





Impressum:

Die Redaktion des Pflanzen Ratgeber

Talking Brands GmbH & Co.KG
Klingenstraße 25
D- 90542 Eckental
Tel. +49 (0) 9126 / 25 49 757
www.pflanzenfachhandel.de

Geschäftsführer: Alexander Hinderer
Registergericht: Fürth HRA 10858

Titelbild: Talking Brands

Der Pflanzen Ratgeber
erscheint 6 x im Jahr.



Foto: Hugo - FollowTheFlow

Die neue Sparsamkeit.

In vielen Haushalten herrscht eine Stimmung der Zurückhaltung. Das aktuelle Weltgeschehen und die Unsicherheit auf das, was noch kommen mag, lässt viele von uns zurückhaltender und sparsamer leben.

INHALT

Ab Seite 4

Baby it's cold inside.

Zimmerpflanzen für kühle Standorte

Ab Seite 26

Allrounder.

Innen und außen schön.

Ab Seite 36

Happy Valentine.

Ab Seite 42

Platz da auf der Fensterbank.

Ab Seite 46

Pflanzzeit geschickt planen.

Die erste Ausgabe des Pflanzen Ratgebers im neuen Jahr beschäftigt sich mit genau dieser Problematik. Wir stellen Ihnen Pflanzen vor, die nicht nur schön und dekorativ, sondern auf ihre ganz eigene Art und Weise nachhaltig, effizient und einige sogar lecker sind.



BABY IT'S COLD INSIDE

Es gibt Zimmerpflanzen, die an besondere Standortbedingungen angepasst sind. Kühlere Räume in der Wohnung sind für einigen von ihnen der perfekte Ort zum Wachsen und Gedeihen. Gerade jetzt, wo man Heizkosten senken möchte und zuhause die Temperaturen am besten nicht über die 21 °C Marke klettern sollen, haben diese Zimmerpflanzen ihren großen Auftritt.

Wir stellen Ihnen die schönsten und unkompliziertesten Zimmerpflanzen vor, die für kühle Standorte, z. B. den Flur, gut geeignet sind und eine frische Umgebung bevorzugen.





Zimmerazalee
(*Rhododendron simsii*)

Die Azalee mit einfachen und gefüllten Blüten bringt Farbe in kühle Räume. Sie blüht in den verschiedensten Rot- und Violetttönen, in Weiß und sogar zweifarbig bis in den April hinein.



Zimmerazaleen stammen ursprünglich aus China und Japan. Die Japaner sind Meister im Lenken des Blickes und im Ausblenden unangenehmer Umstände. Wo sich die Azalee entfaltet, da herrscht Behaglichkeit und Wärme, so ihre Botschaft. Deshalb wird sie auch oft als Glückbringende Pflanze verschenkt.

Eigenschaften:

Standort: Kühl, bevorzugt 8 °C - 16 °C

Gießen: Azaleen lieben es feucht. Gießen Sie deshalb regelmäßig am besten mit kalkfreiem Wasser. Staunässe sollte vermieden werden.

Wuchshöhe: 15 - 100 cm, je nach Sorte

Blütezeit: August - April, je nach Sorte



In ihrer Heimat wächst sie an kühlen, schattigen Standorten. Auch wenn einige neuere Sorten mit einem wärmeren Standort gut zurechtkommen, ist ein warmes Wohnzimmer nicht empfehlenswert. Wenn die Pflanze sich an das neue Zuhause gewöhnt hat und die Blüten voll entwickelt sind, dann vertragen sie auch Zimmertemperaturen um 20 °C.

Zamioculcas (*Zamioculcas zamiifolia*)

Die Zamioculcas, die auch Glücksfeder genannt wird, ist eine perfekte Kandidatin für einen kühlen und auch schattigen Platz. Sie hat robuste, auffallend regelmäßige und ledrige Blätter, die an Stielen wachsen, die ein bisschen wie Federn aussehen. Die Zamioculcas ist extrem pflegeleicht und verzeiht Ihnen nicht nur einen Pflegefehler.

Die Widerstandsfähigkeit der Zamioculcas basiert auf ihrem für eine Zimmerpflanze sehr ungewöhnlichen Wurzelsystem: Die Pflanze bildet in der Erde eine sehr kräftige, dicke Knolle, die einen Durchmesser von bis zu 20 cm erreichen kann. Dazu kommen nach einer Weile eine Vielzahl kleinerer Knollen dazu. Aus der Spitze der ersten Knolle sprießen schließlich dicke Wurzeln.





Je heller ihr Standort, desto schneller wächst sie. Im Schatten wächst sie zwar langsamer, dafür werden ihre Blätter umso kräftiger grüner. Im Idealfall gießen Sie immer erst, wenn die oberste Erdschicht trocken ist, denn die Zamioculcas speichert Wasser in den Wurzeln und in ihren Blättern.

Eigenschaften:

Standort: Hell - schattig,
um die 18 °C

Gießen: Nur mäßig

Wuchshöhe: 40 - 60 cm

Nestfarn (*Asplenium nidus*)

Diese Grünpflanze mit seinen eigenwilligen Blättern sorgt für frisches Grün im Haus. Der Nestfarn gehört zur Familie der Streifenfarngewächse und kommt aus den tropischen Urwäldern und Regionen Afrikas, Asiens und Australiens. Dort wächst er als Epiphyt (Aufsitzerpflanze) auf den Bäumen.

Der Name *Asplenium* ist abgeleitet vom griechischen „*Asplenon*“, was Milzkraut bedeutet. Der Nestfarn früher als Heilmittel bei Milzerkrankungen eingesetzt.

Er ist eine dekorative Blattschmuckpflanze, die keine Blüten ausbildet. Seine Blätter ragen aufrecht in die Höhe. Mit der Zeit, wenn seine Blätter länger werden, hängen diese leicht ausladend über. Auffallend sind ihre luftreinigenden Eigenschaften. Sie liefert nicht nur zusätzlichen Sauerstoff, sondern filtert auch allerlei Schadstoffe aus der Umgebungsluft.

Eigenschaften:

Standort: Schattig bis halbschattig,
je nach Sorte 18 °C - 24 °C.

