

2
2024

demeter

No. 390 März | April

GARTEN- RUNDBRIEF

biodynamisch gärtnern

MÄRZ APRIL 2024

Hungerblümchen | Arbeitskalender | Taubnesseln

Zuckermais | Staudenbeet



Frühling, ja du bist's!

Eduard Mörike (1804 – 1875)

Der Boden erwärmt sich und damit alles, was der Winter an Pflanzenresten übriggelassen hat. Dabei vermischt sich der Duft von zersetztem Laub mit dem der abgefrorenen Gründüngung, feuchten Gräsern und Staudenstängeln. „Die Sonne lacht, hält Schnee in ihren Armen, die Erde beginnt zu atmen.“ Wie die Schweizer Lyrikerin Luisa Famos (1930–1974) geraten viele darüber ins Schwärmen. Ist man eher praktisch veranlagt, machen sich andere Frühlingsgefühle breit: Höchste Zeit, die Gartengeräte aus dem Schuppen zu holen und die Beete herzurichten. Das in die Jahre gekommene Staudenbeet braucht dringend eine Überholung? Tipps dazu gibt's ab Seite 14.

Wildkräuter bieten das erste frische Grün. Löwenzahn, Giersch, Gänseblümchen und Taubnessel schmecken im Salat und auf dem Butterbrot. „Die Taubnessel ist durch ihre kräftig aufstrebenden Stängel wirklich der Nessel zu vergleichen. Nur verbindet sich diesem Blattrhythmus, Knoten auf Knoten folgend, das Blütenhafte“. So charakterisiert Wilhelm Pelikan in seiner anthroposophischen Heilpflanzenkunde die sanfte Nessel. Kinder und alle, die in ihrem Herzen jung geblieben sind, genießen den süßen Nektar, den man jetzt aus den weißen Blüten saugen kann. Ausführliches zur Taubnessel und ihrer Verwendung erfahren Sie in diesem Heft.

Genießen Sie den Frühlingsanfang!

Christel Rupp

Inhalt

- 03 Pflanzenporträt**
Hungerblümchen
- 04 Arbeitskalender**
März & April
- 08 Küchengarten**
Taubnessel
- 12 Kurz notiert**
- 13 Nachgefragt**
Zuckermals züchten
- 14 Naturgarten**
Schönheitskur für
das Staudenbeet
- 18 Medien und Termine**

Text: Karin Greiner

Wachsen im Frühling auf den Feldern und Wiesen viele Hungerblumen, fällt die Heuernte später mager aus. Dazu gehört auch der Stumpfblättrige Ampfer (*Rumex obtusifolius*). Wo sich das großblättrige Wildkraut breitmacht, wächst kein Gras mehr, und die oxalsäurereichen Pflanzen selbst ergeben kein brauchbares Futter. Auch mehrere Arten von Hornkraut zählen zu den Hungerblumen, etwa das Acker-Hornkraut (*Cerastium arvense*) und das Knäuel-Hornkraut (*Cerastium glomeratum*). Beide besiedeln meist sehr karge, sandige Böden.



Hungerblümchen

PFLASTERHELDEN

Mit dem Namen Hungerblümchen wird jedoch vor allem ein Pflänzchen angesprochen, das genau in der vorösterlichen Fastenzeit seine Hochphase durchläuft. Es gehört zur Familie der Kreuzblütler und ist als formenreiche Artengruppe in Pflasterfugen, in Ritzen zwischen Asphalt, auf Kiesflächen, an steinigen Wegrändern, entlang sandiger Ackerraine und an mageren Standorten im Garten anzutreffen. Das Frühlings-Hungerblümchen (*Draba verna*, Syn. *Erophila verna*) kommt sehr häufig vor und wird doch meistens übersehen – etwa, weil es so verhungert aussieht?



FREUNDIN DES FRÜHLINGS

Nach altem Volksglauben fällt die Ernte umso karger aus, je üppiger die Pflänzchen im Frühling blühen. Kummerblume, Armutei, Teure Zeit sind weitere Namen, die ebenfalls auf Not, Mangel oder gar Elend hinweisen. Ein wenig mehr Mut macht der wissenschaftliche Gattungsname: *Erophila* bedeutet „Freundin des Frühlings“. In alpinen Höhen, in Felsspalten und zwischen Schutt wächst das Immergrüne Hungerblümchen oder Felsenblümchen (*Draba aizoides*). Es wird wegen seiner dicht beieinander stehenden gelben Blütchen auch als Goldkissen bezeichnet. Auf den Almen nennt man es Bringwiederher, nach dem Glauben, dass die kleine Pflanze die Macht habe, den Kühen die „verlorene“ Milch wieder zurückzugeben. Hungerblümchen kann man wie viele Wildkräuter in der Küche verwenden, aber man wird wohl eher hungrig davon. Andere ergiebigerer Hungerblumen kommen für die Fastenzeit oder Frühjahrskur eher in Betracht, beispielsweise das als Große Hungerblume, Hungerbrot oder Hungerkorn bezeichnete Hirtentäschel (*Capsella bursa-pastoris*). Aus den Blattrosetten kann man einen feinen Salat zubereiten, der nicht allein am Gründonnerstag gegessen werden darf.

