

Bärlauch, Basilikum & Co

Kräuter sind nicht nur eine Bereicherung für die Küche. Die Kombination der Gewürze mit Blumen verbindet Nützliches mit Dekorativem

Von Marion Hartig

Was wäre die Tomatensoße ohne Basilikum, Ravioli ohne Salbei und die Ofenkartoffel ohne Rosmarin? Frisch vom Fensterbrett entfalten die Kräuter ihr geschmackvolles Aroma, verfeinern Suppen und Soßen, Fleisch und Fisch. Sie sind eine Freude für jeden Koch - und mit etwas Fantasie kann auch ein Gärtner seinen Spaß an den Gewürzen haben. Denn: „Auch aus einem nützlichen Kräuterbeet lässt sich ein hübscher Balkonschmuck machen“, sagt Ursula Müller.

Die 48-jährige Landschaftsplanerin leitet das „Freilandlabor“, einen im Britzer Garten ansässigen Verein und ist Fachfrau für Balkongärten: In zahlreichen Fortbildungen hat sie erklärt, unter welchen Bedingungen Kräuter wachsen und wie sich Kräuterkästen und Töpfe mit Blumen hübsch aufpeppen lassen. Kräuter sind recht anspruchslos, erklärt sie. Je nach Art brauchen sie einen mehr oder weniger sonnigen Standort. Sie wachsen auf mageren Böden und müssen nur hin und wieder gegossen werden.

Normalerweise sollte man Pflanzen nicht nach draußen stellen, bevor die Eisheiligen, die Namenstage der Heiligen im Mai, vorüber sind, da sich erst mit Ablauf der „kalten Sophie“, am 15. Mai, das milde Frühlingwetter stabilisiert. Doch „in diesem warmen Frühjahr muss man darauf nicht warten“, meint die Expertin. Selbst wenn die Temperaturen nachts wieder erwarten noch einmal unter den Gefrierpunkt rutschen sollten, reiche es, die jungen Pflanzen zu schützen, indem man sie abdeckt. Die Saison hat begonnen.

Wer seine Kräuter nicht als Jungpflanzen kaufen, sondern selbst aussäen will, kann die Samen in einem Topf an einem kühlen Platz in der Wohnung wachsen lassen. Nach drei Wochen sind die kleinen Sprösslinge groß genug für den Balkonkasten. Und: Es besteht keine Gefahr mehr, dass sie erfrieren, beim Gießen verschwemmt oder von Vögeln aus dem Boden gepickt werden.

Es muss nicht Südost- oder Südwestlage sein: Man kann auf fast jedem Balkon Gewürze anpflanzen. Gerade die heimischen Arten wie Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Bärlauch, Salbei, Rosmarin und Zitronenmelisse kommen mit relativ wenig Sonne aus. Die mediterranen Gewürze allerdings, Basilikum, Rosmarin, Salbei, Thymian, Lavendel und Oregano, entfalten ihr volles Aroma nur bei viel Licht.

Am besten setzt man die Gewürzpflanzen in spezielle Kräut Erde oder Kompostsubstrat. Eine kostengünstige Alternative ist Blumenerde, die im Verhältnis drei zu eins mit Sand gemischt wird. So wird der hohe Gehalt an Düngemitteln reduziert. Denn: Kräuter brauchen nicht so viele Nährstoffe wie Blumen, erklärt Ursula Müller. Statt Sand kann man auch alte, beim Umtopfen übrig gebliebene Blumenerde verwenden. Bei 160 Grad im Backofen wird sie keim- und pilzfrei.

Ob Kräutertöpfe aus Holz, Ton, Steingut, Plastik oder Terrakotta hergestellt sind, hat auf das Wachstum der Pflanzen keinen Einfluss. Nur rostfrei sollten sie sein und am besten mit Wasserabzugsloch. Oder man legt den Boden des Behälters, je nach Größe, zwei bis vier Zentimeter hoch mit Tonscherben aus. Auch Aquariumkies eignet sich dazu. In einen 80 Zentimeter langen Kasten setzt die Balkonexpertin bis zu sechs Pflanzen. Wenn sie die Sorten in einem Topf mischt, achtet sie darauf, dass jedes Kraut genug Platz zum Wachsen hat: Lavendel, Melisse, Liebstöckel, Estragon und Rosmarin zum Beispiel benötigen viel Raum. Thymian wiederum wächst flach über dem Boden, der Mauerpfeffer Tripmadam rankt über den Rand.