Gießen: Mäßig feucht halten,
kalkarmes Wasser wird bevorzugt

Wuchshöhe: Je nach Sorte 90 - 100 cm





Bergpalme (*Chamaedorea elegans*)

Ursprünglich kommt die Bergpalme aus Mittelamerika, hauptsächlich aus Mexiko und Guatemala. Nach Europa gelangte sie um 1840 und eroberte hier schnell Salons wohlhabender Familien und Orangerien. Dank ihrer grazilen Blattwedel hat sich ihre Beliebtheit als Zimmerpflanze bis heute gehalten.



**Eigenschaften:**

Standort: Hell - schattig, ohne direkte Sonneneinstrahlung. Im Winter um 15 °C, im Sommer um 20 °C.

Gießen: Im Winter nur leicht gießen. Im Sommer hingegen reichlich gießen und gleichmäßig feucht halten.

Wuchshöhe: Bis ca. 1,3 m

An ihrem natürlichen Standort erreicht die Bergpalme eine Höhe von bis zu 3 m und kann 2 m breit werden. In Zimmerkultur erreicht sie selten eine Höhe von 1,5 m, aber bereits als junge Zimmerpflanze kann sie Blüten ausbilden. Das geschieht schon ab einem Alter von drei Jahren. An verzweigten Rispen erscheinen kleine gelbe Blüten.

Trotz ihres filigranen Wuchses gilt die Bergpalme als robust und pflegeleicht. Wenn Sie ihre Bergpalme besonders verwöhnen möchten, dann brausen Sie sie ab und zu unter der Dusche ab. Im Sommer von Juni bis September kann die Bergpalme auch an einen Schattenplatz ins Freie ziehen.

Zimmeraralie (Fatsia japonica)



Die Zimmerpflanze besitzt glänzend grüne Blätter, die einfarbig oder mit einer cremeweißen Blattzeichnung versehen sind. Die handförmigen, großen Blätter erreichen einen Durchmesser von bis zu 40 cm. Die Zimmeraralie wächst schnell, erreicht im Zimmer aber maximal eine Höhe von 2 m. Ältere Exemplare bilden auch Blüten und Früchte aus, allerdings fast nur an den Naturstandorten und sehr selten in Zimmerkultur.



Dekorativ, pflegeleicht und für helle und kühle Räume bestens geeignet - diese Eigenschaften zeichnen die Zimmeraralie aus. Ihre Heimat sind die tropischen Wälder in Japan und Südkorea, dort kann der immergrüne Strauch bis zu 4 m hochwachsen.



Eigenschaften:

Standort: Halbschattig und kühl bei ca. 18 °C Umgebungstemperatur.

Gießen: Mäßig gießen, im Winter weniger, dennoch darf der Ballen nicht austrocknen.

Wuchshöhe: 1 - 2 m



Neben den kletternden gibt es auch einige nicht kletternde Artgenossen. Sie sind nicht weniger dekorativ, werden aber seltener kultiviert. Dazu gehören die Arten *Philodendron selloum* und *Philodendron bipinnatifidum*, die beide auch „Baum-Philodendron“ genannt werden.

Philodendron (Philodendron)



Diese beliebte Zimmerpflanze stammt ursprünglich aus der Karibik, dem Regenwald, Mexiko oder Florida. In seiner Heimat klettert die Pflanze mithilfe seiner Luftwurzeln an Bäumen hoch, ohne sie dabei zu schaden, deshalb wird die Pflanze auch „Baumfreund“ genannt. In freier Natur erreicht der Philodendron eine imposante Höhe von 6 m, bei uns sind es einige Meter weniger.

Einen heller Standort mit einer Rankhilfe dankt der kletternde Baumfreund mit besonders schönem Blattgrün, dennoch kann er durchaus auch schattiger stehen. Gießen Sie ihn erst dann wieder, wenn die Erde leicht angetrocknet ist. Achten Sie jedoch darauf, dass der Ballen nie ganz austrocknet.

Eigenschaften:

Standort: Hell bis schattig, gerne Ost- oder Westlagen, aber auch Nordfenster sind willkommen. Eine Raumtemperatur von 16 °C - 24 °C ist je nach Art optimal.

Gießen: Regelmäßig, der Erdballen sollte nicht austrocknen

Wuchshöhe: Je nach Art bis 2 m hoch

Zierspargel (*Asparagus densiflorus*)





Die zarten, dünnen und filigranen Blätter des Zierspargels sind seine Zierde an kühlen Standorten. Botanisch gesehen handelt es sich gar nicht um echte Blätter. Die feinen Blätter, die wir erkennen, sind umgebildete Seitensprossen und ähneln Pflanzenaustrieben, die von der Mutterpflanze ausgebildet werden.

Seinen Ursprung hat der Zierspargel in Asien und Südafrika. Mit dem deutschen Botaniker und kaiserlichen Gartenmeister Karl Sprenger (1846-1917) kam der Zierspargel nach Europa, deshalb wurde er früher auch „*Asparagus sprengeri*“ genannt.

In seiner Heimat sind mehrere hundert Arten bekannt, bei uns ist die Auswahl der Zimmerpflanze begrenzt. Meist sind die Arten *Asparagus densiflorus*, *Asparagus falcatus* (Sicheldorn-Spargel) und *Asparagus setaceus* (Farn-Spargel) zu kaufen.

