

# Kräuterkunde: Vom Pflanzen und Pflegen

Für einen kleinen Garten mit duftenden Kräutern braucht man weder viel Platz noch einen grünen Daumen. Frische Kräuter sind nicht nur vielfältig, gesund und aromatisch, sondern auch sehr pflegeleicht. Mit einem hohen Anteil an Vitaminen und Mineralstoffen sind sie ein Muss für jede gesunde Küche und können darüber hinaus mit der richtigen Pflege das ganze Jahr über geerntet werden. MEINE VITALITÄT sagt Ihnen, was Sie bei Anbau, Pflege und Ernte der verschiedenen Kräuter beachten müssen.

03.06.2019 - von MEINE VITALITÄT Redaktion

Vorab sollte man sich überlegen, welche Kräuter man pflanzen möchte. Am besten ist immer eine **Mischung** aus den Kräutern, die man häufig und gerne in der Küche verwendet. Tendenziell sind alle Kräuter sehr **pflegeleicht** und können gemeinsam sowohl im Topf, auf dem Balkon, der Fensterbank oder im Garten an einem sonnigen, windstillen Platz gehalten werden. Pflanzen mit ähnlichen **Ansprüchen** an Licht, Bodenbeschaffenheit und Wasser werden am besten nebeneinander platziert. So fällt die **Pflege** später auch leichter.

Kräutertöpfe auf der Fensterbank **Kräutertöpfe** aus dem Supermarkt sind meist nur kurze Zeit haltbar. Wer länger etwas von den Kräutern haben möchte, sollte sie nach dem Kauf zuerst in größere Töpfe setzen und zwölf Wochen wurzeln und wachsen lassen, bevor sie das erste Mal geerntet werden. Beim **Umtopfen** kommt es auf die richtige **Erde** an. Blumenerde beispielsweise enthält zu viel Stickstoff, Phosphor und Kalium, was den Kräutern nicht bekommt. Deshalb sollten die Erde wie auch der **Dünger** speziell auf die Kräuter abgestimmt sein. Im Topf sollte man sie ein- bis zweimal im Monat düngen, jedoch nur sparsam. Denn Kräuter und gerade mediterrane bevorzugen einen eher kargen Boden. Beim **Gießen** ist es wichtig, darauf zu achten, dass sich keine Nässe in den Töpfen staut. Zwar wollen Kräuter regelmäßig gegossen werden, jedoch nicht übermäßig. Thymian, Majoran, Oregano, Rosmarin und andere südländische

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/734>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Kräuter benötigen beispielsweise nur sehr wenig **Wasser** .

Aussaat und Pflege im FreienSobald die Erde im **Frühjahr** wieder wärmer wird, können Kräuter auch im Freien angepflanzt und ausgesät werden. Damit sie schnell und kräftig wachsen, kann man bereits im Voraus **Keimlinge** und kleine Pflänzchen nach den Hinweisen auf der Packung in einem flachen **Saatbeet** heranziehen. Die schönsten Kräuterpflanzen können dann im Frühling an einen passenden Platz ins Freie gesetzt werden. Der **Boden** sollte dafür locker, gut bewässert und frei von Unkraut sein. Wer viel Platz hat, kann ein **Hochbeet** oder eine **Kräuterspirale** anlegen, die in unterschiedliche Zonen eingeteilt sind und ganz auf die Bedürfnisse der einzelnen Kräuter abgestimmt sind. Aber auch am Rand des Blumenbeets gedeihen die meisten Kräuter problemlos. Im Freien sollten Kräuter ebenfalls von Zeit zu Zeit gedüngt und gegossen werden.

Über den Winter können die Kräuter mit einer Plane abgedeckt werden oder einfach in einen Topf umgesetzt werden, um sie im Haus zu **überwintern** . So hat man auch in der kalten Jahreszeit frische Kräuter für die Küche.

Kräuter richtig ernten und schneiden Ihr volles Aroma entfalten Kräuter kurz vor der Blüte. Generell sollte man immer ganze Triebe oder Büschel ernten und mit einem scharfen Messer oder einer Schere **abschneiden** . Bei **mehnjährigen Pflanzen** muss darauf geachtet werden, dass Wurzelspitzen, Knospen und Triebspitzen nicht beschädigt werden, da sie sonst nicht weiterwachsen können. Dafür können sie das ganze Jahr über regelmäßig und portionsweise geerntet werden. **Einjährige Kräuterpflanzen** wie Kresse und Kerbel werden dagegen komplett abgeerntet, sobald die Blätter voll entwickelt sind.

Die richtige Ernte der Kräuter dient auch ihrer **Pflege** und sorgt dafür, dass die Triebe besonders zahlreich nachwachsen.

- Beim **Basilikum** werden immer ganze Triebe abgeschnitten und nicht nur die einzelnen Blätter gezupft.

- **Dill** ist eine einjährige Pflanze und wird vor der Blüte, am besten am frühen Morgen, bodennah abgeschnitten.

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/734>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

- Vom **Estragon** werden ganze Triebe oder einzelne Blätter vor der Blüte abgeschnitten.
- **Kerbel** kann komplett abgeerntet werden.
- **Koriander** wird wie die Petersilie von außen nach innen in ganzen Stielen geerntet, sodass der Stamm der Pflanze erhalten bleibt.
- **Lavendel** wird am besten im Inneren des Busches abgeschnitten.
- **Majoran** wird zu Beginn der Blüte circa ein bis zwei Zentimeter über dem Boden abgeschnitten.
- Von der **Melisse** werden die Blätter vom unteren Teil der Seitentriebe gepflückt oder ganze Triebspitzen in einer Höhe von circa zehn Zentimetern abgeschnitten.
- Wenn die Knospen schießen, ist es günstig, die **Minze** komplett abzuschneiden, damit sie im Herbst neu austreibt.
- **Oregano** wird während der Blüte circa fünf Zentimeter über dem Boden abgeschnitten.
- **Petersilie** wird nah am Boden abgeschnitten, von außen nach innen, sodass der Stamm stehen bleibt.
- **Rosmarin** wird immer in ganzen Trieben geerntet.
- Beim **Salbei** werden nur die Triebspitzen abgeschnitten.
- **Schnittlauch** wird zwei bis drei Zentimeter über der Erde abgeschnitten.
- **Thymian** wird in ganzen Zweigen abgeschnitten, am besten so, dass unter der Schnittstelle noch Blätter sind.

**Fazit: Frische Kräuter verbreiten einen herrlichen Duft und schaffen gesunde**

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/734>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

**Abwechslung in der Küche. Da sie keine aufwendige Pflege brauchen und auch an ihren Standort keine allzu hohen Ansprüche stellen, benötigt man weder viel Platz noch besonders viel Gartenerfahrung, um erfolgreich einen eigenen kleinen Kräutergarten anzulegen.**

*Mehr zum Thema Warenkunde lesen Sie hier.*