IM MÄRZ

Im März werden die Weichen für die kommende Gartenzeit gestellt. Die ersten Gemüse werden direkt ins Beet gesät, wärmebedürftigen Arten wie Paprika, aber auch Blumen und Kräutern verschafft die Vorkultur einen willkommenen Vorsprung

Süßkartoffeln

Die aus Südamerika stammende Süßkartoffel (*Ipomoea batatas*) ist mit der Prunkwinde verwandt. Der Geschmack der nährstoffreichen Knollen erinnert an eine Mischung aus Kartoffeln und süßen Möhren. Die Vorkultur erfolgt an einem mindestens 20 °C warmen Ort. Dafür lässt man unbehandelte Knollen (z. B. aus dem Bioladen oder Gartenfachhandel) wie Frühkartoffeln in mit Anzucherde gefüllten Kisten vorkeimen. Alternativ die Knollen in einem Wasserglas antreiben und mit Zahnstochern fixieren, sodass nur das untere Drittel mit Wasser bedeckt ist. Sobald die treibende Sprosse ca. 10 cm lang sind, davon Kopfstecklinge schneiden und in Töpfe pflanzen. Die Jungpflanzen ab Mitte Mai in ein Beet mit tief gelockerter, humusreicher Erde setzen (Pflanzenabstand 30–40 cm, pro m² 3–4 Jungpflanzen).



Salatzichorie

Catalogna heißt die süditalienische Variante der Salatzichorie. Auf den ersten Blick ähneln die Pflanzen mit den gezackten Blättern dem großblättrigen Kultur-Löwenzahn. Zubereitet werden sie als Salat oder gedünstet als Gemüse. Neu sind die Bio-Züchtung 'Fragtagliata' mit langen weißen Blattrippen und die rotstielige Sorte 'Rossa Italia'. Für die Blatternte im Sommer sät man im März in Töpfe und setzt die Jungpflanzen im April an einen sonnigen Platz (Reihenabstand 30 cm, in der Reihe 15–20 cm). Tipp: Vor der Pflanzung reichlich Kompost ins Beet einharken und in der Hauptwachstumszeit häufiger gießen. Bei Nährstoff- und Wassermangel steigt der Anteil an Bitterstoffen!



BIODYNAMISCH

Zur Bodenbearbeitung, Aussaat und Pflanzung Hornmist (Präparat 500) ausbringen. Im Obstgarten Hornkiesel (Präparat 501) bei der Blattbildung und ab erkennbarem Fruchtansatz spritzen.

ARBEITSKALENDER

IM GEMÜSEGARTEN

Säen: Chili und Paprika (warme Anzucht), Erbsen, Frühlingszwiebeln, Puffbohnen, Salatrauke, Schnittsalat (Frühbeet), Spinat, Stielmus

Pflanzen: Butterkohl, Kohlrabi, Lauch, Schalotten, Spitzkohl (ab Monatsende), Steckzwiebeln

Ernten: Wildkräuter (z. B. Löwenzahn, Knoblauchsrauke)

Sonstiges: Gründungsreste abharken und kompostieren

IM OBSTGARTEN

Pflanzen: Brombeeren, Himbeeren, Haselsträucher, Preiselbeeren

Sonstiges: Johannisbeeren und Stachelbeeren über Stekhölzer vermehren, Wellpappegürtel gegen Apfelwickler anbringen, Pfirsiche und Aprikosen schneiden

IM KRÄUTERBEET

Säen: Bohnenkraut, Echte Kamille (möglichst einjähriges Saatgut verwenden!), Kerbel, Majoran (Vorkultur)

Pflanzen: Liebstöckel, Petersilie, Schnittlauch, Süßdolde

Sonstiges: ausdauernde Kräuter zurückschneiden (z. B. Thymian, Gartensalbei, Eberraute, Ysop)

IM NATURGARTEN

Säen: Sommerblumen (Vorkultur)

Pflanzen: Dahlien (Vorkultur in Töpfen), großblütige Zwiebelblüher düngen (z. B. Tulpen, Narzissen, Kaiserkronen)

Sonstiges: Schneeglöckchen nach der Blüte teilen und umpflanzen, Staudenbeete mit Kompost versorgen, alte Blütenstände bei Bauernhortensien über dem ersten Knospenpaar kappen