Eigenschaften:

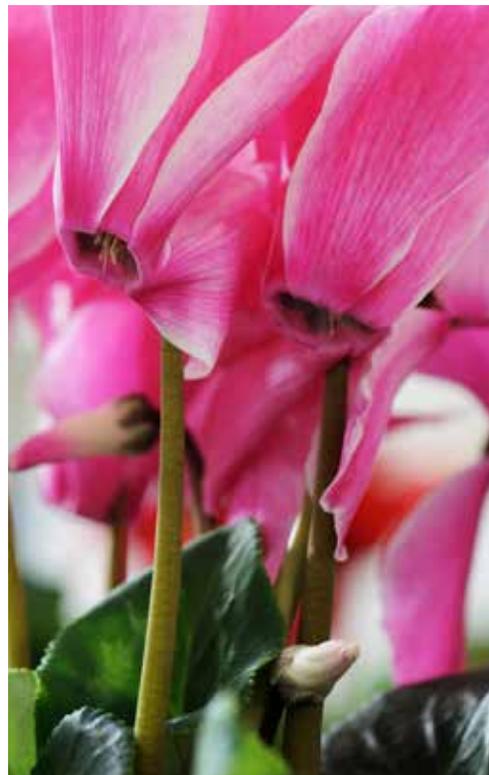
Standort: Hell - halbschattig bei ca. 20 °C, im Winter gerne kühler | Gießen: Ganzjährig und regelmäßig feucht halten | Wuchshöhe: 30 - 100 cm

Zimmer-Alpenveilchen (*Cyclamen persicum*)



Jetzt kommt Farbe in kühlere Räume. Das Alpenveilchen gehört zur Familie der Primeln und stammt ursprünglich aus dem östlichen Mittelmeerraum und den westlichen Teilen Asiens. Die wilden Alpenveilchen sind sehr klein, aber durch eine intensive Veredelung seit mehr als hundert Jahre gibt es die Blüte heutzutage in vielen Größen und mit vielen Farbnuancen von Weiß über Rosa bis Dunkelviolett. Manche kleinblütigen Sorten duften sogar und einige großblütige Sorten haben fransige Kronblätter oder sind gestreift. Moderne Sorten vertragen zwar Wärme besser, dennoch werden kühlere Standorte bevorzugt.

Der botanische Name „Cyclamen“ leitet sich aus dem griechischen Wort „cyklos“ ab, was so viel wie Rund oder Kreis bedeutet und verweist damit auf die kreisrunde Knolle der Pflanze. Das Alpenveilchen besitzt kein Festigungsgewebe in den Blütenstielen, deshalb fallen sie beim Wassermangel einfach um. Die Stiele werden nur durch den Wasserdruck aufrecht erhalten.



Eigenschaften:

Standort: Kühl (15 - 18 °C) und hell

Blütezeit: September bis April

Blütenfarbe: Weiß, Pink, Rosa, Rot, Dunkelrot, Violett und zweifarbig

Gießen: Regelmäßig und die Erde sollte bei jedem Gießen gut durchnässt sein.

Wuchshöhe: 30 - 40 cm

Zimmerlinde (*Sparrmannia africana*)

Die Zimmerlinde gehört zur Familie der Malvengewächse und stammt ursprünglich aus Afrika. Ihren botanischen Namen hat sie dem Botaniker Anders Sparrman zu verdanken, der die südafrikanische Flora erforschte und auch die Zimmerlinde entdeckte. Bei uns wird sie auch „Kapländische Zimmerlinde“ genannt.



Ein Blickfang zu jeder Jahreszeit sind die großen und hellgrünen Blätter, die bis zu 20 cm groß werden können. Ihre Blätter ähneln sehr den Blättern einer Linde, daher auch der deutsche Name. An einem kühlen Standort mit ausreichend Platz kommt sie am besten zur Geltung. Zimmerlinden wachsen sehr eigenwillig und neigen zum Wuchern. Daher ist ein regelmäßiger Griff zur Schere unerlässlich.



Eigenschaften:

Standort: Hell, luftig und kühl bei 15 °C - 18 °C, Ost- oder Westfenster

Gießen: Regelmäßig in der Wachstumsphase vom März - September. Im Winter: je kühler die Umgebung, umso sparsamer gießen

Wuchshöhe: Bis zu 3 m in Zimmerkultur, ein Schnitt ist möglich

Efeutute (*Epipremnum pinnatum*)

Die Efeutute zählt zur Familie der Aronstabgewächse (Araceae) und stammt aus Südostasien, Indonesien und von den Salomonen. In tropischen Regenwäldern dient sie Eidechsen und Reptilien als reiche Nahrungsquelle. Der botanische Name „Epipremnum“ bildet sich aus den griechischen Wörtern „Epi“ für „auf“ und „Premnon“ für „Stamm“, da die Pflanze häufig auf den Ästen von Bäumen wächst und gedeiht.



Sie hat seidenweiche Blätter mit silbernen, hellgrünen, gelben oder weißen Flecken oder einem geflammten Muster. Die Blätter befinden sich an langen Trieben, die klettern oder herabhängen können, was die Pflanze vielseitig nutzbar macht.



Eigenschaften:

Standort: Hell, bei maximal 20 °C.

Gießen: Substrat mäßig feucht halten, erst gießen, wenn die oberste Schicht ange-trocknet ist, Staunässe vermeiden.

Wuchshöhe: Bis zu 10 m lange Triebe, gut schnittverträglich.

Die Efeutute bekommt auch Bonuspunkte für ihre luftreini-genden Eigenschaften im Haus. Nach einer Untersuchung der NASA nehmen die Spaltöffnun-gen Schadstoffe aus der Luft und lösen diese problemlos auf.

Die Efeutute ist eine sehr pflegeleichte Pflanze, die viel-seitig einsetzbar ist. Mehrere Exemplare in Ampeln gepflanzt, wirken wie ein dichter, grüner Vorhang. Ein natürlicher Raum-teiler kann entstehen, wenn Sie ein paar Efeututen am Stab nebeneinander stellen.

Zitronenbaum
(*Citrus limon*)



Papaya
(*Carica papaya*)



Wir stellen Ihnen Kübelpflanzen vor, die ihren Ursprung in tropischen Gefilden haben und auch im Winter gut mit Zimmertemperaturen zurecht kommen. Im Sommer verschönern sie Terrasse und den Balkon und im Winter bevorzugen sie einen Platz in der Wohnung und nicht im kühlen Keller.

Avocado

(Persea americana)



Jede Pflanze durchlebt eine Wachstums- und eine Ruhephase. Oft ist im Winter das Wachstum der Pflanzen eingestellt und sie müssen ihre Standortbedingungen ändern, um unbeschadet durch diese Zeit zu kommen. Meistens sollte die Überwinterung relativ kalt stattfinden. In wintermilderen Gebieten gibt es aber einige Arten, die gar keine Winterruhe halten oder sich nur teilweise in die Winterruhe zurückziehen.

