



## Newsletter # 4 im Juni

Wir haben für Sie folgendes vorbereitet:

- > Unsere fünf Gemüsearten: Was liegt an?
- > Pflanzenjauche herstellen
- > Aus unseren Sortiment: Salat
- > Unser Buchtipps

Liebe Teilnehmer\*innen am bundesweiten Projekt „Saatgut leihen – Vielfalt ernten“!

Über unendlich viele Generationen wurde Saatgut und das Wissen über die Saatgutgewinnung von Generation zu Generation weitergereicht. Dieses Wissen war Grundlage der eigenen Ernährungssicherheit. Das hat eine unglaubliche Vielfalt an Sorten hervor gebracht. Jede Region, teils jedes Dorf hatte ein eigenes Sortiment an Sorten, eigene Vorlieben und speziell dazu passende traditionelle Gerichte. Die regionalen Sorten waren und sind optimal an die Bedingungen der Region angepasst. Diese regionalen samenfesten Sorten, zumal wenn diese jährlich angebaut werden, haben eine Chance, sich auch an das wandelnde Klima anzupassen.

Diese Vielfalt und Regionalität kann der Handel aus marktwirtschaftlichen Gründen nicht anbieten. In diesem Projekt kümmern Sie sich um eine samenfeste Sorte, die keine Handelszulassung hat und ohne unser Engagement verloren gehen würde. Denn nur noch wenige von uns wissen, wie unsere Lebensgrundlage eigentlich gepflegt und vermehrt wird. Das wollen wir ändern. Schön, dass Sie dabei sind.

Viel Freude im Garten.

Bei Fragen oder Problemen melden Sie sich gerne:

[info@saatgutleihen.de](mailto:info@saatgutleihen.de)

## Unsere fünf Gemüsearten: Was ist im Juni zu tun?

### Tomaten



#### **Regelmäßig ausgeizen**

Im Juni wachsen die Tomatenpflanzen rasant. Jetzt müssen viele Tomatensorten und zwar alle unbegrenzt wachsenden Stabtomaten regelmäßig alle 2 bis 3 Tage ausgegeizt werden. Damit ist das Entfernen der Achseltriebe gemeint, die zwischen Blatt und Haupttrieb austreiben. Das wird gemacht, damit die Kraft der Pflanzen in die Ausbildung und Reifung vieler Früchte geht.

Stabtomaten, dazu gehören besonders viele Sorten, wachsen im Prinzip unbegrenzt, wenn die Temperaturen im Herbst aufgrund der Temperaturen ihr Wachstum nicht stoppen würden. Stabtomaten werden immer ausgegeizt. Wir haben darauf geachtet, dass Sie diese Information auf der Saatguttüte finden.



Idealerweise wird ein Haupttrieb stehen gelassen. Sie können aber auch zwei- oder dreitriebig geführt werden. Häufig geschieht das mehr aus Unachtsamkeit, weil Seitentriebe zu spät entdeckt werden. Wenn die Seitentriebe der Stabtomaten noch klein sind, lassen sie sich einfach mit der Hand ausbrechen. Es ist gut, die Seitentriebe so klein wie möglich zu entfernen. Damit wird die Schädigung der Pflanze, die immer mit dem Ausgeizen verbunden ist, so gering wie möglich gehalten.

**Die zu entfernenden Triebe sollten nicht länger als 10 cm sein!**

Die entfernten Triebe können direkt unter der Pflanze als Mulchmaterial liegen bleiben.

Manche Sorten neigen dazu, nach dem ersten Blütenstand zwei fast gleichgroße Triebe auf gleicher Höhe zu entwickeln. Dann ist die Entscheidung schwierig, welcher weg soll. Wenn dann beide zu groß geworden sind, ist es besser bei einem Trieb nur die Blütenknospen auszubrechen und die Blätter als Assimilationsfläche stehen zu lassen.

**In Gegensatz dazu werden Buschtomaten und besonders kleinwüchsige Balkontomaten grundsätzlich nicht ausgeizt. Sie bleiben vom Wuchs eher klein und gedrungen.**

### **Aufbinden**

Stabtomaten werden an einen Pflanzenstab angebunden, damit die Pflanze später gut die Früchte tragen kann und diese gut abgeerntet werden können.

### **Düngen**

Etwa fünf bis sechs Wochen nach der Pflanzung kann noch einmal gedüngt werden, z.B. mit Pflanzenjauche.

