



Engelbert Kötter

Kräuter-
Pairing
leicht
gemacht

HAUPTSACHE

Kräuter

AUSSERGEWÖHNLICHES
KRÄUTERWISSEN

für mich, meinen Garten
und meinen Geschmack



aVBUCH



Guten Appetit – mit Kräuter-Pairing!

„Für Braten, Suppen, Soßen und Salate“ – wer kennt sie nicht, diese unsinnigen Angabe zur Verwendung eines Garten- oder Küchenkrauts? Denn ein Kraut das dir die eine Rezeptur wertvoll bereichert, kann – weil falsch verwendet – eine andere völlig ruinieren.

So stehen Kräuterfans immer wieder vor einer Pflanze und zugleich der Frage: „Was mache ich denn damit?“ Dazu gibt dieses Buch dir jede Menge Anregungen. Und zwar zu insgesamt über 250 Kräuterarten.

Dieser Ratgeber zeigt dir auf, in welchem kulinarischen Küchenkontext du ein bestimmtes Kraut am besten verwendest. Und nicht nur das: für die wichtigsten Arten findest du auch aufgezeigt, mit welchen passenden Partnern gemeinsam du ein Kraut am sinnvollsten verwendest. So entstehen passende Paarungen von vielerlei Gartenkräutern, wie du sie so noch nicht erlebt hast – spannendes Kräuter-Pairing eben! Für mehr Kräutelerlebnis und noch mehr Kräutergenuss.

Warnhinweis: Diese Buch hat das Zeug dazu, dich süchtig danach zu machen, der verlockenden Vielfalt all der Kräuter in deinem Garten, auf Balkon und Terrasse, vor allem aber in deiner Küche und überhaupt in deinem Leben künftig mehr Aufmerksamkeit zu schenken und Raum zu geben. Ausnahmsweise mal nicht dagegen, sondern genau dafür, ist Dir so manches Kraut gewachsen. Genieße es!

**Was passt wie mit was und wozu zusammen?
Antworten gibt Dir die neue Lust
auf Kräuter-Pairing.**



ENGELBERT KÖTTER



Inhaltsverzeichnis

Kräutergartenpraxis, querbeet ...	8
Kräuter – im Garten ganz groß!	10
Gärten mit Kräutern hübscher gestalten	12
Kräuter in Töpfen und Kübeln	17
Was du über Kräuter, Boden und Dünger wissen musst	20
So machst du dir das Gießen leicht.	22
Kräuter schneiden – So geht’s	27
Kräuterschäden durch klassische Pflegefehler.	29
Kräuterschädlinge und -krankheiten	32
Kräuter im Winter schützen.	35
Ab in die Kräuterküche!	38
... und ab in die Küche!	40
Küchenkräuter konservieren	44
Einladungen zu eigenen Erfahrungen.	50
Praxis der Kräuterküche und -sinnlichkeit	52
Köstliche Kräuterkaltgetränke	54
Genusstees.	60
Kräuter – im Mix noch mundender	68
Küchenkraut trifft Butter, Senf und Mayo	74
Lust auf essbare Blüten?	76
Wohlthuende Kräuter bei Wehwechen – Heiltees und andere Hausmittel.	78
Wenn Düfte durch die Räume streichen ...	90
Raumduft mal ganz anders	93
Kräuterkosmetik	96
Wonne in der Wanne – im Kräuterbad.	99
Und jetzt wird gebacken....	102
+ 250 Kräuterporträts.	116
Für deinen schnellen Überblick	118
Porträts „A“	120
Hohe Goldgarbe, Gelbe Schafgarbe.	120
Kalmus, Magenwurz, Deutscher Ingwer	121
Weißbunter Geißfuß.	122
Duftnessel.	123
Lauch- und Zwiebelkräuter	125
Wüstenlilie.	144
Zitronenverbene, Zitronenstrauch, Verveine.	145
Mukunuwenna und Sissoo-Spinat	146
Echter Eibisch	147
Sellerie	148
Ausdauerndes Eiskraut	149
Dill	150
Kerbel	151
Raute	152
Gartenmelde	163
Porträts „B“	164
Barbarakraut, Echte Winterkresse	164
Malabar-Spinat	165
Schokoladenblume	166
Guter Heinrich	167
Kopfiger Erdbeerspinat	168
Echter Erdbeerspinat, Durchblätterter Gänsefuß	169
Indisches Verjüngungskraut (Punarnava)	171
Borretsch, Gurkenkraut	172
Ewiger Kohl	173
Katzenschwanzpflanze, Stelzen-Bulbine	174
Porträts „C“	176
Großblütige Bergminze	176
Ringelblume	177
Essbare Mittagsblume, Hottentottenfeige	179
Paprika und Chili	180
Kümmel.	187
Gotu Kola, Sudoku-Pflanze.	189
Römische Kamille, Gartenkamille.	190
Quinoa, Reismelde	192
Koriander	193
Kreuzkümmel	195
Kurkuma	196
Zitronengras	198
Liebesduftgras, Nagarmotha	201
Porträts „E“	202
Afrikanischer Rosmarin	202
Wasabi-Rukola, Ölräuke	203
Mexikanischer Koriander, Culantro	204
Eukalyptus.	205