ALLROUNDER - INNEN UND AUSSEN SCHÖN.

Chinesischer Roseneibisch

(*Hibiscus rosa-sinensis*)

Weltweit gehören viele hunderte Arten zur Pflanzengattung Hibiskus. Alle stammen sie aus Asien, mittlerweile sind sie aber überall auf der Welt in den tropischen und subtropischen Regionen verteilt.



Eigenschaften:

Standort: Sonnig und hell,
aber keine pralle Sonne

Gießen: Regelmäßig in der
Wachstumsperiode

Blütezeit: Juni - Oktober

Wuchshöhe: 30 - 50 cm

Sobald die Temperaturen unter 12 °C fallen, endet für die meisten frostempfindlichen Hibiskusarten die Freiluftsaison und er muss ins Haus umziehen. Hier bevorzugt er einen hellen und sonnigen Standort, sonst verliert er seine Blätter. Dennoch ist ein geringer Blattverlust ganz normal. Ein heller Platz in einem mäßig geheizten Zimmer, um die 18 °C, ist ideal. Gießen Sie den Hibiskus im Winter sparsamer, hierbei reicht es, wenn der Wurzelballen nicht völlig austrocknet.

Der Hibiskus besitzt eine strahlende Leuchtkraft, riesige Blüten in tollen Blütenfarben von Reinweiß bis mehrfarbig und eine lange Blütezeit. Bei uns ist die Kübelpflanze des Chinesischen Roseneibisch (*Hibiscus rosa-sinensis*) sehr beliebt. Daneben gibt es noch den winterharten Stauden-Hibiskus (*Hibiscus x moscheutos*) und den Gartenhibiskus (*Hibiscus syriacus*).

Zitronenbaum
(Citrus limon)



Der Zitronenbaum ist ein Liebling auf Terrasse und Balkon, den Winter muss er aber drinnen überwintern. Das geht auf vielfältige Weise. Am liebsten steht er in einem kalten Raum bis ca. 13 °C und dieser sollte dann eher dunkel sein. Oder sie überwintern das Bäumchen warm über 20 °C. Hier gilt dann, je wärmer die Pflanze überwintert, umso heller muss der Standort sein. Dann wächst das Bäumchen weiter und muss auch in den Wintermonaten weiterhin gegessen werden.

Wenn es dann langsam wärmer wird und die Temperaturen im Frühling wieder steigen, dann kann der Zitronenbaum ins Freie. Ab Mai verwöhnen die weißen Blüten mit einem intensiven Duft die Umgebung, in der Nähe eines Sitzplatzes ist das Bäumchen dann besonders beliebt. Den Sommer verbringt der Zitronenbaum am liebsten an einem hellen und sonnigen Standort. Ein nach Süden ausgerichteter Platz, geschützt vor Regen und Wind, sind optimal.

Eigenschaften:

Standort: Sonnig, hell und vor Wind
und Regen geschützt

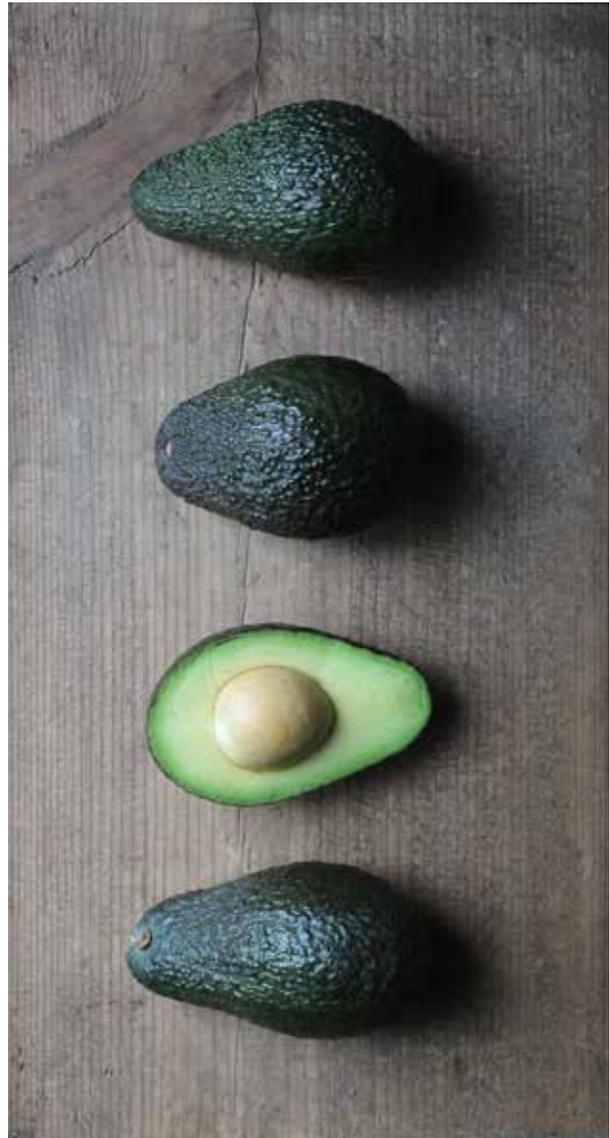
Gießen: selten, wenn dann reichlich

Blütezeit: ab Mai

Wuchshöhe: max. 4 - 5 m,
sehr gut schnittverträglich

Avocados schmecken nussig bis sahnig, sind sehr gesund und vielseitig in der Küche verwendbar. Ursprünglich kommt der Avocado Baum aus den Regenwäldern Mexikos. Schon vor Tausenden Jahren wurde die Pflanze von vergangenen Kulturen genutzt. Heute gehört der Avocado Baum zu einer wirtschaftlich sehr bedeutenden Trend-Pflanze.