### **Gießen**

Erst, wenn in den Abendstunden die Blätter schlapp nach unten hängen, wird reichlich gegossen. Idealerweise höchstens einmal in der Woche mit lauwarmen Wasser. Tomaten entwickeln ein sehr tiefes Wurzelsystem und holen sich aus unteren Bodenschichten das notwendige Wasser, wenn sie nicht täglich mit kleinen Wassergaben verwöhnt werden. Im Gegensatz dazu müssen Pflanzen, die im Topf stehen, zumeist täglich gegossen werden.



Balkontomate 'Pendulina',  
Jasmin Karp, VEN

## Salat

Die Salate sollten nun schöne Köpfe gebildet haben. 3 bis 5 besonders schön gewachsene Pflanzen werden ausgesucht und gekennzeichnet. Dafür kann zum Beispiel ein Pflanzstab, der 1 bis 1,50 m lang ist, jeweils neben den ausgesuchten Pflanzen gesteckt werden. So können alle erkennen, dass diese Pflanzen blühen sollen und auf dem Beet stehen bleiben, bis die Samen ausgereift sind. Das wird Ende August/Anfang September soweit sein. Bis dahin verändert der Salat deutlich sein Aussehen. Zunächst schießt der Kopf und bildet einen über einen Meter hohen Blütenstengel. Häufig muss dieser mit einem Pflanzstab abgestützt werden.

**Wichtiger Hinweis:** Bitte keine Salatpflanzen für die Saatguternte nutzen, die sehr früh, bevor sich ein schöner Salatkopf gebildet hat, zu schießen begonnen haben. Deren Nachkommen werden mit hoher Wahrscheinlichkeit ebenfalls keine schönen Köpfe bilden. Nur aus dem Saatgut von schönen sortentypischen Pflanzen können sich im Folgejahr wieder ebenso schöne Pflanzen bilden.

Alle anderen Salate können nach und nach geerntet werden. Außerdem können bis in den September hinein regelmäßig weiter Salat für die Küchenernte ausgesät werden. Spät ausgesäte Salate eignen sich nicht für die Gewinnung von Saatgut, weil die Samen später in der kühlen und nassen Jahreszeit nicht mehr ausreifen können. Deshalb haben wir auf allen Saatguttüten als Aussattermin für die Samenernte den Termin Februar bis April angegeben.

## Gartenmelde

Wie bei den Salaten werden auch bei der Gartenmelde 3 bis 5 besonders schöne und sortentypische Pflanzen ausgesucht und mit einem Pflanzstab oder bunten Bändern gekennzeichnet. Gartenmelde entwickeln sich zu sehr breiten, etwa 80 bis 100 cm im Durchmesser, und bis zu 2 m hohen Pflanzen, deren Samen erst Ende September ausgereift sein werden. Alle anderen Pflanzen werden nach und nach abgeerntet und in der Küche verwertet. Die ersten zarten Blätter können in einen Salat untergemischt werden.



Die größeren Blätter können genauso wie Spinatblätter zubereitet werden. Für die eigene Ernährung kann Gartenmelde bis August fortlaufend nachgesät werden.

Wir haben eine einfach und schnell zu backende Quiche als Rezeptvorschlag ausgewählt.





## Zutaten für eine Quiche

### Teig:

250 g Mehl (Dinkel oder Weizen)  
125 g Butter oder Margarine  
1 Ei  
1 Prise Salz

### Füllung:

500 g Gartenmelde (Blätter)  
3 Zwiebeln  
3 Eier  
200 ml Milch  
2-3 Knoblauchzehen  
25 g Butter oder Margarine  
Salz, Pfeffer, Muskat



Mehl, Ei, Butter und Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig zusammenkneten. Weizen- oder Dinkelmehl können problemlos ausgewechselt werden. Falls Sie Vollkornmehl verwenden möchten, sollten Sie noch 1-2 El Wasser zum Teig geben, damit er nach dem Backen nicht zu trocken wird.



*Für die vegane Variante das Ei durch 2 El Wasser ersetzen.  
Den Teig nun ca. 30 Minuten kühl stellen.*

Die 3 Eier mit der Milch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann eine großzügige Portion Muskat hineinreiben und die 2-3 Knoblauchzehen mit einer Knoblauchpresse in die Mischung pressen oder kleingeschnitten hinzufügen.

*Für die vegane Variante, die Ei-Milchmischung durch 400 g pürierten Seidentofu mit 3 El Speisestärke ersetzen.*



Währenddessen die Zwiebeln kleinschneiden und zusammen mit der Butter in einer Pfanne bei mittlerer Hitze goldgelb anschwitzen. Anschließend die grob klein geschnittenen Gartenmelde hinzugeben und kurz für etwa 3 Minuten mitgaren lassen.