Am besten passen Kräuter in einen Topf, die ähnlich viel Feuchtigkeit ziehen. Die Wasser liebende Kerbel lässt sich gut mit Melisse, Liebstöckel, Schnittlauch und Estragon kombinieren. Mit wenig Wasser hingegen kommen Rosmarin, Thymian, Salbei und Oregano aus.

Damit die obere Bodenschicht im Gefäß nicht durch die Sonne austrocknet, legt Ursula Müller Steine und Blätter auf die Oberfläche - oder Schneckenhäuser und Muscheln. Die sehen nicht nur hübsch aus, sie geben auch Mineralien an die Erde ab.

Wer den Kräutergarten nicht nur als Nutzbeet anlegen, sondern damit auch Balkon oder Fensterbank verschönern will, hat dazu viele Möglichkeiten. Südländisches Flair zum Beispiel verbreiten duftender Lavendel und Rosmarin in einem Terrakottatopf.

Besonders hübsch wirken Blumen im Kräuterbeet. Am besten eignen sich Frühblüher, denn Sommerblumen entziehen dem Boden zu viele Nährstoffe und trinken den Kräutern das Wasser weg. Mit der gelben Ringelblume etwa, violetten Homveilchen, gelben und weißen Sorten vom Krokus oder Narzissen kann man Farbe in den Kräutertopf bringen. Und auch Sommerstauden lassen sich gut mit Gewürzen kombinieren. Sehr edel sehen gelbe oder rosa Rosen neben blauvioletter Lavendel aus. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Die Balkon-Fortbildungen, die Ursula Müller im Britzer Garten gegeben hat, wurden wegen mangelnder Nachfrage eingestellt. „Immer weniger Berliner machen sich noch die Mühe, einen Kräutergarten anzulegen“, sagt die Expertin. Dabei ließe sich so auf sehr einfache Weise das Nützliche mit dem Dekorativen verbinden: Ein mit Blumen verzierter Kräutertopf oder Balkonkasten ist eine Art frisches Gewürzregal - und bietet einen schönen Anblick.

WÜRZEN UND HEILEN MIT KRÄUTERN

Kräuter sind in vielerlei Hinsicht nützlich. Sie verfeinern Gerichte und man sagt vielen eine natürliche Heilwirkung nach.

Basilikum zum Beispiel ist aus der italienischen Küche nicht wegzudenken. Minestrone und Nudeln mit Pesto werden mit Basilikum gewürzt, und auch Tomatensalat mit Mozzarella schmeckt mit Basilikum unvergleichlich würzig -und eben italienischer. Es soll bei Erkrankungen der Harnorgane, Darmentzündungen, Magenkrämpfen, Erbrechen, Blähungen, Verstopfung und Migräne helfen. Dill wiederum wird zum Würzen von Salat, Soßen, Fischgerichten und eingelegten Gurken verwendet. Er wirkt appetitanregend, fördert die Verdauung, ist krampflösend und beruhigt die Nerven. Kerbel schmeckt anisähnlich kräftig und riecht süßlich-aromatisch. Er wird frisch für Kräutersuppen verwendet. Man würzt mit ihm Fleisch, Lamm- und Fischgerichte. Kerbel soll entschlacken und das Blut reinigen. Mit dem in Südfrankreich sehr beliebten Lavendel verfeinert man Fischgerichte und Lamm. Er wirkt beruhigend, lindert Magen- und Darmbeschwerden, soll entspannen und beruhigen. Im Kleiderschrank vertreibt Lavendel die Motten, auf der Terrasse die Insekten. Petersilie würzt Suppen und Gemüseintöpfe. Man sagt ihr nach, dass sie die Potenz fördert. Das Kauen frischer Petersilieblätter ist ein altes Hausmittel gegen Mundgeruch. Schnittlauch passt zu Wurst-, Fleisch-, Fisch- und Gemüsesalaten, Rührei, Quark und Marinaden. Er soll Bakterien hemmend wirken, Appetit und Verdauung anregen und schonend erhöhten Blutdruck regulieren.