H, T, rosa Blüten sonst wie blaublühender Ysop. Ernte 2-3 mal im Jahr.

Zitronenkatzenminze: (*Nepeta catharica citriodorus*), A4-6, a, w, Sehr hübsche ca. 80cm hohe Staude für Tees. Schmeckt wie Katzenminze mit Zitronenaroma. Nährstoffreicher Boden.

## Knollen und Zwiebeln

Apios: (*Apios tuberosa*, syn. *A. americana*) V4, E10-12, e, auch Erdbirne genannt. Knollengemüse aus Peru. Anbau und Verarbeitung wie Kartoffeln. Schlingpflanze die bis 3m hoch rankt. Blüte rot. Ernte der Knollen wenn die Pflanze abgestorben ist. Verträgt leichten Frost. Die Knollen sind wie an einer Schnur aufgereiht.

Erdmandel: (*Cyperus esculentus*) A4, E10-11, e, viele 1-2cm große, braune Knöllchen die hervorragend nach Mandeln schmecken. Auch gemahlen oder geröstet. Vor der Aussaat der Knollen einige Stunden in Wasser einweichen. In Sand eingeschlagen lange lagerbar. Ursprünglich aus den afrikanischen Tropen, gedeiht bei uns aber problemlos im Freien.

Etagenzwiebel: Wird auch Luftzwiebel genannt, da die kleinen roten Zwiebeln auf der Spitze des Zwiebelpflanze wachsen und kleine Nester bilden. Sieht sehr interessant aus und schmeckt gut. Kühl und trocken lagern.

Knoblauch, ungarischer: (*Allium sativum*) Zehen im Herbst pflanzen, E 7-9, a, w, G, H, 50cm hoch, weißer, zart violetter Knoblauch der keine Brutzwiebeln bilden. Sehr robust und ertragreich. Zehen werden auch in unserem Klima sehr groß. Antiseptische und antibiotische Wirkung. Auch blutdrucksenkend und bedeutendes Darm Desinfektionsmittel. Vor allem in Südeuropa wichtiger Bestandteil der Küche. Werden Geruch nicht mag soll Kerbel, Petersilie oder Kaffeebohnen kauen.

Oca (*Oxalis tuberosa*)  
Ein südamerikanischer Verwandter des Sauerklees mit kleinen dicken, essbaren Knollen. Verwendung gedünstet, gekocht oder gebacken. Anbau wie Kartoffeln. Ernte wenn das Kraut abgefroren ist. Verträgt leichten Frost.

Oca rot Peru: A4-5, E10-11, e, hellrote Knollen.

Topinambur Fuseau (*Helianthus strumosus*) A3-4, E8-2, m, w, Höhe 2,5m. alte französische Sorte mit länglichen geraden unverzweigten Knollen. Fleisch weiß und sehr guter Geschmack. Anspruchslose, den Sonnenblumen verwandte Knollenfrucht. An einen separaten Platz pflanzen. Die Knollen schmecken nicht nur mir, sondern auch den Wühlmäusen ausgezeichnet. Gelbe Blüten im September/Oktober.

Yacon: (*Poymnia sonchifolia*) A5, E10, e. Ein Inkagemüse das dem Topinambur verwandt ist. Sonniger und warmer Standort. Sehr große pfeilförmige Blätter (bis 50cm lang), optisch sehr schön. Sehr große Knollen die gekocht, gedünstet oder gebraten werden. Enthält Glutaminsäure und dient somit auch als Geschmacksverstärker.

## Pflanzen

Ewiger Kohl: (*Brassica spezieis*), E7-3, a, w, diese Kohlart ist mehrjährig und absolut winterhart. Sie wird durch Stecklinge oder Teilung im zeitigen Frühjahr vermehrt. Die Blätter werden wie Wirsing oder Spitzkohl zubereitet.

Kardamom: (*Elettaria cardamomum*), a, G, H, T, Pfl. warmer Standort nötig, im Zimmer überwintern. Kräftiger Kardamomgeschmack der ganzen Pflanze. Blätter kleingeschnitten mitkochen.

Lungenkraut: (*Pulmonaria officinalis*), a, w, Pfl. feuchter Standort. Höhe ca. 30cm. Die Blätter sind behaart und haben silbrige Flecken. Rosa Blüten von März-Mai. Gegen Husten, Halsweh etc. 30-40g getrocknete Pflanze in 1l kaltes Wasser geben, aufkochen und 2 Min. kochen lassen. Dann 10 Min. ziehen lassen, abgießen und mit Honig süßen.

Mädesüß: (*Filipendula vulgaris*), m, w, kalkhaltiger Lehm Boden in sonniger Lage. Cremefarbene Blüten von Juni-August. Die Blüten benutzt man zum Aromatisieren von Bier und Wein. Bis 75cm hoch. Bereits 1890 wurde es zur Herstellung von Aspirin verwendet. Ein Aufguss aus Blättern und Blüten wirken gegen Erkältung, Grippe und Fieber. Beste pflanzliche Arznei bei Übersäuerung des Magens.

Meerrettich: (*Armoracia rusticana*), E10-11, G, H, wird auch Kren genannt. Korbblütler. Es wird nicht gesät sondern durch Wurzel ausläufer vermehrt. Scharfes Aroma der pfahlartigen Wurzel gerieben zu Fisch oder Fleisch. Alkoholauszug als Einreibung bei rheumatischen Beschwerden. Enthält viel Senföl und Vitamin C. Wirkt gegen Virusinfektionen, Grippe und Schnupfen.

Weitere Pflanzen auf Anfrage.