



## Die Abwechslung macht's!

Los geht die Gartensaison! Ob auf der Fensterbank als Vorzucht oder direkt ins Beet – die ersten Saaten können endlich in die Erde. Doch damit Gurke, Kohl und Co. auch über viele Jahre im Garten gut gedeihen, können auch Hobbygärtner\*innen sich was von den Profis im Acker- und Gemüsebau abgucken: die sogenannte Fruchtfolge.

Der eigene Garten kann viele Jahre Freude bereiten, braucht aber auch ein paar Überlegungen, damit er fruchtbar und gesund bleibt. Wie bei den Profis auf dem Acker lohnt es sich, den Anbau im Kleinen auch über die Jahre hinweg grob zu planen. Neben der langfristigen Nährstoffversorgung des Bodens sollte auch der jährliche Wechsel der angebauten Kulturen in die Überlegungen einbezogen werden. Hier drei Tipps von unserer Bioland-Gemüsebauberaterin Nadine Liebig:

## Kein Familienstreit im Beet



Setze keine Pflanzen aus derselben Familie nacheinander an derselben Stelle. Beispiel: Kreuzblütler wie Kohlgewächse, Kresse, Radieschen oder Pak Choi sollten nur max. alle fünf Jahre an derselben Stelle wachsen. So verbreiten sich schon mal aufgetretene Krankheiten oder Schädlinge nicht erneut - beispielsweise die Kohlhernie, eine Pilzkrankheit, die eher auf sandigen Böden vorkommt. Andere Schädlinge wie die gefürchteten Möhren- oder Kohlfiegen überwintern als Puppen im Boden und warten geduldig auf frisches Futter. Setzt du Möhren oder Kohl im Folgejahr an eine andere Stelle, gräbst du den Schädlingen buchstäblich das Futter ab.



## Erst die Hungrigen, dann die Genügsamen

Um die Nährstoffe im Boden optimal auszunutzen, pflanze im frisch mit Kompost versorgten Beet zunächst sogenannte Starkzehrer wie Zucchini, die viele Nährstoffe für ihr Wachstum brauchen. Im darauffolgenden Jahr eignen sich Mittelzehrer einer anderen Pflanzenfamilie, zum Beispiel Möhren, Fenchel, Kohlrabi oder Lauch. Wenn der Boden nur noch wenige Nährstoffe enthält, kannst du im Folgejahr genügsame Schwachzehrer wie Radieschen, Feldsalat, Erbsen oder Bohnen anbauen. Anschließend braucht dein Boden wieder Nährstoffe und der Kreislauf beginnt von vorn.

## Wellness fürs Beet

Du willst deinem Beet eine wahre Wellnessbehandlung zukommen lassen? Mulche den Boden unter den Pflanzen zum Beispiel mit Grasschnitt. Das mindert gerade in heißen Sommern die Verdunstung und kühlt gleichzeitig den Boden. Mulchen schont auf Dauer nicht nur den Boden, sondern auch deinen Rücken: Denn Unkraut bekommt dadurch kaum Licht und dringt nicht durch



Grasschnitt eignet sich super zum mulchen von Gemüsebeeten (Foto: Imago)

die Mulchdecke. So sparst du dir häufiges Jäten. Besonderer Vorteil im Biogarten: Mulchmaterial verrottet mit der Zeit und ist für nützliche Bodenbewohner wie Regenwürmer gefundenes Fressen. Diese bringen die organische Masse dann nach und nach in den Boden - ein wertvoller Nährstoff-Service für die angebauten Pflanzen ganz ohne synthetische Dünger!



## Mach mal (Anbau-)Pause!

Du willst dir und deinem Garten eine Verschnauaufpause gönnen? Nutze die anbaufreie Zeit für eine sogenannte Gründüngung: Hierzu wird kein Gemüse eingesät, sondern Pflanzen, die die Bodenqualität verbessern. Diese können mit ihren Wurzeln den Boden lockern und Erosion oder Verschlammung über den Winter vorbeugen. Super eignen sich zum Beispiel Blütmischungen. Sie ziehen Insekten vieler Arten an und bringen ordentlich Farbe in den Garten. Früher bei Hobbygärtner\*innen verpönt, heute gerade im Biogarten sehr beliebt: verschiedene Kleearten, die sogar noch eine ordentliche Portion Stickstoff in den Boden bringen. Gut fürs Klima und gut für die nächste Anbaurunde im neuen Jahr.

---

So machen's die Profis auf dem Acker: Mehr zur Fruchtfolge und den Kreisläufen auf Bioland-Betrieben liest du >>hier.

---