Avocado
(*Persea americana*)



Eigenschaften:
Standort: Sonnig
Gießen: Regelmäßige Wasserzugaben
Blütezeit: April - Mai, die Blüten sind bei
Insekten sehr beliebt
Erntezeit: 8 - 10 Monate nach der
befruchteten Blüte
Wuchshöhe: 1 - 2 m



Wegen der großen Nachfrage findet man die Pflanze heute überall, wo es den Anbau möglich macht. Das bringt oft auch viele Nachteile mit sich. In seiner Heimat Mexiko werden aktuell viele Gebiete mit einem natürlichen Pflanzenbestand gerodet, oft auch illegal, um Platz für den lukrativen Baum zu schaffen. Das führt nicht nur zu einer Monokultur, sondern hat auch negative Folgen für die Bevölkerung. Durch den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln und der enorme Wasserverbrauch beim Anbau bringen nicht nur das Ökosystem in Gefahr, sondern auch der soziale Zusammenhalt in den Regionen ist durch den massenhaften Anbau der Avocados gefährdet.

Wenn Sie also Avocados gerne essen, dann haben sie auch in unseren Gefilden gute Chancen, die schmackhaften Früchte selber zu ernten, denn der Avocadobaum wächst erstaunlich anspruchslos bei uns.

Junge Avocadoebäume stellt man an ein helles Fenster in ein warmes Zimmer bei mindestens 22 °C und sorgt für eine gleichmäßige Wasserversorgung. Ältere Bäume können im Sommer auch auf dem Balkon stehen. Auch hier ist ein warmer und geschützter Platz ein idealer Standort.

Da die Tropenpflanze sehr empfindlich gegenüber Frost ist, sollte sie früh genug ins Haus umziehen, denn auch im September können die Nächte schon empfindlich kalt werden. Hier sollte das Bäumchen in den Wintermonaten hell und warm überwintern.



Papaya (*Carica papaya*)

Die Papaya, auch tropischer Melonenbaum genannt, findet sich heute in allen tropischen und subtropischen Gebieten wieder. Nach Europa kam die Pflanze Ende des 18. Jahrhunderts durch die Portugiesen. In ihren warmen Heimatgebieten erreichen die Pflanzen eine Höhe von bis zu 10 m und da die Pflanzen schnell wachsen, können bereits nach etwa 10 Monaten nach der Aussaat die ersten Früchte geerntet werden. Die Früchte erreichen ein Gewicht von 0,5 - 9 kg. Das vitaminreiche Fruchtfleisch wird roh gegessen oder wie Gemüse gekocht.

Bereits ab September sollte die Pflanze ins Haus umziehen. Hier fühlt sich der Melonenbaum an einem hellen und warmen Standort um die 20 °C am wohlsten und benötigt nur eine geringe Wasserzugabe.



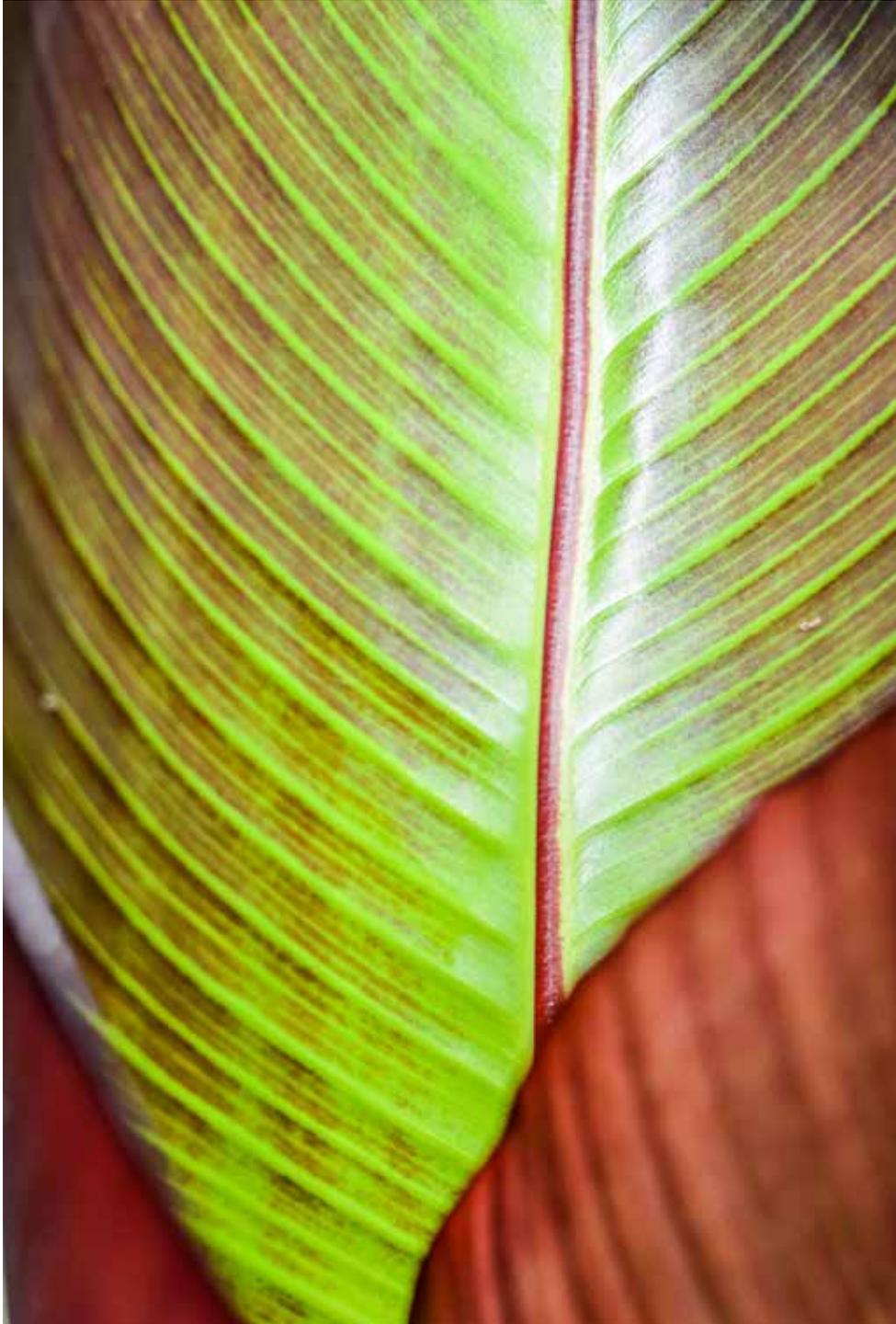
Bei uns wird die Papaya nur als Kübelpflanze gehalten, da sie wie alle tropischen Pflanzen nicht winterhart ist. Im Sommer wünscht sie sich draußen reichlich Sonne an einem geschützten Platz. An einer warmen Hauswand fühlt sie sich sehr wohl. Über ihre großen Blätter verdunstet die Papaya viel Wasser, das bedeutet, dass sie im Sommer viel Wasser verbraucht. Die Blüten der Papaya werden im Kübel spät ausgebildet und können männlich, weiblich oder sogar zwittrig sein. Wer eine Befruchtung der Blüten sichern möchte, benötigt mehrere Pflanzen. Die Früchte sind reif, wenn sich die Schale orangegelb verfärbt und wenn sie mit einem leichten Fingerdruck nachgibt.

