

Gartenarbeit im September:

Abdecken der Pflanzen mit einem Flies.

Im September kommt neben dem Regen auch wesentlich kältere Luft nach Mitteleuropa. Die Nächte sind zwar oft nach warm, jedoch ist die einbrechende Kälte nicht mehr weit.

Unter dem Flies bleibt die Luft wärmer und die Pflanzen sind vor Kälte geschützt.

Bei der Abdeckung durch Flies ist zu beachten, dass die Abdeckung leicht ist, damit die Pflanzen keinen Schaden nehmen.

Bokashi-Eimer:

Fällt in der Küche organischer Abfall an, dann kann ich diesen in den Bokashi-Eimer füllen. Selbst eiweißhaltige Lebensmittel wie Fleischreste dürfen in den Bokashi-Eimer. Diese würden normalerweise sehr schnell faulen. Auch faulig Gewordenes darf in den Eimer.

Mikroorganismen können organische Substanzen komplett umbauen und abbauen.

Wird der Küchenabfall mit EM beimpft (Sprühflasche pur mit Ema) dann verfault das Material nicht mehr. Der Eimer muß aber mit einem Deckel luftdicht verschlossen werden, damit kein Sauerstoff eintreten kann. Unter Sauerstoffabschluß setzt sich der Abfall zu sauerkrautähnlichem vitaminreichem Material um. Nachdem EM katalytisch wirkt, kann es auch faulende Prozesse wieder zurückführen in ihren „normalen“ Zustand. Da EM Elektronen abgeben kann, wirkt es antioxidativ – es kann einen Elektronenmangel ausgleichen. Bei Fäulnis wirken oxidative Prozesse.

Eingraben des Bokashis in den Boden:

Als wertvolles Futter für das Bodenleben grabe ich den Inhalt des Bokashi-Eimers in den Boden.

Dadurch wird der Boden locker.

Wichtig ist, dass der Boden Wasser aufnehmen kann, Wasser aber auch abfließen kann und es zu keinem Wasserstau im Boden kommt. Nachdem der Boden durch die rege Tätigkeit der Bodenorganismen gut durchlüftet wird, bekommt der Boden eine Struktur wie ein Schwamm. Er bekommt die Fähigkeit, Wasser zu speichern. Die Wasserversorgung für die Pflanze aus dem Boden ist sehr wichtig, da die Pflanze über die Blätter wieder Wasser verdunstet.

Ist der Boden gut durchlüftet und drainageiert, dann können sich die Haarwurzeln im Boden gut entwickeln. Der Boden kann atmen. Die Pflanze kann über die Haarwurzeln Nährstoffe aus dem Boden aufnehmen. Es kann sich Wurzelmasse bilden – dies wirkt sich wiederum positiv aus auf eine gesunde Entwicklung der Aufnahme der Nährstoffe in die Pflanze. Bei einer gesunden Mikroflora im Boden nimmt der menschliche Körper über die Nahrung die Mikroflora über den Darm auf. 80 % des Immunsystems liegen im Darm.

Mulchen der Wege:

Die Wege können mit Laub und Rasenschnitt gemulcht und anschließend aus der Rückenspritze mit EM 1:1 beimpft werden. Der feine Mikrobenebel benetzt den Mulch. Das rege Bodenleben wird aktiv und kann sich den Mulch in die Zellgare nach unten ziehen. Dadurch wird der Boden durchlüftet.

Was kann noch im Garten angebaut werden?

Die Gartenmelde (auch Spanischer Spinat) – gehört wie der Spinat- der Pflanzenfamilie der Gänsefußgewächse an. Sie ist ein spinatähnliches Gemüse, etwas milder als normaler Spinat. Die Ernte ist möglich ca. 6 Wochen nach der Ansaat. Die Gartenmelde ist, wie viele andere Gemüse, reich an Vitaminen A, C und Mineralstoffen wie Kalzium, Kalium, Magnesium, Phosphor und Protein. Ähnlich wie Spinat enthält sie auch Oxalsäure, jedoch geringere Mengen als dieser. In den Samen der Gartenmelde ist Saponin enthalten, was deren abführende Wirkung erklärt. Bei der kräuterkundigen Hildegard von Bingen wird die Melde auch erwähnt. Wenn die Pflanzen zu blühen anfangen, dann werden die Blätter bitter und werden ungenießbar.

In der Küche:

verwendet man die jungen, zarten Blätter der Melde als Salat, die kräftigeren Blätter am besten gedünstet wie Spinat.

Feldsalat im Schwaben als Ackersalat bekannt.

Der Feldsalat gehört der Familie der Baldriangewächse an.

Das Blattgemüse eignet sich besonders gut als Nachkultur auf abgeernteten Beeten und kann noch vor dem Winter geerntet werden. Wird das Beet jedoch erst im September bestellt, überwintern die kleinen Rosetten und können im zeitigen Frühjahr geerntet werden.

Hat sie das Rosettenstadium erreicht, kann das „Nüssli“ geerntet und verzehrt werden.

Feldsalat ist reich an Vitaminen.

In der Küche:

Zu Kartoffelsalat passt er besonders gut. Mariniert mit Balsamicoessig, Olivenöl, Salz und Pfeffer wird er zu einer wahren Delikatesse.

Auch zu Tomatensalat serviert ist er eine gute Beilage zu Fleisch und Fisch.