Stachelbeeren

Stachelbeeren haben aufgrund ihrer Mehltauanfälligkeit einen schlechten Ruf. Inzwischen kann man aus einem großen Sortiment widerstandsfähiger Sorten wählen. 'Laprima' reift früh und trägt viele unbehaarte, rot-grüne Beeren. Die Sträucher wachsen aufrecht und eignen sich gut für die Heckenerziehung. 'Remarka' mit rundum roten Früchten ist mehltaufest und wird kaum von anderen Blattkrankheiten befallen. Mehltaufestigkeit und kaum bedornete Zweige zeichnen die wohlschmeckende Sorte 'Captivator' aus. Die spät reifenden, wohlschmeckenden Beeren sind rot-gestreift. Wichtig: Stachelbeeren leiden in letzter Zeit oft unter Sonnenbrand. Bei der Neupflanzung einen nach Südwesten oder Westen ausgerichteten Standort bevorzugen.



Rosen

Sobald die Forsythien blühen, ist der beste Zeitpunkt für den Rosenschnitt. Bei Beet- und Edelrosen werden überalterte Äste komplett entfernt, 3–5 kräftige, gesunde Triebe bleiben stehen. Diese kürzt man auf 4–5 Knospen ein. Öfter blühende Strauchrosen werden kräftig ausgelichtet, die verbleibenden Triebe schneidet man anschließend um 1–2 Drittel zurück. Grundsätzlich gilt: Die Schere ca. 1 cm und leicht schräg über einer Knospe oder einem jungen Seitentrieb ansetzen. Tipp: Bei einmalblühenden Wild- und Kletterrosen mit dem Schnitt bis nach der Blüte abwarten.

KURZ NOTIERT



Pflanzenvielfalt ist Klimaschutz

Die Vielfalt von Pflanzen auf einer Wiese kann als natürlicher Puffer gegen Schwankungen der Bodentemperatur dienen und somit den Auswirkungen des Klimawandels entgegenwirken. Die Bodentemperatur ist entscheidend für viele Abläufe in Ökosystemen, z. B. die Wasser-, Kohlenstoff- und Nährstoffdynamik. Bisher fehlten jedoch Erkenntnisse darüber, inwiefern die Pflanzenvielfalt diese Faktoren regulieren kann. Forschende der Universität Leipzig entdeckten, dass in vielseitigen Pflanzengemeinschaften die Bodentemperatur im Sommer um über 5°C niedriger und im Winter um 1,5°C wärmer ist. Diese Unterschiede waren im Vergleich zu Monokulturen und unbepflanzten Parzellen im Sommer sogar doppelt so hoch und 5-mal so hoch an kalten Tagen. Die Studie bietet somit nicht nur neue Einblicke in die Rolle der biologischen Vielfalt, sondern auch Hoffnung im Kampf gegen den Klimawandel.

100 biodynamische Hausgärten JUBILÄUMS- WETTBEWERB

2024 jährt sich zum 100. Mal der landwirtschaftliche Kurs. Angelehnt an die Vorträge Rudolf Steiners vollziehen auch Hobbygärtner auf kleineren Flächen das nach, was Demeter-Erzeuger:innen praktizieren. Für biodynamisch orientierte Gartenfreunde haben wir einen Jubiläums-Wettbewerb ins Leben gerufen: Senden Sie uns 2 – 3 Fotos Ihres Gartens und beschreiben Sie in wenigen Sätzen Ihre Lieblingsplätze, Erfolge oder Erfahrungen. Voraussetzung ist der Einsatz der Biodynamischen Präparate, denn nur biodynamisch gepflegte Gärten können an dem Wettbewerb teilnehmen. Die Fachjury setzt sich zusammen aus Peter Berg, Gärtnermeister aus Binzen und Vorstandsmitglied im Demeter-Landesverband Baden-Württemberg e.V., Christel Rupp, Redakteurin des Demeter-Gartenrundbriefs und Karin Schinagl, Leiterin der Demeter-Hausgartengruppen in Württemberg. Drei der ausgewählten Gärten werden prämiert, den Gewinnergarten und seine Besitzer:innen stellen wir im Demeter-Gartenrundbrief vor.



**Bitte senden Sie Ihre Kurzbeschreibung
und Fotos per Mail an**

redaktion@gartenrundbrief.de

oder per Post an den Herausgeber:

**Demeter Landesverband Baden-Württemberg e. V.,
Hauptstraße 82, 70771 Leinfelden-Echterdingen.**

**Wir freuen uns über eine rege Teilnahme und
sind gespannt auf Ihre Einsendungen!
Einsendeschluss ist der 01. August 2024.**

TERMINE

02.03.2024, 10:00 bis 16:00 Uhr

7. Oberschwäbisches Saatgutfestival

Angeboten wird samenfestes Saatgut von Gemüse, historischen Tomaten, Kräutern, Heil-, Färbe- und Hexenpflanzen sowie Blumen, Wiesenmischungen und Pflanzkartoffeln, Gehölze, Gartenwerkzeuge und -bücher. Veranstalter: Die Wilden Gärtner aus Biberach und die Firma Bio-Saatgut Klaus Lang, lang.wolfegg@freenet.de