Porträts „F“	206
Mädesüß	206
Fenchel	208
Walderdbeere	210
Porträts „G“	214
Waldmeister	214
Gundelrebe, Gundermann	215
Süßholz, Lakritz	216
Kugel-Amarant	217
Kraut des ewigen Lebens, Jiaogulan	218
Samtpflanze	219
Porträts „H“	220
Currystrauch	220
Vanilleblume	222
Kleine Taglilie	223
Roter Hibiskus	224
Houttunie	225
Tüpfel-Johanniskraut	226
Ysop	227
Porträts „I“	228
Iboza-Sträucher	228
Chinesischer Wasserspinaat	229
Porträts „J“	230
Echter Chinesischer Tee-Jasmin	230
Indisches Wunderkraut	231
Porträts „L“	232
Großer Galganth, Thai-Ingwer	232
Lorbeer	233
Lavendel	234
Liebstöckel, Maggikraut	242
Aztekisches Süßkraut	244
Goji-Beere	245
Porträts „M“	246
Moschus-Malve und Wilde Malve	246
Echte Kamille	248
Melissen	250
Minzen	254
Felsenlippe, Arabisches Bergkraut	276
Winterportulak, Tellerkraut, Winterpostelein	277
Porträts „N“	278
Brunnenkresse	278
Katzenminze	280
Schwarzkümmel, Nigella	283
Porträts „O“	284
Basilikum	284
Oregano (einschließlich Majoran)	300
Peruanischer Sauerklee, Knolliger Sauerklee	312
Säuerling	313

Porträts „P“	314
Perilla, Schwarznessel	314
Wasserpfeffer-Knöterich	316
Vietnamesischer Koriander	317
Petersilie	318
Anis	323
Spitzwegerich	324
Harfenstrauch	325
Indisches Patschuli	330
Amerikanische Bergminze	331
Porträts „R“	332
Rhabarber	332
Pinienrosmarin	334
Rosmarin	335
Rucola, Wilde Rauke	341
Sauerampfer	342
Pilzkraut	346
Weinraute	347
Porträts „S“	348
Queller, Salzkraut	348
Salbei	350
Kleiner Wiesenknopf, „Pimpinelle“	365
Heiligenkraut	367
Bohnenkraut und seine Verwandten	369
Fetthenne	378
Echte Hauswurz	380
Wundsaftpflanze	381
Griechischer Bergtee	382
Parakresse, Andenchili	383
Süßblatt, Honigblatt	384
Porträts „T“	386
Tagetes	386
Erd-Ginseng und Blatt-Ginseng	392
Katzen-Gamander	393
Thymian	394
Schabzigerklee	410
Bockshornklee	412
Große und Kleine Kapuzinerkresse	414
Zimmerknoblauch, Knoblauch-Kapillie	417
Porträts „V“	418
Echter Baldrian	418
Bachbungen-Ehrenpreis	419
Vetivergras	420
Märzveilchen, Duftveilchen	421
Porträts „W“	422
Japanischer Meerrettich, Wasabi	422
Porträts „Z“	424
Nachtpflox, Sternbalsam	424
Ingwer	425
Register	426





Kräuter- gartenpraxis, querbeet ...