Den Teig in eine 26 cm Springform eindrücken. Dabei einen etwa 4 cm hohen Rand hochziehen. Die Zwiebel-Gartenmeldemischung auf dem Boden verteilen und die Flüssigkeit darüber gießen. Bei 180°C etwa 35-40 Minuten goldbraun backen.

## Bohnen

Die Bohnen, die zwischen Mitte Mai bis Ende Mai gesät wurden, sollten nun aufgegangen sein. Sie werden noch ein wenig bis zur Blüte brauchen. Sobald sich die ersten Hülsen ausbilden, diese bitte mit einem deutlich sichtbaren Band kennzeichnen und vollständig ausreifen lassen. Es ist wichtig, für neues Saatgut möglichst frühe Bohnen zu nehmen, denn diese haben genug Zeit zum Ausreifen. Außerdem erziehen wir auf diese Weise die Sorten von Generation zu Generation dazu, möglichst früh abzureifen und somit eine sichere Ernte zu ermöglichen.

Alle weiteren Bohnenhülsen können, sobald sie eine passende Größe erreicht haben, für die Küche geerntet werden.

Jetzt im Juni können noch einmal Buschbohnen nachgesät werden.

Die Aussaat von Stangenbohnen ist nicht mehr empfehlenswert.



Wolfenbütteler Stangen aus zwei 6 m langen und 8 mm dicken Stahlstangen gebogen, Jasmin Karp, VEN



'Hildesheimer Bohne',  
Jasmin Karp, VEN



Bohnenrad: Eine Fahrradfelge auf einem Pfosten montiert, Jasmin Karp, VEN



'Hildesheimer Bohne' am Bohnenrad,  
Renate Düring, VEN



## Erbsen

Die meisten Erbsen, die für die Saatguternte zwischen März und April ausgesät wurden, sollten nun die ersten Hülsen ausgebildet haben. Bitte die ersten Hülsen mit einem deutlich sichtbaren Band kennzeichnen und vollständig ausreifen lassen.

Die ganz jungen noch zarten Hülsen können bei den Zucker- und Zuckermarkerbsen mitgegessen werden. Die Zuckermarkerbsen werden allerdings vorrangig geerntet, sobald die Erbsen in der Hülse gut ausgebildet sind. Die Erbsen werden ausgepult und entweder roh oder kurz in ein wenig Butter angedünstet gegessen.

Eine weitere Aussaat ist nun im Juni nicht mehr zu empfehlen.



Markerbse 'Lanzet', Jasmin Karp, VEN



Erbse 'Ihlow', Jasmin Karp, VEN

## Pflanzenjauchen selbst herstellen

Pflanzenjauchen sind eine sinnvolle Ergänzung der Pflanzenernährung. Besonders unsere Tomaten profitieren von einer regelmäßigen Gabe bis zum ersten Fruchtansatz. Da sie aus Pflanzen entstehen, enthalten sie alle wichtigen Nährstoffe in einem ausgewogenen Verhältnis. Sie sind eine sinnvolle Alternative oder Ergänzung zu käuflichen biologischen Düngemitteln.

### Welche Pflanzen kann ich verwenden?

Grundsätzlich können alle Arten von Pflanzenmaterial zum Ansetzen einer Jauche genutzt werden. Wichtig ist, vor allem bei der Verwendung von ungewollten Beikräutern, dass die Pflanzen noch keine Samen ausgebildet haben. Die Samen können den Gärprozess unbeschadet überstehen und durch das Ausbringen der Jauche wieder im Garten ausgesät werden. Die Pflanzen können entweder frisch, getrocknet oder in einem Zwischenstadium verwendet werden.



Typische Beikräuter im Hausgarten (von links nach rechts): Löwenzahn, Schaumkraut, Greiskraut, Brennnessel, Giersch

### Grundrezept:

Für 10 l Wasser wird 1 kg frisches oder 150 g getrocknetes Pflanzmaterial gebraucht. Die vergorene Jauche wird 1:50 verdünnt, das sind 200 ml Jauche vermischt mit 10 l Wasser.

## Schritt für Schritt Anleitung:



Füllen Sie einen wasserdichten Behälter mit Pflanzenmaterial. Mit Ausnahme von Edelstahl sollten Sie kein Behältnis aus blankem Metall verwenden, da die Jauche bei der Gärung mit dem Metall reagieren und unerwünschte Stoffe freisetzen könnte.

