



Heilende Kraft und ewiges Leben aus dem eigenen Garten: Jiaogulan macht's möglich. Fotos: Sperli (2), Kiepenkerl

# Entdeckungen für Garten und Gaumen

## Neues aus der Samentüte

Die neuen Kataloge der Saatgutfirmen sind da. Diese warten wieder mit jeder Menge Highlights für den Garten auf. Walburga Schillinger hat sich durch die Vielfalt der Neuheiten gekämpft und für das LW die besten Vorschläge zusammengestellt.

Eine äußerst dekorative Zierpflanze und eine schmackhafte Nutzpflanze zugleich ist der wiederentdeckte Blutampfer (*Rumex sanguineus* L.). Gezüchtet wurde der Blutampfer bei Sperli. Bei den lanzettlich geformten Blättern treten die Blattadern blutrot hervor und sind so im Gemüse- und Blumengarten ebenso wie auf dem Tisch ein interessanter Hingucker.

Sein Geschmack ist mild und erinnert an Sauerampfer. Wie dieser eignet sich der Blutampfer für cremige Suppen und vitaminreiche Salate und natürlich für ansprechende Dekoration von Speisen aller Art. Die mehrjährige Pflanze wächst als Staude, die mit zunehmendem Alter immer attraktiver wird. Sie ist anspruchslos und gedeiht in fast jedem Boden. Der Blutampfer ist nicht nur eine spannende Bereicherung für den Gemüsegarten,

auch eine Kombination mit rot blühenden Dahlien oder Zinnien sollte unbedingt ausprobiert werden.

## Gesprenkelter Orchideensalat

Eine weitere Neuentdeckung ist der sogenannte Orchideensalat *Radicchio 'Variegata di Castelfranco'*. Die aus Italien stammende Feinschmeckersorte war bisher nur auf besonderen Märkten zu finden. *Radicchio* ist ein ausgesprochenes Spätherbst- und Wintergemüse, das leichte Fröste verträgt und sich auch noch im Einschlag eine Weile hält.

Die kleineren kugeligen Köpfe sind gelbgrün, im Inneren der Köpfe finden sich cremeweisse Blätter mit feiner roter Sprenkelung. Knackig, mit angenehm herb-süßlichem Geschmack, macht *'Variegata di Castelfranco'*

aus jedem gemischten Salat eine raffinierte Besonderheit.

Die Pflanze liebt lehmig-humose, nährstoffreiche Böden in sonniger Lage. Die Anzucht erfolgt Anfang Juli, am besten in Töpfen oder an Ort und Stelle. Später wird nur ausgedünnt, denn die langen Pfahlwurzeln vertragen keine Verpflanzungen. Erhältlich ist der *Radicchio* beispielsweise über Sperli und Dreschflegel.

## Asiatische Spaghettibohnen

Wer einmal etwas Kurioses ausprobieren will, der sollte die asiatische Spezialität Spaghettibohne oder Spargelbohne (*Vigna unguiculata 'Sesquipedalis'*) ausprobieren. Es handelt sich dabei um sehr feine schnurartige Hülsenfrüchte, die bei optimalen Bedingungen durchaus eine Länge von 40 bis 90 Zentimeter erreichen können.

Die schlingenden Triebe brauchen Halt an Seilen oder ein stabiles Gitter. Damit erreichen sie eine Höhe von stattlichen zwei bis drei Metern. Voraussetzung einer guten Ernte ist allerdings ein sehr warmer geschützter Platz an einer Hauswand in Südlage oder auch im Gewächshaus, wo man durch die Schnurführung auch die Dachspitzen ausnutzen kann.

Ratsam ist eine Anzucht ab Februar im warmen Gewächshaus oder auf der Fensterbank. Hierzu gibt man jeweils drei bis fünf Korn in einen Topf. Die kleinen Bohnensamen keimen langsam und werden erst im Mai ausgepflanzt.

Die reifen Bohnenhülsen können wie andere Stangenbohnen auch verwendet werden. Bei reicher Ernte lohnt es sich, die kleinen Kerne aus den trockenen Hülsen zu streifen, um sie dann angekeimt als Keim sprossen zuzubereiten. Egal, welche Zubereitung, die Bohnen schmecken auf jede Art sehr angenehm und aromatisch. Das Saatgut ist ebenfalls über Sperli und Dreschflegel erhältlich.