Gartenvergnügen fängt dort an, wo du genüsslich durch die Kräutervielfalt beim Gärtner flanierst und dich durch sie inspirieren lässt. Nicht selten entwickelt sich daraus eine ausgesprochene Sammelleidenschaft. Denn mit der Zeit verändern sich die Kräutersortimente. Neuigkeiten kommen hinzu, das Alte wird durch das Neue womöglich ersetzt. Eines aber ist immer gleich: Kräuter als Pflanzenpersönlichkeiten zu verstehen, die ihre eigenen Bedürfnisse haben. Du musst sie ihnen im Garten nur erfüllen. Erfahre, wie das am besten geht. Und schon bald wirst du mit Kräutern auf Balkon und Terrasse, im Hochbeet und Garten erfolgreich sein. So erfolgreich, dass du erleben wirst, wie dein Daumen immer grüner wird.

Mit Kräutern lassen sich Gärten auch wunderbar gestalten, zum Beispiel mit zehn inspirierenden Ideen wie diesen:

- Duftweg
- Gemüse-Kräuter-Mixbeete
- Kreatives vom Flohmarkt
- Kräuter im Kleingewächshaus
- Kräuterhecke
- Kräuterhochbeete
- Kräuterkübelgarten
- Liegeplatz
- Stauden-Kräuter-Mixbeete
- Würzwiese

Wenn's dir jetzt in den Fingern juckt, liegt das daran, dass dein Daumen gerade schon damit loslegt, grün einzufärben – wetten?

Kräuter – im Garten ganz groß!

Kräuter sind buchstäblich bodenständig – und wenn nicht gerade im Kübel, sind sie am besten im Beet inklusive Hochbeet aufgehoben. Auch in deinem Kleingewächshaus kannst du mit viel Spaß daran Kräuter kultivieren – oder sie darin frostfest überwintern. Kräuter machen im ganzen Garten eine gute Figur!

Kräuter sind Kulturfolger. Sie folgten mit wachsendem Gartenwissen aus der Natur in die Klostergärten, von dort in die Bauerngärten und weiter in die Hausgärten unserer Tage. Hier haben sie aufgrund ihrer Vielfalt an verschiedensten Stellen ihren Platz – ganz nach Eigen-Art.

Zumeist verlangen Kräuter nach besonders hellen Standorten, um mit der Kraft der Sonne und der Kunst der Fotosynthese zunächst Zucker und aus diesem ihre wertvollen Inhaltsstoffe zu bauen, derentwillen wir sie in die Gärten pflanzen. Inhaltsstoffe bedeuten Aroma, Duft und Geschmack, aber auch die Kräuterkraft zu heilen. Viele von ihnen, z. B. alle mediterranen Kräuter, sind daher besonders für den sonnig warmen Steingarten geeignet. Andere auch für halbschattige Plätze, wie Liebstöckel oder Petersilie. Selbst für schattigere Standorte gibt es, wenngleich wenige, so doch Spezialisten. Dort gedeihen noch Waldmeister und Sauerklee; Vietnamesischer Koriander, Süßwurz und Patchouli kommen im Halb- oder auch Wechselschat-

ten zurecht. Und natürlich Bärlauch, jene heimische Zwiebelpflanze und Knoblauchsverwandte, die die wenigen Wochen des anfangs unbelaubten Frühlingswaldes an feuchten Stellen dazu nutzt, auszutreiben, zu blühen und Samen zu bilden. Bevor sie dann im Frühsommer ihre Blätter welken lässt – einziehen lässt, wie der Gärtner sagt, und so den Sommer in einer Ruhephase überdauert – bis zum erneuten Austrieb im kommenden April. Wer, wie in diesem Beispiel, um die Lebensweisen seiner Kräuter weiß, um ihre natürlichen, artgerechten Ansprüche an Bodenart, Feuchte, möglicherweise Nachbarpflanzen und Pflanzengemeinschaften, dem erleichtert all das, die ursprüngliche Wildpflanze, auch in ihrer „gezähmten“ Form, im Garten an immer der richtigen Stelle zu pflanzen und zu pflegen.

Für zahlreiche Gartenkräuter, speziell für Stauden, gibt es gewissermaßen eine „Gebrauchsanweisung“ für den Garten, um den jeweils besten Standort zu wählen. Das sind die sogenannten Lebensbereiche der Stauden.

Diese Zuordnung kategorisiert die jeweils arteigenen Lebensbedingungen einer Staude an ihrem Naturstandort und macht sie auf Gartenstandorte übertragbar. Sie berücksichtigt für jede Art, ob sie z. B. einen sandigen, lehmigen oder steinigen, einen trockenen oder feuchten, sonnigen oder schattigen Platz besiedelt.