Wenn Sie das Pflanzenmaterial zerkleinern, können die darin enthaltenen Nährstoffe noch besser freigesetzt werden. Zu klein sollte das Material allerdings nicht sein, damit Sie die Feststoffe später besser von der Flüssigkeit trennen können.

Damit die Pflanzen später nicht an der Oberfläche schwimmen, sollten Sie nun Steine oder anderes Material oben auflegen.



Stellen Sie den Behälter nun an einen sonnigen Platz. Bei der Vergärung entsteht ein unangenehmer strenger Geruch. Etwas Gesteinsmehl, lehmige Erde oder ein wenig Kompost mindern den Geruch. Je trockener die Pflanzen beim Ansetzen sind, desto weniger Geruch entwickelt sich.

Füllen Sie den Behälter mit Wasser, bis das Pflanzenmaterial einige Zentimeter überdeckt ist.



Decken Sie den Behälter nun mit einem Netz oder Kaninchendraht ab, so dass keine Vögel oder Kleintiere in der Jauche ertrinken können.

Nach 1-2 Tagen sollte der Gärprozess beginnen. Dies können Sie daran erkennen, dass in regelmäßigen Abständen Bläschen aufsteigen und sich eine Art Schaum an der Oberfläche bildet.

Wenn Sie den Gärprozess noch unterstützen möchten, können Sie in den ersten Tagen ein- bis zweimal kurz mit einem Stock umrühren um Sauerstoff in die Flüssigkeit einzubringen. Beachten Sie allerdings, dass hierbei besonders viele Gerüche freigesetzt werden!

Sobald der Schaum auf der Oberfläche sich gelegt hat, ist der Gärprozess beendet und die Jauche kann verwendet werden. Dies kann schon nach 7 Tagen soweit sein, aber auch 3 Wochen dauern. Gießen Sie die Flüssigkeit vorsichtig in ein anderes Gefäß. Durch die Steine bleiben die Pflanzenreste im Behältnis zurück. Sie können zum Abseihen natürlich auch ein Sieb oder ein Tuch verwenden. Die fertige Jauche kann nun dem Gießwasser beigemischt werden. Um eine Überdüngung zu vermeiden, sollten die Pflanzen im Normalfall nur etwa 1x wöchentlich mit der Jauche gegossen werden.

Achten Sie bitte beim Gießen darauf, die Jauchemischung nicht auf die Pflanze, sondern auf den Boden aufzubringen. Beim Verwenden einer Gießkanne sollten Sie daher die Brause nicht nutzen.

## Besondere Jauchen und ihre Wirkung

Einige Pflanzen besitzen besondere Wirkungen, wenn sie sortenrein als Jauche angesetzt werden.

Wenn Sie also eine dieser Pflanzen als Beikraut oder erwünschte Pflanze im Garten auffinden, können Sie sich diese bewährten Eigenschaften zu Nutze machen. Sprühbehandlungen der Blätter immer am frühen Morgen durchführen!

### Ackerschachtelhalm

Die Jauche wirkt im Mischungsverhältnis 1:5 gegen Bodenpilzkrankheiten. Zur Abwehr gegen blattfressende Insekten und Spinnmilben wird die Jauche 1:5 verdünnt und der Lösung noch 1% Schmierseife beigegeben. Diese Mischung wird mit einer Sprühflasche auf die befallenen Pflanzen gesprüht.



*Ackerschachtelhalm*



*Beinwell*

### Beinwell

Beinwelljauche enthält sehr hohe Anteile an Nährstoffen. Nährstoffbedürftige Pflanzen wie Tomaten profitieren von einer wöchentlichen Gabe von der üblichen 1:50 Mischung. In der Mischung 1:10 kann die Jauche ein- bis zweimal monatlich zur Blattstärkung auf Pflanzen gesprüht werden. Unverdünnt fördert sie die Zersetzungsprozesse auf dem Komposthaufen.

### Brennnessel

Brennnessel bildet wie Beinwell eine sehr nährstoffreiche Jauche und kann als Nährstofflieferant wie Beinwelljauche im Verhältnis 1:50 eingesetzt werden. Gegen Blattläuse wirkt eine nicht komplett durch gegorene Brennnesseljauche. Dazu wird die Jauche schon vier Tage nach dem Ansetzen abgeseiht und dann im Mischungsverhältnis 1:50 auf die befallenen Blätter gesprüht. Schauen Sie genau, wo die Blattläuse wirklich Schaden anrichten und ob sie nicht nach einer Zeit von Vögeln entdeckt und verspeist werden. Denn gerade im Frühling stellen Blattläuse eine wichtige Nahrung für die Aufzucht von Jungvögeln dar. Besonders Meisen sind sehr geschickt darin, sie aus den Blattachsen zu zupfen. Auch ist es möglich, dass sich bereits Nützlinge auf den Pflanzen angesiedelt haben, die würden mit der Spritzung auch Schaden nehmen.