## Unsterblichkeit aus dem eigenen Garten

Seit zwei Jahren macht eine Pflanze bei uns von sich reden, die in Japan und China schon seit über sechs Jahrhunderten be-



Der etwas andere Sonnenhut: *Echinacea 'Coconut'*.



Der Orchideensalat: *Radicchio 'Variegata di Castelfranco'*.

kannt ist: Jiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*) oder einfacher: die Pflanze der Unsterblichkeit. In der Anwendung soll vor allem ein Aufguss der Blätter heilsam sein und dabei bei Herzproblemen, Bluthochdruck, Erkrankungen des Immunsystems (krebshemmend) und bei Stoffwechselstörungen helfen. Es wird erzählt, dass beim Verzehr der Pflanze ein regelrechter Energieschub durch den Körper fließen soll.

Die in den südlichen Bergregionen Chinas beheimatete Jiaogulanpflanze, was übersetzt soviel bedeutet wie „gewundene Rankorchidee“, spielte in der traditionellen chinesischen Medizin nur eine Nebenrolle. Es scheint als wurde die unscheinbare Pflanze schlichtweg übersehen. In den 60er- und 70er Jahren des letzten Jahrhunderts stießen zwei Forschergruppen unabhängig voneinander auf diese



**Spektakuläres für Fans der asiatischen Küche: die Hülsen der Spaghettibohne 'Sperlings Liane' werden bis zu einem Meter lang.**

Pflanze. Die eine Gruppe war auf der Suche nach einem pflanzlichen Zuckerersatzstoff und stellte fest, dass sich der Ranker mit seiner lakritzartigen Süße wie Stevia zum Süßen eignet. Bei intensiven Forschungen stellte sich heraus, dass die Pflanze in der Wirkungsweise dem Ginseng gleichzusetzen ist, aber wesentlich mehr an wirksamen Saponinen vorweisen kann.

Die zweite Forschungsgruppe sollte in der gleichen Region eine Volkszählung durchführen und stieß dabei in einigen abgelegenen Bergtälern auf einen überproportional hohen Anteil an Hundertjährigen in der Bevölkerung. Dort gehört die Pflanze zur täglichen Nahrung dazu. In seinem Heimatgebiet gilt der Tee aus den Blättern

als Grundnahrungsmittel. Er schmeckt kräftig mit süßherbem Geschmack.

Auch in Europa ist der anspruchslose Kletterer einfach zu kultivieren. Er lässt sich aus Samen vermehren, aber auch Triebspitzen, wieder eingetopft, wachsen relativ einfach an.

Die mit der Zeit dicken Wurzelstücke lassen sich leicht ausgraben und an anderer Stelle wieder einsetzen. Die Pflanze ist völlig winterhart, im Herbst stirbt der überirdische Teil ab, um im Frühjahr wieder neu durchzutreiben. Jiaogulan verträgt, bei gut eingewachsenen Pflanzen mit einer Abdeckung, Frost bis minus 18 Grad Celsius. Sie bevorzugt einen ihrer Heimat ähnlichen, halbschattigen, warmen und geschützten Stand-

ort. Wichtig ist ein Rankgerüst, an dem die Pflanze klettern kann. Samen für die Pflanze der Unsterblichkeit gibt es beispielsweise bei Kiepenkerl und in gut ausgestatteten Gärtnereien.

## Große Mengen Stauden selbst aussäen

Sie kennen das sicher auch: Sie sind im Gartencenter oder in einer Gärtnerei, weil Sie gerne mal wieder etwas Abwechslung ins Staudenbeet bringen möchten. Neue Farben, neue Sorten und Wuchsformen wären toll. Doch beim Betrachten der kleinen Pflanzen und der Vorstellung, wie viel man kaufen müsste, um eine halbwegs vernünftige Wirkung zu erzielen, schreckt man meistens von diesem Vorhaben ab. Oder man verlässt das Geschäft mit nur jeweils einer Pflanze der gleichen Sorte. Wenn Sie richtig aus dem Vollen schöpfen wollen: Probieren Sie doch mal die eigene Anzucht. Die meisten Samenanbieter haben vor allem immer wieder Neuzüchtungen im Angebot, bei denen es sich lohnt, etwas zu experimentieren.