Für Kräuter hauptsächlich relevant sind die Zonen:

1 = trocken, 2 = frisch, 3 = feucht (die Ziffern beziehen sich auf die jeweilige Bodenfeuchte)

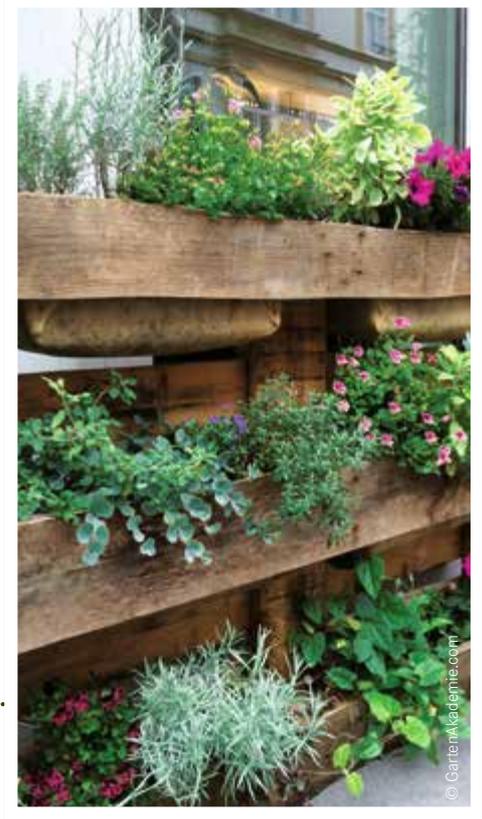
- **Beet** (humose, nährstoffreiche und tiefgründige Gartensituationen; B₁₋₃)
- **Freifläche** (zumeist trockene und durchlässige, freie, vollsonnige Lage; FR₁₋₃)
- **Gehölz** (Stauden unter Gehölzen; G₁₋₃)
- **Gehölzrand** (Stauden im sonnigen oder absonnigen Saumbereich von Gehölzen; GR₁₋₃)
- **Steinlagen** (felsige bis schotterige sowie kiesige oder steinreiche Böden; St₁₋₃)
- **Steppenheide** (sommertrockene, basenreiche Freiflächen; SH)
- **Steinfugen** (SF₁₋₃) und Mauerkronen (MK₁₋₃) sind spezielle Standorte in und auf Trockenmauern.
- **Wasserrand** (Sumpfzone WR1 [+/- 10 cm um den Wasserstand] und Röhrichtzone WR2 [bis 20 cm unterhalb des Wasserstandes])





als solche, die du gleich in größeren Mengen erntest und verarbeitest, wie z. B. Genussteekräuter.

Selbst in der Sumpfzone deines Gartenteichs kannst du Kräuter kultivieren, etwa Bachbunze, Kantigen Lauch, Kalifornische Bergminze, Vietnamesischen Koriander. Und nicht zuletzt im Wintergarten, wo speziell die tropischen und subtropischen Aromaträger ihren geschützten Platz finden, spätestens als Winterquartier (z. B. Duftveilchen, Ingwer und Knoblauchs-Kapillie).



DIE „PFLANZTASCHEN“ IN DIESEM URBANEN PALETTENGARTEN BIETEN DIE MÖGLICHKEIT, DIE WASSERVERSORGUNG DER PFLANZEN INDIVIDUELL ANZUPASSEN

BÄRLAUCH IST EINES DER WENIGEN KRÄUTER, DAS EIN SCHATTENDASEIN FÜHRT

Es geben dir sogar Kräuter selbst Hinweise auf den Typus des von ihnen besiedelten Gartenbodens. Als sogenannte „Zeigerpflanzen“ bezeichnet man hierbei Wildkräuter, die typisch für bestimmte Bodentypen sind. So zeigt Beinwell am Naturstandort einen feuchten nährstoffreichen Boden an, Brennnessel einen stickstoffreichen, Bärlauch einen schattig-feuchten, Thymian einen trockenen, Sauerklee einen schattig-humosen, Spitzwegerich einen leichten, frischen und Vogelmiere einen garen, frischen, stickstoffreichen Boden.