*Brennnessel*

### Literaturhinweis

Arthur Schnitzer: Gärtnern ohne Gift, Ein praktischer Ratgeber. Wien, Böhlau Verlag 2013.



# Aus unserem Sortiment: Salate

Salat ist eine alte Kulturpflanze mit beachtlicher Vielfalt. Der römische Salat (Synonyme: Romana, Binde- oder Kochsalat) ist die erste nachweisbare Salatform. Diese wurden schon vor 4000 Jahren im alten Ägypten angebaut. Salate verbreiteten sich über die Jahrhunderte im gesamten Mittelmeerraum, bis die Römer ihn schließlich auch in unsere Breitengrade brachten. Über die Zeit differenzierte sich eine Formenvielfalt heraus. Zu dem Römersalat kam der Kopfsalat, der Bataviasalat, der Schnittsalat und der Spargelsalat. Von all diesen Salatformen gibt es eine große Sortenvielfalt zu entdecken.

## Flecken galten als Makel

Die Blätter der Salate hatten bis in die 1950er Jahre hinein oft keine einheitliche Farbe, sondern waren befleckt oder bemustert, so wie beispielsweise beim 'Forellenschluss'. In den Supermärkten galten solche Verfärbungen als Makel und wurden weg gezüchtet, so dass es nun nur noch einheitliche, einfarbige Salate zu kaufen gab.



'Forellenschluss' (Sibylle Maurer-Wohlatz, VEN)

## Zweinutzungspflanze

Das 'Kasseler Strünkchen' ist eine Variante des Romana- oder Binde-salates (*Lactuca sativa* var. *Longifolia*). Diese Variante nennt sich Spargelsalat. Seine Besonderheit ist es, dass der beim Treiben eines Blütenstandes („Schießen“) entstehende kräftige Strunk sehr spät holzig und hohl wird. Die frischen, graugrünen Blätter sind ziemlich spitz und mäßig zart. In Nordhessen wird dieser Salat traditionell als Zweinutzungspflanze verwertet: Die jungen Blätter werden nach und nach von unten her geerntet und als Salat angerichtet. Nach dem Schießen wird der Strunk mit den restlichen Blättern als Gemüse verarbeitet. Das Kasseler Strünkchen wurde bis weit in die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts regelmäßig in nordhessischen Hausgärten angebaut. Es wurde roh als Salat und gegart als Gemüsegericht gegessen.



'Kasseler Strünkchen', Spargelsalat  
(Sibylle Maurer-Wohlatz, VEN)



'Roter Stern', Spargelsalat  
(Sibylle Maurer-Wohlatz, VEN)



Bunte Salatvielfalt in der Anzucht (Sibylle Maurer-Wohlatz, VEN)

## Unser Buchtipp

### **Mechthild Hubl: Meine Samengärtnerei. Gemüsesaatgut selbst gewinnen. Kosmos 2023**

Dieses frisch herausgekommene Buch richtet sich an Hobbygärtner\*innen. Wir können es uneingeschränkt sehr empfehlen. Zwischen den Zeilen ist der reiche Erfahrungsschatz von Mechthild Hubl spürbar. Die vorgestellten Gemüsearten sind in einfach und in schwieriger zu vermehrende Kulturen unterteilt. Es werden für jede Gemüseart jeweils Anbau, Probleme und Krankheiten, Selektion und Samenernte gut verständlich beschrieben. Eine übersichtliche Tabelle enthält zusammenfassend alle grundlegenden Informationen zu den vorgestellten Gemüsearten.

## Im nächsten Newsletter...

... wird u.a. hybrides Saatgut zum Thema haben.

Bis dahin viel Freude beim Lesen, am Ausprobieren und Beobachten! Bei Fragen oder Problemen melden Sie sich gerne: [info@saatgutleihen.de](mailto:info@saatgutleihen.de)



## Impressum

Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V.

Bergstraße 19

54610 Büdesheim

1. Vorsitzende: Jasmin Karp

E-Mail: [info@nutzpflanzenvielfalt.de](mailto:info@nutzpflanzenvielfalt.de)

Eingetragen beim Amtsgericht Walsrode im Vereinsregister VR 160306

Steuer-Nummer 13/220/31603