



Unter dieser Rubrik versuchen wir dem interessierten Leser nach und nach wertvolle Informationen aus dem praktischen Landleben zu übermitteln. Unser Fokus liegt darauf, vom Wirtschaftssystem der Welt möglichst unabhängig zu werden. Unsere Artikel sollen in Zukunft folgende Bereiche abdecken: Einfaches Bauen und Wohnen auf dem Land - Gartenarbeit - Kräuterkunde - Gewinnung und Lagerung von Saatgut - praktische Ratschläge für die Gesundheit - Haltbarmachung von Lebensmitteln - und mehr. Dabei können wir schon jetzt mit Beiträgen von gelernten Fachleuten rechnen. Gerne laden wir allerdings jeden Leser ein, Artikel mit praktischem Inhalt bei uns zur Veröffentlichung einzureichen. Wie so oft wird die „Würze“ in der Vielfalt der Beiträge liegen.

## Die Fruchtfolge in unseren Gärten

Für die Bepflanzung unserer Böden gibt es Gesetze, die beachtet werden müssen, um Erfolg im Gartenbau zu haben und auch einen guten Ertrag zu generieren. Ellen White hat uns auch in dieser Hinsicht einiges zu sagen.

### Ellen White und die Gesetzmäßigkeiten im Gartenbau

„Bei der Bestellung des Bodens wird der aufmerksame Arbeiter feststellen, dass sich ungeahnte Schätze vor ihm auf-tun. Im Acker- oder Gartenbau kann niemand erfolgreich sein, wenn er die geltenden Gesetze unbeachtet lässt. Die speziellen Bedürfnisse jeder Pflanzenart müssen erkundet werden. Verschiedene Arten erfordern unterschiedliche Böden und unterschiedlichen Anbau. Eine Befolgung der jeweiligen Gesetze ist die Voraussetzung für ein Gelingen. Die Vorsicht, die beim Umpflanzen erforderlich ist, damit auch nicht eine Wurzelfaser eingeklemmt oder an die falsche Stelle gebracht wird, die Pflege der jungen Pflanzen, das Beschneiden und Begießen, der Schutz gegen den nächtlichen Frost und die Sonnenhitze bei Tag, das Fernhalten der Unkräuter, der Krankheiten und Insektenplagen, die Aufzucht und Anordnung erteilen uns nicht nur wichtige Lehren betreffs der Charakterentwicklung; auch die Arbeit ist ein Mittel zur Entwicklung. Die wesentliche Unterweisung liegt in der Förderung von Sorgfalt und Geduld, dem Achten auf Einzelheiten und dem Gehorsam gegenüber den Gesetzmäßigkeiten. Der ständige Kontakt mit dem Geheimnis des Lebens und dem Liebreiz der Natur führt ebenso wie das Zartgefühl, das beim Dienst an diesen herrlichen Gegenständen der Schöpfung Gottes entwickelt wird, zur Belebung des Geistes und zur Verfeinerung und Veredlung des Charakters.“ *AH, 142.3*

Ellen White drückt sich zu dem Thema nur generell aus, deswegen ist es wichtig, ihre Ratschläge zu befolgen und sich selbst mit dem Thema tiefer zu beschäftigen. Wir haben heute das Internet, wo wir uns informieren können, allerdings auch hervorragende Literatur.

### Nachfolgend Tipps für den Anbau eines Gemüsegartens

Die Basis für eine unkomplizierte und erfolgreiche Ernte von gesundem Gemüse ist die sogenannte Fruchtfolge, auch Fruchtwechsel genannt.

Wird Jahr für Jahr die gleiche Pflanzenart auf der selben Bodenfläche angebaut, reichern sich bestimmte Schädlinge (z.B. Nematoden) und Krankheitserreger (z.B. Kohlhernie) im Boden an. Zudem verarmt der Boden wegen eines einseitigen Nährstoffentzugs. Außerdem können sich von den Blättern und Wurzeln der Pflanzen ausgeschiedene Stoffe anreichern, die wachstumshemmend wirken. Ein Paradebeispiel dafür ist der wiederholte Anbau von Petersilie und Sellerie auf derselben Bodenfläche.

Man kann das Thema auch positiv beschreiben: Eine gute Fruchtfolge erhält und erhöht die Fruchtbarkeit der Böden, denn sie werden nicht einseitig beansprucht. Eine ausgewogene Fruchtfolge ist der beste Pflanzenschutz, denn Krankheitserreger können von einem aktiven Bodenleben abgebaut werden.

