

## GARTENFACHBERATUNG AKTUELL

### **MEHRJÄHRIGES SAISON-GEMÜSE IM JUNI: FETTHENNE (*SEDUM TELEPHIUM*)**

Die fleischigen Blätter und Triebspitzen der Fetthenne werden von April bis Juni in Salate gegeben, als



Gemüse gekocht oder dienen als grüne Zugabe im Frühstückssmoothie. Die knolligen Wurzeln können ähnlich wie Kartoffeln gebacken oder gekocht werden.

Sie blüht im Juli und August und wird in dieser Zeit gern von Bienen besucht. Auch andere Tiere fühlen sich von dieser Pflanze angezogen und beißen gern in die dicken hübschen Blätter oder ernähren sich auch im Herbst und Winter noch von den Samenständen. Die Fetthenne gedeiht auf den meisten Böden und verträgt Trockenheit. Wegen der enthaltenen Alkaloide und Gerbsäuren sie allerdings nicht im Übermaß gegessen werden.

### **ESSBARE PFLANZE DES MONATS JUNI: HIRTENTÄSCHEL (*CAPSELLA BURSA-PASTORIS*)**

Diese niedliche Pflanze erfreut uns nicht nur mit ihren herzförmigen Blättern, es sind außerdem noch alle Pflanzenteile essbar! Vor der Blüte wird die Wurzel geerntet. Sie schmeckt nach Ingwer und kann getrocknet als Gewürz verwendet werden. Stängel und Blätter erinnern geschmacklich an Kresse oder Rucola und können gedünstet oder roh im Salat verzehrt werden. Sie enthalten viel Eisen, Kalzium und Vitamin C. Als leicht würzige Dekoration eignen sich die Blüten. Die Knospen passen gut in Pfannengemüse. Praktischerweise blüht die einjährige Pflanze die ganze Garten-Saison über, es reifen immer wieder Samen aus.

Als natürlichen Mückenschutz können Samen zum Quellen in eine Schüssel Wasser gelegt werden. Mücken werden angezogen und bleiben dann an den klebrig gewordenen Samen fest. Der Sud ist außerdem giftig und tötet Mückenlarven. Das Hirtentäschel kommt fast überall auf der Welt vor und gedeiht auf fast allen Böden.



## NÜTZLICHE PFLANZEN IM JUNI: GRÜNDÜNGUNG

Nachdem es endlich ein wenig geregnet hat, geht es langsam los mit dieser im April ausgesäten Gründüngung.



Der Anbau von Pflanzen zur Bodenverbesserung wird als Gründüngung bezeichnet. Dabei wird nicht die Pflanze selbst genutzt: die meist einjährigen Gründüngungs-Pflanzen verbleiben am Ende ihrer Lebensdauer auf der Fläche und werden in den Boden eingearbeitet. Durch ihre Wurzeln und ihr Blattwerk lockern und beschatten sie den Boden und schützen ihn vor Erosion.

Der **Buchweizen** (*Fagopyrum esculentum*, rechts oben im Bild) produziert essbare Blätter und Körner, wird heute aber wegen seiner schnellen Entwicklung meistens als Zwischenfrucht (Gründüngung) verwendet.

Der **Bienenfreund** (*Phacelia tanacetifolia*, gefiedertes Blatt unten links) dient wie der Name schon sagt als Bienenweide und ist außerdem in der Lage, durch eine Symbiose mit Knöllchenbakterien an den Wurzeln, Stickstoff aus der Luft zu binden. Dieser reichert sich im Pflanzengewebe an und bringt schlussendlich pflanzenverfügbaren Stickstoff in den Boden. Gleiches leistet die **Lupine** (ihre handförmig gelappten Blätter sind hier im Bild noch ganz klein) und viele weitere Pflanzen aus der Familie der Schmetterlingsblütler.

Der **Ölettich** (*Raphanus sativus* var. *oleiformis*, oben links) eignet sich wegen seiner tiefen Pfahlwurzel und kräftigen Blätter als Gründüngung. Alle Pflanzenteile sind essbar, er bildet aber keine Rübe. Aus den Samen kann Öl gewonnen werden.

Auch im Kleingarten kann eine Gründüngung mit diesen Pflanzen Sinn machen. In unbepflanzten oder schon abgeernteten Beeten kann sie ohne große Mühe ausgesät werden. Das ist immer besser, als offener, ungeschützter Boden und sieht in der Blütezeit auch richtig schön aus.