Es sind vordringlich – wenngleich nicht allein – die Ansprüche der Kräuter an ihren Gartenstandort ausschlaggebend dafür, wo sie gepflanzt gehören. Aber auch die gestalterischen Anforderungen an das Gartengesamtbild sind mit entscheidend. Dazu noch weitere, handfeste, praktische Aspekte: Achte etwa darauf, dass die wichtigsten Kräuter des nahezu täglichen Bedarfs, wie die Klassiker Basilikum, Dill, Petersilie und Schnittlauch, in unmittelbarer Hausnähe wachsen. Ebenso, wie alle Duftkräuter ans Haus, an die Terrasse, zumindest an den Gartensitzplatz gehören. Nur gelegentlich benötigte Kräuter, wie essbare Blüten, gehören hausnäher gepflanzt

Diese Unterscheidung nach Lebensbereichen, auch von Kräutern, findet nur allmählich Verbreitung. Besonders dort, wo man sich mit Stauden auskennt und deren nützliche Unterteilung auch auf Kräuter anzuwenden versteht. Ohnehin finden sich zahlreiche Gattungen aus Staudenkatalogen zwangsläufig auch in Kräuterlisten wieder, wie *Calamintha*, *Agastache* oder *Monarda*.

Momentan bleibt es weitestgehend bei den unmittelbar üblichen Platzzuweisungen für Kräuter: Lichtbedarf, Feuchtigkeitsbedarf, Bodenverhältnisse. Wie sich dabei z. B. die Lichtverhältnisse im geplanten Kräutergarten gestalten, ist für jedermann vor Ort noch vergleichsweise einfach an der Helligkeit im Tages- und Jahresverlauf abzulesen. Die Bodenart im eigenen Garten zu bestimmen ist demgegenüber die anspruchsvollere Aufgabe. Anhaltspunkte gibt eine sogenannte „Fingerprobe“. Nimm dazu etwas handfeuchten Gartenboden in die Hand und versuche ihn zu einer Rolle zu formen. Zerbröselte die sofort wieder, hast du tendenziell einen Sandboden, bleibt sie sehr stabil, hast du tendenziell einen Lehmboden vor dir. Dazwischen liegen die Abstufungen eines jeden (Garten-) Bodens, vom lehmigen Sand bis zum sandigen Lehm.





Lie in die Kräuterküche!

Ernten, Aufbereiten, Aufbewahren – das ist der Eintritt all deiner Gartenkräuter in die kreative Kräuterküche. Erfahre hier so manchen Kniff, wie du mit deiner Kräuternernte aus (Hoch-)Beet, Topf und Kübel, Balkonkasten und Gartenbeet bei der Ernte, Aufbereitung und Konservierung am geschicktesten vorgehst. Hast du alles, was du nicht doch lieber direkt frisch verwenden möchtest, dann

- getrocknet oder gefrostet,
 - in Öl oder Essig eingelegt,
 - zu Kräutersalz oder Suppengewürz verarbeitet,
- bist du für die frischkräuterarme Zeit prima gerüstet. Damit gibst du deinen kulinarischen Kreationen auch im Winterhalbjahr den abrundenden aromatischen „Kräuterkick“.

Kräuteraromen auch konserviert zur Verfügung zu haben, hat einen wichtigen Vorteil: Du kannst dich querbeet durch alle dann verfügbaren Kräuteraromen hindurch umso einfacher ans Experimentieren machen. Kannst, feinzünftig, deinem Geschmack folgen: „Das könnte jetzt noch ein wenig – ja, was nur? – vertragen ...“ Und weil du es ja zur Hand hast, probierst du das gleich mal aus.

Mache dich also auf den Weg zu deinen eigenen Kräuter-Pairing-Tests. Du wirst Spannendes dabei erleben und es wird die Kreativität in deinen Rezepten ganz sicher bereichern!