Pflanzenfamilie	Gemüseart
Kreuzblütler ( <i>lat: Brassicaceae</i> )	Radies, Rettich, Kohlrabi, alle Kohlarten, Meerrettich, Senf
Doldenblütler ( <i>Apiaceae</i> )	Möhre, Sellerie, Fenchel, Pastinake Petersilie, Dill
Schmetterlingsblütler ( <i>Fabaceae</i> )	Erbsen und Bohnen aller Art, Linsen
Liliengewächse ( <i>Alliaceae</i> )	Zwiebel, Lauch, Schnitt- und Knoblauch
Gänsefußgewächse ( <i>Chenopodiaceae</i> )	Spinat, Rote Bete, Mangold
Korbblütler ( <i>Asteraceae</i> )	Artischocke, Schwarzwurzeln, fast alle Salate : Kopf-, Eis-, Schnittsalat, Endivien, Chicorée, Zuckerhut, Radicchio
Nachtschattengewächse ( <i>Solanaceae</i> )	Tomate, Paprika, Aubergine, Kartoffel
Kürbisgewächse ( <i>Cucubitaceae</i> )	Gurke, Kürbis, Melone, Zucchini
Baldriangewächse ( <i>Valerianaceae</i> )	Feldsalat
Gräser ( <i>Poaceae</i> )	Zuckermais, Roggen

### Übersicht der wichtigsten Pflanzenfamilien und ihre zugehörigen Gemüsearten

Aus diesen Gründen sollte ein jährlicher Fruchtwechsel stattfinden. Unter Fruchtwechsel versteht man den wechselnden Anbau von Gemüse verschiedener Familien auf einer Fläche (z.B. Beet), von Jahr zu Jahr. Dies bedeutet praktisch, dass auf einer Fläche, auf der in einem Jahr Kohl wächst, im nächsten Jahr kein Gemüse aus der Kohlfamilie (Kreuzblütler) stehen sollte. Es ist anzustreben, dass höchstens alle 3-5 Jahre die gleiche Kultur auf derselben Fläche angebaut wird. (Dies gilt natürlich nicht für ausdauernde Pflanzen, wie Rhabarber oder Spargel. Diese bleiben über Jahre am selben Ort.)

Neben dem Wechsel von verwandten Gemüsearten, sollte auch auf den unterschiedlichen Nährstoffentzug der Pflanzen geachtet werden. Es gibt eine grobe Einteilung in Stark-, Mittel- und Schwachzehrer. Diese sagt aus, wie viel Stickstoff eine Kulturpflanze bis zur Reife benötigt.

Starkzehrer sind Pflanzen, die dem Boden große Mengen an Nährstoffen entziehen. Baut man sie im Folgejahr an derselben Stelle ohne zusätzliche Düngung erneut an, laugen sie den Boden weiter aus und finden auch selbst nicht mehr die nötigen Nährstoffe für ein gesundes Wachstum. Mittelzehrer dagegen kommen mit den Nährstoffen, die die Starkzehrer übriggelassen haben aus. Die wenigen Nährstoffe, die die Mittelzehrer hinterlassen haben, sind gerade noch ausreichend für Schwachzehrer.

Wird mit frischem Mist gedüngt, so sollten darauf nur Starkzehrer gepflanzt werden, da viele Schwachzehrer darauf negativ reagieren.

Die Einteilung der Pflanzen ist relativ ungenau und die Grenzen zwischen den unterschiedlichen Kategorien sind fließend. In der einen Literatur werden Petersilie und Schnittlauch zum Beispiel zu den Mittelzehrern gezählt, in der anderen werden sie mit sonstigen Kräutern unter den Schwachzehrern eingereiht. Zudem existiert eine solche Kategorisierung nicht für jede einzelne Pflanze und auch Untersorten können sich stark voneinander unterscheiden. Jeder Gärtner sollte daher eine Reihung nach eigenen Erfahrungswerten vornehmen, kann sich aber an Listen wie der folgenden orientieren.

**Starkzehrer:** Kohlarten (Weiß-/Rotkohl, Broccoli, Blumenkohl,...), Gurken, Zucchini, Kürbis, Lauch, Kartoffeln, Sellerie, Tomaten, ...

**Mittelzehrer:** Kohlrabi, Rettich, Fenchel, Karotte, Mangold, Rote Bete, Schnittlauch, Spinat, Salate, Erdbeeren...

**Schwachzehrer:** Buschbohnen, Erbse, Bohnen, Radieschen, Feldsalat, Petersilie, Kresse...

Ein weiterer Aspekt, der berücksichtigt werden sollte, ist das Zusammenspiel verschiedener Gemüsearten. Jede Pflanze hat ihre eigenen Merkmale, die dafür sorgen, dass die Nachbarpflanze sie mehr oder weniger „gut riechen“ kann. Wurzelausscheidungen und Düfte der Pflanzen sorgen für ein mehr oder weniger gut funktionierendes Miteinander. Manche Pflanzen sind so gut aufeinander abgestimmt, dass sie sogar Schädlinge abhalten, wenn sie zusammen angepflanzt werden:

Zwiebeln und Möhren z.B. vertreiben gemeinsam die Möhrenfliege.