Eigenschaften:

Standort: Warm und sonnig

Gießen: Regelmäßiges Gießen ist wichtig

Wuchshöhe: 2 - 3 m



Eigenschaften:
Standort: Sonnig - halbschattig
Gießen: Regelmäßig, der Wurzelballen
sollte immer leicht feucht sein
Wuchshöhe: 1,5 - 4 m

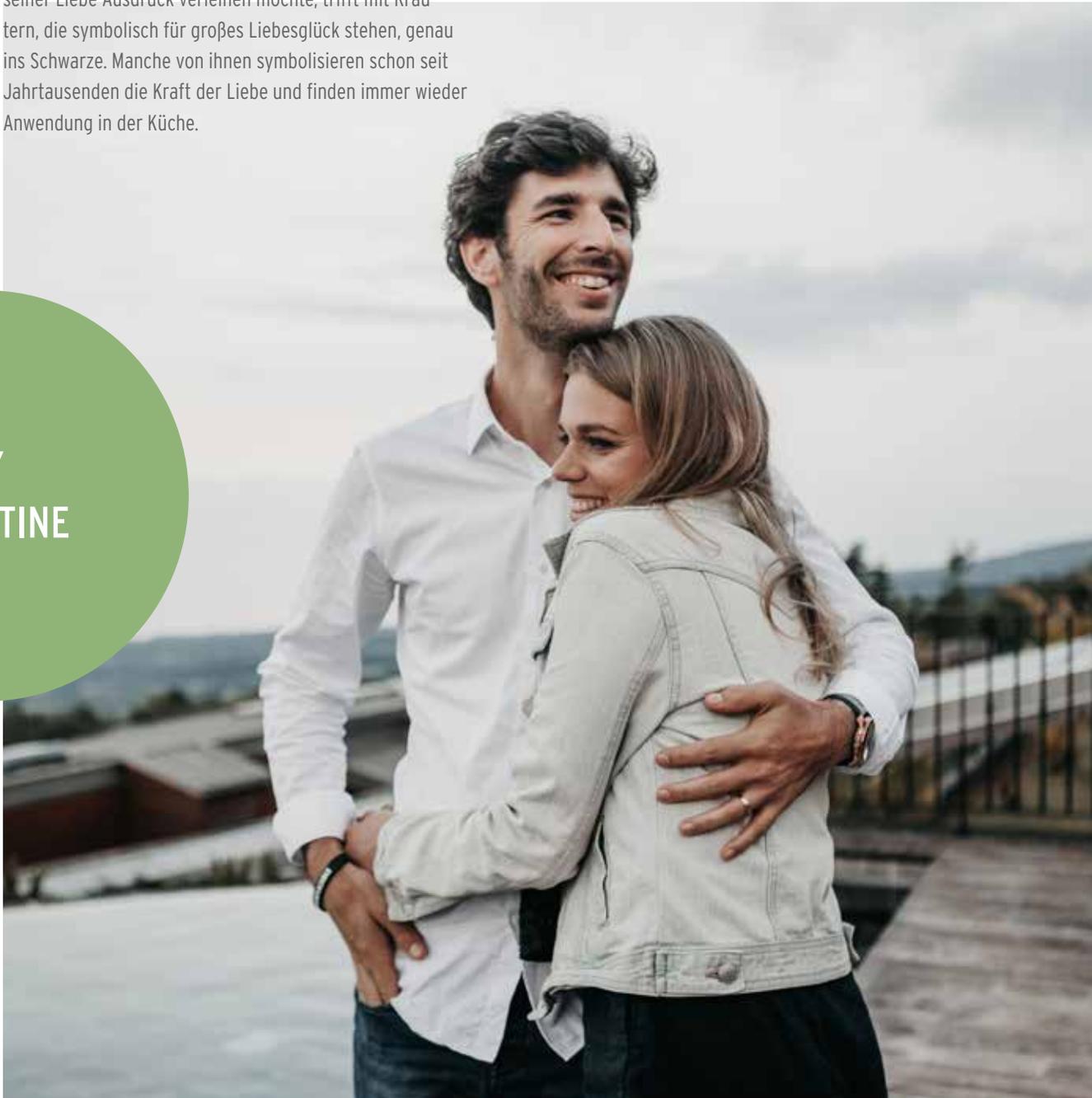
Zier-Banane (*Ensete ventricosum*)



Mit ihren großen und fächerartigen Blättern verbreiten Zier-Bananen ein exotisches Flair auf Terrasse und Balkon. Im Winter muss die tropische Pflanze dennoch rechtzeitig vor dem ersten Frost ins Haus geholt werden. Hier gefällt ihr ein helles und warmes Plätzchen um die 19 °C. Achten Sie darauf, dass auch in ihrem Winterquartier der Wurzelballen immer feucht gehalten werden muss. Bei zu trockener Luft sollten Sie die Zier-Banane regelmäßig mit Wasser besprühen. Die Pflanze kann bei guter Pflege eine stattliche Größe von 1,5 - 4 m erreichen. Dabei bildet sie nach ca. 6 - 8 Jahren gelbliche Blüten aus und danach kleine Früchte.