16	Mexikanisches Traumkraut <i>Calea zacatechichi</i>	Schärft die Sinne, provoziert Alpträume
17	Balsamstrauch <i>Cedronella triphylla</i>	Erfrischend, kreislaufanregend
18	Berg-Kornblume <i>Centaurea montana</i>	Bei Blasen- und Nierenbeschwerden, Kopfschmerzen oder Husten
19	Tausendgüldenkraut <i>Centaureum erythraea</i>	Bei Magenbeschwerden, Appetitlosigkeit
20	Chinesische Tee-Chrysantheme <i>Chrysanthemum morifolium</i>	Blutdrucksenkend, gegen Fieber, Kopfschmerzen, Angina, Diabetes Typ II
21	Jesuitentee <i>Chenopodium ambrosioides</i>	Zur Schmerzlinderung, verdauungsfördernd, gegen Blähungen, Husten, Pilz-erkrankungen
22	Kamille, Mutterkraut „Golden Moss“ <i>Chrysanthemum parthenium</i> ‘Golden Moss’	Frische Blätter; lindert Migräneschmerzen
23	Zistrose <i>Cistus incanus</i> ssp. <i>tauricus</i>	Ähnlich Rotwein ohne Alkohol eingesetzt, mit breitem Wirkungsspektrum gegen zahlreiche Wehwechen
24	Wirbel-Dost <i>Clinopodium vulgare</i>	Gegen Magenbeschwerden
25	Silberwurz <i>Dryas octopetala</i>	Herzstärkend, vorbeugend gegen Schlaganfall und Herzinfarkt
26	Natternkopf <i>Echium vulgare</i>	Gegen Kopfschmerzen, Fieber
27	Chinesisches Haarwuchskraut <i>Eclipta alba</i>	Fördert Gedächtnisleistung, verdauungsfördernd
28	Afrikanischer Rosmarin <i>Eriocephalus africanus</i>	Gegen Husten, Erkältungen, Blähungen
29	Eukalyptus <i>Eucalyptus gunnii</i>	Gegen Erkältung, Bronchitis
30	Mädesüß <i>Filipendula vulgaris</i>	Fiebersenkend





31	Sumpf-Mädesüß <i>Filipendula ulmaria</i>	Fiebersenkend
32	Russische Teppich-Erdbeere <i>Fragaria vesca</i> var. <i>vesca</i>	Laub; bei Magen-Darm-Beschwerden, Durchfall
33	Walderdbeere <i>Fragaria vesca</i>	Laub; bei Magen-Darm-Beschwerden, Durchfall
34	Weißer Walderdbeere <i>Fragaria vesca</i> var. <i>sempiflorens</i> 'Tubby White'®	Laub; bei Magen-Darm-Beschwerden, Durchfall
35	Nelkenwurz <i>Geum urbanum</i>	Hilft bei Appetitlosigkeit, Zahnfleischentzündungen und zum Gurgeln für Hals und Rachen.
36	Wiesen-Storchschnabel <i>Geranium pratense</i>	Kühlend, entzündungshemmend
37	Ginkgo <i>Ginkgo biloba</i>	Fördert Gehirndurchblutung, steigert Gedächtnisleistung
38	Gundermann <i>Glechoma hederacea</i>	Blutreinigend, stoffwechselfördernd, Gurgeln und Spülen von entzündetem Mund- und Rachenraum
39	Chinesisches Süßholz <i>Glycyrrhiza uralensis</i>	Blutdruckhebend
40	Echtes Süßholz <i>Glycyrrhiza glabra</i>	Blutdruckhebend
41	Kugelamarant <i>Gomphrena globosa</i>	Gegen Stress, Kurzatmigkeit, stärkt die Sehkraft
42	Gummikraut <i>Grindelia robusta</i>	Krampf- und schleimlösend, Blutdruck senkend, verlangsamt die Herzfrequenz
43	Silberrute, Otterbossie <i>Gomphostigma virgata</i>	Gegen Müdigkeit, Schläppheit
44	Kraut des ewigen Lebens, Jiaogulan <i>Gynostemma pentaphyllum</i>	Gegen Stress, Bluthochdruck, Schlaganfall, Herzinfarkt, gegen Diabetes und hohe Cholesterinwerte, zur Krebsprophylaxe
45	Blatt des Lebens, Sambung Nyawa <i>Gynura procumbens</i>	Blutdruckregulierend, entgiftend, verdauungsfördernd, bei Blutarmut, Asthma, Allergien





Petroselinum crispum im Garten

Unterscheide grundsätzlich drei Varietäten von Petersilie:

- var. *crispum* (Blattpetersilie, Typ Krause Petersilie), krausblättrig, aromatisch, besonders für Speisendekorationen geeignet und dort bevorzugt angebaut, wo häufige Verwechslungsgefahr mit Hundspetersilie gegeben ist (s. u.)
- var. *neapolitanum* (Blattpetersilie, Typ Italienische Petersilie), glattblättrig, größer blättrig und aromaintensiver
- var. *tuberosum* (Knollenpetersilie, Petersilienwurzel), für die Verwendung von Blättern und vor allem auch Wurzeln

Das Laub der Wurzelpetersilie kannst du ebenso verwenden wie das der glatten oder krausen Blattpetersilie. Weil du bei Wurzelpetersilie zusätzlich deren Wurzelknollen ernten kannst, kann mitunter der Anbau von Wurzelpetersilie der vergleichsweise lukrativere sein.