Relativ leicht in der Anzucht sind Rittersporn. Sie keimen schnell und zuverlässig. Eine neue Sorte gibt's von Kiepenkerl, sie heißt 'Magic Fountains' und soll besonders standfest und unempfindlich gegen Wind sein. Die Blütenfarben sind himmelblau, kräftig rosa und weiß. Bei früher Aussaat im Februar auf der Fensterbank ist mit einer Blüte ab dem Spätsommer zu rechnen.

Was sich auch immer wieder lohnt, vor allem für die Verwendung im Kräutergarten, ist der rote Sonnenhut (*Echinacea purpurea*), der sich je nach Standort nicht oder nur ein bisschen ausbreitet und manchmal auch einfach wieder verschwindet. Auch hier lohnt sich die einfache Anzucht aus Samen. Die Firma Sperli hat sie im Angebot. Eine schöne Auswahl an ausdauernden Stauden bietet auch die Firma Dreschflegel. Hier gibt es zum Beispiel die herrlich altmodisch anmutenden Akeleien in vielerlei Blütenformen, oder wie wäre es mit „Brennender Liebe“, der ziemlich einzigen scharlachrot blühenden, doldigen, pflegeleichten Staude? ■

## Keimfähigkeit überprüfen

Blumensamen behalten unterschiedlich lange ihre Keimfähigkeit. Voraussetzung hierfür ist – in Verbindung mit guter Keimkraft – dass die Samen sachgemäß gelagert wurden. Bevor Samenreste aus den Vorjahren ausgesät werden, sollte man eine kleine Samenmenge auf ihre Keimfähigkeit überprüfen.

Samen von Tagetes sind bis zu sieben Jahre und die von *Ageratum*, *Calendula*, *Cosmea*, *Glockenblumen*, *Goldlack*, *Nelken* und *Zinnien* etwa vier Jahre keimfähig. Nach drei Jahren keimen noch die Samen von *Astern*, *Kornblumen*, *Malven* und *Wicken*. Bei *Rittersporn* keimt der Samen noch nach ein bis drei Jahren, während *Salvien* ihre Keimfähigkeit nur ein Jahr lang behalten. Günther Huber

## Saatstellen gut markieren

In milden Lagen (geschützte Südlage) können, wenn der Boden durchgehend aufgetaut und abgetrocknet ist, nicht mehr schmiert und dadurch gut zu bearbeiten ist, ab Ende Februar Mohn und Sommerittersporn, Ringel- und Seifenblumen, Kornblumen und Schleierkraut sowie verschiedene Margeritenarten ins Freie an Ort und Stelle ausgesät werden. Die Saatstellen sind durch Etiketten zu kennzeichnen, damit die Jungpflanzen später nicht für Unkräuter gehalten und ausgerissen werden. Günther Huber

## Nicht zu früh ins Beet

Aussaaten sollten nicht zu früh ins Freiland erfolgen. Besser ist es, den Samen in einem geschützten Bereich keimen zu lassen. Später können die kleinen Pflanzen dann ins Freie umgesetzt werden. ■

## Kataloge und Saatgut

- Carl Sperling,  
☎ 01805/773754,  
Fax 04131/301745,  
[info@sperli.de](mailto:info@sperli.de), [www.sperli.de](http://www.sperli.de)
  - Kiepenkerl,  
☎ 02661/94052-84,  
Fax 02661/94052-85,  
[www.kiepenkerl.de](http://www.kiepenkerl.de)
  - Erfurter Gartenversand,  
[versandhaus@cbrestensen.com](mailto:versandhaus@cbrestensen.com),  
[www.gartenversandhaus.de](http://www.gartenversandhaus.de)
  - Hild Samen,  
☎ 07144/847311,  
Fax 07144/847399,  
[hild@nunbems.com](mailto:hild@nunbems.com),  
[www.hildsamens.de](http://www.hildsamens.de)
  - Gärtner Pötschke,  
☎ 01805/861-100,  
Fax 01805/861-300,  
[info@poetschke.de](mailto:info@poetschke.de),  
[www.poetschke.de](http://www.poetschke.de)
  - Dreschflegel,  
☎ 05542/502744,  
Fax 05542/502758,  
[info@dreschflegel-saatgut.de](mailto:info@dreschflegel-saatgut.de),  
[www.dreschflegel-saatgut.de](http://www.dreschflegel-saatgut.de)  
(biologisches Saatgut alter Kulturpflanzen, Gemüse, Blumen, Kräuter)
- Eine gute Auswahl an Saatgut bietet auch der regionale Landhandel, insbesondere die ZG Raiffeisenmärkte. ■