Kleine Aufmerksamkeiten festigen die Beziehung und die Freundschaft. Zum Valentinstag müssen es aber nicht immer üppige Blumensträuße sein. Wer auch hier den Aspekt der Nachhaltigkeit im Auge behält und auf eine etwas andere Art seiner Liebe Ausdruck verleihen möchte, trifft mit Kräutern, die symbolisch für großes Liebesglück stehen, genau ins Schwarze. Manche von ihnen symbolisieren schon seit Jahrtausenden die Kraft der Liebe und finden immer wieder Anwendung in der Küche.

HAPPY
VALENTINE





Rosmarin (Rosmarinus)

Treue und Glück sind ein wichtiger Bestandteil in der Liebe. Ohne Treue ist oft kein Glück möglich. Rosmarin vereint beides. Noch heute wird blühender Rosmarin in Blumensträuße gebunden. Deshalb wird Rosmarin auch Hochzeitsblümchen oder Hochzeitskraut genannt und war schon in der griechischen Mythologie der Göttin Aphrodite geweiht. Als Symbol der Liebe und Treue war Rosmarin schon seit der Zeit Karl des Großen als Hochzeitsblume verbreitet. Der leicht aphrodisierende Duft wirkt belebend auf Geist und Körper und in der Küche gibt Rosmarin herzhaften Gerichten eine würzige Note.



Dill (Anethum)

„Du gibst's mir Mut und Kraft“, mit diesen Worten bedanken Sie sich symbolisch mit einem Topf Dill. Kulturgeografisch ist Dill vor allem in Mitteleuropa als Liebespflanze bekannt. Dem Dill wird auch nachgesagt, dass er frisch auf Suppen und Salate jegliche Beklemmung vertreibt.



Basilikum (Ocimum)

Beziehungskrach oder Stress? Nicht mit Basilikum. Der aromatische Duft, der von diesem beliebten Küchenkraut ausgeht, soll für Harmonie in der Beziehung sorgen. Basilikum regt nicht nur den Appetit an, mit ihm kann man auch erfrischende Cocktails zubereiten. Und nicht jemand liebt Basilikum: Während der Blütezeit von Ende Mai bis zum ersten Frost, werden Insekten von den duftenden Blüten des Basilikums wie magisch angezogen.



Petersilie (Petroselinum)

Möchten Sie jemandem etwas Gutes tun und sich bei ihm am Valentinstag für die Freundschaft, Loyalität, für das „immer Dasein“ bedanken, dann ist tatsächlich Petersilie die erste Wahl.

Früher wurde Petersilie bei Hochzeiten verräuchert, um böse Geister und Unglück vom frischvermählten Paar abzuhalten.

Salbei (*Salvia officinalis*)

Wenn man von Liebe spricht, dann geht es meist um die romantische Liebe, die in einer Partnerschaft gelebt wird. Aber die Liebe kann auch freundschaftlicher Art sein, z.B. die elterliche Liebe oder zu Freuden. Als eine Art „Ewigkeitspflanze“ gilt Salbei. Der duftende Salbei soll Partner und Freundschaften ein langes und glückliches Leben bescheren.



Egal ob frisch, getrocknet oder gemahlen, Salbei passt sehr gut zu vielen Fleisch- und Geflügelgerichten. Zusätzlich verleiht er Tomaten- und Nudelgerichten das gewisse Etwas.



SORRY

Manchmal plagt uns das schlechte Gewissen gegenüber dem Partner oder Freund. Man hat zu wenig Zeit für einander, eine Verabredung versehentlich platzen lassen oder den Hochzeitstag vergessen. Zum Glück kann man jetzt symbolisch mit einem Pfefferminz-Topf seinen Liebsten um Verzeihung bitten. Nach einer Legende wurde die griechische Nymphe Mentha, eine Geliebte des Hades, von der Göttin Persephone aus Eifersucht zerrissen und von ihr als duftendes Kraut in eine Pflanze verwandelt. In der Antike wurde Minze auch als „Krone der Liebesgöttin Aphrodite“ bezeichnet. Noch heute belebt Pfefferminzduft die Sinne.

Pfefferminze (*Mentha x piperita*)

PLATZ DA AUF DER FENSTERBANK

Jetzt ist die richtige Zeit gekommen, sein Gemüsebeet zu planen. Es gibt Gemüsesamen, die direkt ins Beet können. Aber es gibt andere Pflanzen, die eine Vorkultur benötigen. Wer sein eigenes Gemüse im Garten oder auf dem Balkon ernten will, kann jetzt damit beginnen, Gemüsesamen auf der Fensterbank vorzuziehen. Hierfür ist ein sonniger und warmer Platz auf der Fensterbank ideal.

Nicht nur die Selbstversorgung ist seit Jahren ein beliebtes Thema, sondern auch die damit einhergehende ökologische Nachhaltigkeit. Bewusst das eigene Gemüse zu essen, spart nicht nur Geld, es ist auch immer wieder ein Erlebnis und man kann die vorhandenen Ressourcen wie eine Fensterbank mit Licht und Wärme bestens ausnutzen. Hinzukommt, dass das eigene Gemüse nicht nur viel besser als das gekaufte schmeckt, sondern man weiß auch, woher es kommt und was drin ist, nämlich keine Düngemittel und Pestizide.



Bei Temperaturen zwischen 18 und 22 °C entwickeln sich die Samen in kleinen Anzuchtöpfchen am besten. Dazu eignen sich spezielle Quellttöpfe aus dem Fachhandel oder Sie können diese auch ganz einfach aus diversen Haushaltsutensilien selbst herstellen. Das ist nicht nur nachhaltig, weil Materialien aus dem Haushalt recycelt werden, es spart auch Geld.



Dazu eignen sich Eierkartons und der Pappkern von Toilettenpapier und Küchenrollen sehr gut. Diese werden ganz einfach zurechtgeschnitten und ein weiterer Vorteil liegt auf der Hand. Sowohl die Variante der gekauften Quellttöpfe als auch die selber hergestellten Töpfe können zusammen mit der Jungpflanze später ins Beet gepflanzt werden, denn der Topf zersetzt sich mit der Zeit, hält aber die jungen zarten Wurzeln zusammen.