Der richtige Umgang mit Krauser und Italienischer (glattblättriger) Petersilie (Blattpetersilie)

Am einfachsten pflanze gartenfertige Blattpetersilie aus dem gängigen Kräutersortiment. Solltest du sie lieber selbst aussäen, so bediene dich an der Saatgutauswahl in der Samenwand.



Das ist ja interessant!

Petroselinum, „der Sellerie, der bei den Steinen wächst“, stammt aus Südosteuropa und bedeutet übersetzt Felsen-sellerie. Anders als die verwandte Sellerie, die sumpfiges humoses Gelände als Standort bevorzugt, besiedelt Petersilie bei natürlichem Vorkommen nämlich auch steinige Stellen, was zu Zeiten der Wildsammlung des Krauts als Unterscheidungsmerkmal weitergegeben wurde, bis in die Namensgebung hinein.

Im Mittelmeerraum seit Tausenden von Jahren genutzt, gelangte das beliebte Würzkräut Petersilie mit den Römern zusammen schließlich auch nach Germanien. Im Mittelalter war es eine der Pflanzen, die Karl der Große in seiner Anordnung „Capitulare de villis“ befahl, in seinen Pfalzen anzubauen. Von diesen Pfalzen aus fand die Petersilie über die Zeit hinweg Eingang bis in die Hausgärten unserer Tage. Dabei war die Petersilie ursprünglich glattblättrig (*Petroselinum crispum* var. *neapolitanum*). Die Krause Petersilie wurde, nachdem sie einmal aufgetreten war, ursprünglich gezielt weitergezüchtet. Das Ziel: die früher häufigere Verwechslung mit der giftigen Hundspetersilie (*Aethusa cynapium*, s. u.) künftig sicher ausschließen zu können.



Dein richtiger Umgang mit Wurzelpetersilie

Die Aussaat von Petersilie erfolgt ab März, an Ort und Stelle im Beet oder Topf, wahlweise als Vorkultur, zum späteren Auspflanzen. Beachte aber, dass Petersiliensamen etwa drei Wochen bis zur Keimung benötigen und danach anfangs nur langsam wachsen. Für die schnellere Ernte bist du mit gartenfertigen Pflanzen besser dran.

Petersilie gedeiht in jedem nährhaften, nicht zu trockenen Gartenboden in Sonne und Halbschatten. Petersilie ist etwas pilzgefährdet. An weniger geeigneten Wuchsorten umso mehr. Um die relativ häufig auftretende *Septoria*-Blattkrankheit (braune Blattflecken) und Echten Mehltau einzudämmen, gib Petersilie am besten einen luftigen Platz in deinem Garten – egal, ob im Beet, Balkonkasten oder Pflanztopf (mindestens 5 Liter). Dort trocknen die Blätter rascher ab, was die Ausbreitung der Blattpilze behindert.

Bedenke, dass Blattpetersilie eine Zweijährige ist. Das bedeutet für dich: Im ersten Jahr bildet sie eine Blattrosette über einer mehr oder minder dicken Rübe. Im zweiten Standjahr erwachsen daraus die Petersilien-

blätter, um Juni bis Juli aber auch die Blütenstängel. Brich diese im Entstehen ab. Ohne Blüte wächst deine Petersilie bis 40 cm, mit Blütenstängel bis 90 cm hoch. Speziell Glattblättrige Petersilie hat lange Blattstiele, ist deswegen überhängend und legt sich sogar beizeiten. Sie brauchen daher einen größeren Reihenabstand von rund 30 cm zu Nachbarpflanzen. Um sandiges Erntegut zu vermeiden, unterlege glattblättrige Petersilienreihen mit Stroh oder Mulchfolie, ähnlich der bekannten Kulturmaßnahme bei Erdbeeren. Kultivierst du Glattblättrige Petersilie im Topf (mindestens 5 Liter), dann binde sie ähnlich einer Staude locker auf (z. B. mithilfe eines kleinen Staudenrings). Tatsächlich locker, um sie nach Niederschlägen (inklusive Morgentau!) auch aufgebunden immer schnell abtrocknen zu lassen, der Gefahr von Blattpilzbefall wegen (s. o.).