03.03.2024, 10:00 bis 16:00 Uhr

Bio-Ring-Saatgutmarkt

Auf dem Sontheimer Saatgutmarkt gibt es Bio-Samen und Pflanzen von Gemüse, Kräutern und Blumen. Selbst gewonnenes Saatgut zum Tauschen ist willkommen. Die Öko-Modellregion Günztal stellt ihre Projekte vor.
www.oekomodellregionen.bayern/guenztal

06.03.2024, 14:30 bis 17:30 Uhr

Regionalwerkstatt „Setzlinge Querbeet“

Gärtnermeister Jannis von der Demeter-Gärtnerei Querbeet gibt Tipps zur fachgerechten Setzlingsanzucht und erklärt alles über das Säen, Pikieren und Abhärten. www.regionalwert-ag.de

Treffen der regionalen Gartengruppen und weitere Termine und Veranstaltungen: www.gartenrundbrief.de/gr/gartengruppen-veranstaltungen

09.03.2024, 10:00 bis 16:00 Uhr

Illertisser Saatgutmarkt

Zusammen mit weiteren Ausstellern bietet die Gärtnerei Gaißmayer Saatgut, Frühlingsstauden, Fachliteratur und Gartenzubehör. Dazu gibt es Vorträge zu bunten Kartoffel-Raritäten und zur Tomaten- und Bohnenvielfalt.
www.foerderer-der-gartenkultur.de

13.04.2024, 9:00 bis 16:00 Uhr

Kräutervielfalt & Gartenflohmarkt

Beim Frühlingsmarkt Kraut & Krempel kann man Gartenzubehör und -deko erstehen. Mit buntem Vortragsprogramm und Gartenführungen
www.gaissmayer.de

Jeden 1. Dienstag im Monat Gartengruppentreffen der Haus- und Kleingärtner Niederrhein und Münsterland

Gruppe Niederrhein: Eike Bretschneider, Tel. 02104 33962. Gruppe Münsterland: Christiane Rodewald, Tel. 02505 2446

Jeden 3. Freitag im Monat, jeweils 20:00 Uhr Gartengruppentreffen der Hausgärtnergruppe Nürnberg

H. Troeder Tel. 0911 591637, J. Kalka Tel. 0911 5441340, H. Holzmann Tel. 0911 606998

IMPRESSUM

DEMETER-GARTENRUNDBRIEF
für den biologisch-dynamischen Gartenbau, Ausgabe
2/2024, Nr. 390, www.gartenrundbrief.de

HERAUSGEBER & ABOVERWALTUNG:
Demeter Landesverband Baden-Württemberg e.V.
Hauptstraße 82, 70771 Leinfelden-Echterdingen
Tel. 0711 90254-13, Fax -54, Corina Panitz,
panitz@demeter-bw.de, www.demeter-bw.de
GLS Bank, IBAN: DE71 4306 0967 1257 7384 00
BIC: GENODEM1GLS

REDAKTION: Christel Rupp, redaktion@gartenrundbrief.de
ERSCHEINUNGSWEISE: zweimonatlich

GESTALTUNG: Manuela Weigl, www.atelier-weigl.de

DRUCK: Offizin Scheufele, Druck & Medien
GmbH + Co. KG, Stuttgart, www.scheufele.de
gedruckt auf 100 % Recyclingpapier (EU Ecolabel, FSC®
Recycled certified, Blauer Engel, frei von Schwermetallen)

ABONNEMENT: Jährlich 20 Euro, Einzelheft 4,50 Euro,
Online-Abo 18 Euro (inkl. MwSt. und Versand)

ONLINE-BESTELLUNG:
www.gartenrundbrief.de, Kündigung des Abonnements
zum 30.11. des laufenden Jahres möglich.

Die Autorinnen/Autoren sind für den Inhalt der Beiträge
selbst verantwortlich. Alle Beiträge und Fotos sind
urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung bedarf
der ausdrücklichen Zustimmung des Herausgebers.

3 Wege zum Abo:

Ein Jahresabonnement, auch zum
Verschenken, können Sie bestellen

- › über diesen QR-Code
- › unter www.gartenrundbrief.de/abo
- › per E-Mail: info@gartenrundbrief.de



sativa



Ab ins Beet!

Jetzt ist Zeit das Gartenbeet zu planen und die Aussaat zu richten. Frisch geernteter Salat aus dem Hochbeet, duftende Kräuter auf der Terrasse und bienenfreundliche Blumen im Garten. Vielfalt und Geschmack mit Biosaatgut von Sativa.



demeter

BIO SUISSE

www.sativa.bio