Achten Sie auf das Timing, einige Gemüsesorten sollten nicht zu früh ausgesät werden, da sie bis zum Umzug nach draußen zu groß werden können und gegebenenfalls noch mehrmals umgetopft werden müssen. Oftmals ist der richtige Zeitpunkt für den Umzug auch witterungsabhängig. Wegen der Empfindlichkeit gegenüber Kälte sollten die meisten Sorten erst nach den Eisheiligen im Mai ins Beet gepflanzt werden.



Mitte Februar können vorgezogen werden: Chili (*Capsicum*), Paprika (*Capsicum*), Jalapeno (*Capsicum*), Kopfsalat (*Lactuca*), Brokkoli (*Brassica oleracea* var. *italica*), Artischocken (*Cynara*) Kohlrabi (*Brassica* var. *gongylodes*).



Ab Ende Februar kann man auch bereits damit beginnen Blumenkohl, Brokkoli, Auberginen, Artischocken, Physalis und Melonen vorzuziehen. Für die Vorzucht im Haus sind Temperaturen zwischen 18 und 22 Grad optimal. Wichtig ist vor allem viel Licht, weshalb es auch immer wieder heißt „Vorziehen auf der Fensterbank“.

Ende Februar können vorgezogen werden:
Kohlrabi (*Brassica var. gongylodes*), Blumenkohl,
Sellerie (*Apium*)

DIE PFLANZZEIT VORAUSSCHAUEND PLANEN

Jeder von uns kann dazu beitragen, Energie zu sparen und die stark gestiegenen Kosten für Strom, Heizung usw. zu minimieren. Dazu gibt es viele Möglichkeiten, in unserem Alltag weniger Energie zu verbrauchen. Oft genügen dafür schon kleine Anpassungen.

Nicht nur effizientes Heizen und Lüften in den Räumen, der sinnvolle Umgang mit Warmwasser oder die Verwendung von energieeffizienten Geräten minimieren die Kosten, auch eine durchdachte Gartenplanung rund ums Haus trägt dazu bei, nachhaltig zu Leben und Geld zu sparen.





Mit Pflanzen sparen.

Jeder von uns kennt das. Wenn man im Sommer unter einem Baum sitzt, fühlt sich die Luft darunter gleich kühler an. Steht man an einem kalten Tag an einer Mauer, fühlt sich diese wärmer an. Diese Eigenschaften lassen sich auch in die Gartengestaltung einfach umsetzen.

Ein Baum kann im Winter als auch im Sommer die Energie zum Heizen und Kühlen reduzieren. Pflanzen Sie Laubbäume vor allem vor Ihre Fenster auf der Südseite und Westseite. Im Sommer geben die Bäume Schutz vor der heißen Sommersonne und im Winter kann die Wintersonne durch die kahlen Zweige strahlen und geben Wärme ab.





Offene Rasenflächen auf der Südseite vorm Haus bieten im Winter viel Fläche für Schnee. Das daraus reflektierende Licht aus dem Schnee kann wie eine Strahlenheizung aufs Haus wirken.



Immergrüne hohe Hecken wie z.B. Thuja (Thuja) oder Eiben (Taxus) können im Winter die kalten Winde blockieren. Weißdorn (Crataegus) und Feld-Ahorn (Acer campestre) kommen sehr gut mit anhaltenden Winden zurecht. Immergrüne Hecken agieren aber nicht nur als energiesparendes Element, sondern sind auch ein optimaler Sichtschutz gegenüber Nachbarn.

Ein begrüntes Dach bietet nicht nur Tiere und Pflanzen einen wichtigen Lebensraum, sondern wirkt sich auch positiv auf das Raumklima der darunter befindlichen Räume aus. Im Sommer sorgt die Schicht der Pflanzen für Kühlung und im Winter hingegen wirkt das Gründach als Wärmedämmung. Das spart Energie und schont die Umwelt.

Wasser verspricht Abkühlung, und das ist geschickt eingesetzt absolut der Fall. Ein Teich beispielsweise kühlt spürbar die Luft in unmittelbarer Umgebung. Je größer der Wasserspiegel ist, desto mehr Fläche wird gekühlt. Ein Minitteich kann schon einen Balkon merklich kühler machen.





Pflanzen Sie parallel zum Haus halbhohle Beete an, mit etwas Abstand zu den Hausmauern. Dadurch entsteht ein toter Luftraum, der das Entweichen der Wärme aus Ihrem Haus verlangsamt und isolierend wirkt.

Facts:

- Nur ein Schattenspendender Baum kühlt so effizient wie 15 Klimaanlagen
- Ein sinnvoll platzierter Baum kann bis zu 25 % Heiz- bzw. Kühlenergie einsparen
- Windschutzhecken oder -zäune können die Heizkosten im Winter bis zu 30 % senken

Jetzt, wo Weihnachten vorbei ist, sind die Tage mit dem Weihnachtsbaum gezählt. Die Geschenke sind ausgepackt und die Vorfreude auf die ersten wärmenden Sonnenstrahlen lässt die Weihnachtsstimmung schwinden. Der Weihnachtsbaum hat seinen Dienst vollbracht und muss weg. Aber wegschmeißen kann jeder - Upcycling ist angesagt.

Garten.

Zu Beginn des neuen Jahres wird es oft noch einmal richtig kalt und ungemütlich. Die Beete im Garten können mit den Zweigen des alten Weihnachtsbaumes abgedeckt werden und dienen als Frostschutz. Der Stamm kann nach dem Trocknen als Brennholz Verwendung finden oder zu Mulch verarbeitet werden. Auch die alten und trockenen Nadeln können schnell und einfach zum Einsatz kommen. Bewahren Sie die Tannennadeln als Schneckenabwehr auf, Sie halten später die Schnecken von z.B. Gemüse im Beet ab.

WEIHNACHTEN ADÉ - NEUER EINSATZ FÜR DEN ALTEN WEIHNACHTSBAUM.



Badezusatz.

Egal ob Tanne, Kiefer oder Fichte. Ein heißes Nadelbad im Winter hilft bei ersten Erkältungsanzeichen. Für ein Vollbad werden ungefähr 100g Nadeln benötigt. Diese sollten einige Minuten im Wasser kochen, dann werden die Nadeln durch ein Sieb gegossen und das Wasser dem Badewasser zugegeben. Dann heißt es zurücklehnen, entspannen und schnell wieder gesund werden.