Gegen Ende des zweiten Standjahrs stirbt Petersilie natürlicherweise ab. Wenn du also jedes Jahr Petersilie nachpflanzt oder nachsäst, bist du immer auf der richtigen Seite und mit Petersilie ausreichend versorgt.

Für den passenden Standort von Wurzelpetersilie gilt das Gleiche wie für Blattpetersilie. Weil sie tief wurzelt, muss der Boden vor der Saat entsprechend tiefgründig locker vorbereitet sein. Die Anzucht von Wurzelpetersilie in Töpfen ist dann nicht angeraten, wenn diese nicht sehr tief (mindestens 40 cm) sind. Die Wurzelknolle braucht, um sich ausreichend bilden zu können, Platz in die Tiefe! Bediene dich an der Samenwand und säe Petersilienwurzel ab Mitte März aus.

Von Anfang Juni bis Mitte September, der Zeit des intensivsten Wurzelknollenwachstums, hat Wurzelpetersilie einen besonders hohen Wasserbedarf.

Mehr noch als die Wurzeln von Blattpetersilie sind die der Wurzelpetersilie dazu geeignet, sie im Herbst und Winter anzutreiben, um in der frischkräuterarmen Zeit frisches Petersilienlaub zu ernten. Wenn du die Wurzelknollen Mitte November bis zum Kragen in Sand einschlägst, sie saftig feucht hältst und sie bei 10–15 °C im Hellen antreibst, kannst du Mitte/Ende Dezember, also passend zu Weihnachten, frisches Petersiliengrün davon ernten.



Engelbert Kötter...

... zählt zu den bedeutendsten Garten-Fachjournalisten im deutschsprachigen Raum. Im Kontext der Frankfurter Buchmesse ist der erfahrene Sachbuchautor mit der Goldmedaille der Gastronomischen Akademie Deutschlands (GAD) ausgezeichnet worden. Den Genuss von Küchenkräutern hat Kötter bereits in mehreren Kräuterbüchern thematisiert, die seit Jahren in vielen Auflagen veröffentlicht werden. In diesem topaktuellen Handbuch mit dem Zeug zum Standardwerk eröffnet er Gartenfreunden und echten Küchenprofis geballte Kräuterkompetenz – und führt in die Kräuterwelt erstmals Idee und Begriff des Kräuter-Pairings ein.

Kräuterverwendung
– so inspirierend wie noch nie!



Die Kraft der Kräuter spüren

Entdecke schnuppernd, schmeckend, staunend und genießend das Kräutersortiment heimischer Gärtnereien!

„Was macht man denn damit?“ ist die allererste Frage, die du zu (d) einem Kraut beantwortet haben willst.

Mit 432 Seiten so umfangreich und ausführlich wie wohl noch nie in einem Kräuterbuch dieser Art, findest du hier die leidenschaftlich gegebenen Antworten – zu mehr als 250 der wichtigsten Kräuter aus der Gärtnerei nebenan.

Erstmals in der Kräuterwelt, geht es hier um Kräuter-Pairing: Welches Kraut passt zu welchen anderen? Und in welchem Küchenkontext, konkret, verwendet man es wie?

So ist dieses Buch ein verlässlicher Ratgeber und eine inspirierende Quelle für alle, die mit Kräutern kreativ kochen, backen, oder sie für ihre ganz persönliche Wellness nutzen.

Jedoch beginnt der Kräutergenuss bereits mit dem eigenen Anbau und der Selbstversorgung. So öffnet dir dieses Buch die Gartentür zur Verwirklichung deiner ganz eigenen Kräuterwelt auf Fensterbank, Balkon, Terrasse und natürlich im Beet.

Aus dem Inhalt:

- Kräutergartenpraxis
- Kräuterküchenpraxis
- Verwendung von Kräutern in der Konditorei
- Kräuterwellnesspraxis
- Anwendungsbezogene Porträts von mehr als 250 der meistgefragten Kräuter



9783840475757



9 783840 475757

avBUCH

www.cadmos.de | www.avbuch.at