Salat- und Heilkräuter vertreiben über ihren starken Duft auch häufig die Feinde bestimmter Pflanzen.

Salbei, Thymian und Pfefferminze lenken den Kohlweißling vom Kohlbeet ab.

Bohnenkraut vertreibt die schwarzen Läuse von den Buschbohnen.

### Gute Nachbarn:

Frühe Möhren – Zwiebeln  
Späte Möhren – Lauch  
Buschbohnen – Rote Bete – Bohnenkraut  
Sellerie – Lauch  
Möhren – Salat – Schnittlauch  
Tomaten – Petersilie  
Tomaten – Sellerie  
Salat – Radieschen – Kohlrabi  
Kohl – Buschbohnen  
Gurken – Dill

### Schlechte Nachbarn sind ...

Salat – Petersilie  
Fenchel – Tomaten  
Buschbohnen – Zwiebeln  
Kohl – Zwiebeln  
Tomaten – Erbsen  
Erbsen – Bohnen  
Kartoffeln – Sonnenblumen  
Kartoffeln – Tomaten  
Kohl – Senfesaat

Zusätzlich zu diesen Informationen lautet mein wichtigster Tipp: dokumentiere deinen Garten! Skizziere deine Anbaufläche und schreibe dir auf, wo du wann und was gesät oder gepflanzt hast. Dass wird die Planung auch für das nächste Jahr erleichtern.

Optimalerweise plant der Gärtner seinen Garten im Winter (vor dem Start der Pflanzsaison). Er legt fest, welche Kulturen er anbauen möchte, plant unter Berücksichtigung der oben genannten Punkte wo er pflanzt, informiert sich über Aussaat-/Pflanzzeitpunkte und stellt so fest, welche Vor-, Nach- und Zwischenkulturen er pflanzen kann. (Hauptkultur = die Kultur, die am längsten auf dem Beet steht; Vorkultur = die Kultur, die vor der Hauptkultur gepflanzt wird, Nachkultur = die Kultur, die nach der Hauptkultur gepflanzt wird, Zwischenkultur = steht zusammen mit der Hauptkultur, ist allerdings schon geerntet bis die Hauptkultur den vollen Platz benötigt.)

Ich möchte euch ermutigen: Auch wenn die Gartensaison schon angefangen hat, ist es noch nicht zu spät. Wer kein

Gewächshaus besitzt, sollte die wärmebedürftigen Gemüsesorten wie Tomaten, Gurken, Zucchini, Paprika erst Mitte Mai setzen, da dann die Gefahr von Nachtfrost gering ist. Auch Radieschen, Salat, Buschbohnen, Spinat können fortwährend gesät werden.

Diejenigen, die noch keinen Garten besitzen, können schon einmal auf dem Balkon üben. Salat und Radieschen lassen sich beispielsweise ganz einfach im Balkonkasten kultivieren. Für Radieschen eignen sich längliche Gefäße, die mindestens 15cm hoch und 10cm breit sind. Gesät wird am besten in einer Reihe. Man zieht eine kleine Furche und legt etwa alle 5cm ein Samenkorn ab und schiebt wieder etwas Erde über die Samen. Das Angießen nicht vergessen. Nach etwa 40-50 Tagen kann man die Radieschen ernten. Hat man ein breites Gefäß, so sollten die Reihen einen Abstand von mindestens 10 cm haben.

Ihr seht an meinen kurzen Ausführungen, dass der erfolgreiche Gartenbau gewisse Planung und Kenntnis erfordert. Auch ohne tieferes Wissen über den Gartenbau lautet mein Motto: Fang einfach an und probiere aus! Wenn man sich allerdings damit tiefer beschäftigt und dann erlebt, wie die Pflanzen und auch die Blumen gedeihen, wachsen und später geerntet werden, und man schließlich knackiges Gemüse auf dem Tisch hat - dann ist das der Lohn für die viele Vorarbeit. Und weil unser Himmlischer Vater alles gedeihen lässt und unsere Bemühungen auch belohnt, dürfen wir Ihm ehrfurchtsvoll am gedeckten Tisch für Seine Gaben danken.

Ich wünsche euch nun viel Erfolg und Gottes Segen für die anstehende Gartensaison aber auch beim Beobachten und Arbeiten mit Gottes wunderbarer Schöpfung, die uns zur Nahrung dient. **fin/sb**