

Anbau und Verwendung von heimischen Würzkräutern

1. Geschichte des Kräuteraanbaues

Als Kräuter werden in der Heil- und Würzkunde alle heilkräftigen, würzenden und duftenden ein-, zwei- und mehrjährigen Pflanzenarten bezeichnet. Die Kräuterkunde und ihre Anwendung ist wahrscheinlich so alt wie die Menschheit, da die Kenntnisse darüber von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Der besondere Vorzug der Kräuter besteht darin, dass sie auch bei längerem Gebrauch kaum Nebenwirkungen zeigen. Zuerst stand wohl die Heilwirkung der Kräuter im Vordergrund, aber auch die Verwendung als Würz- und Duftkraut ist uralt.

Die alten Hochkulturen der Erde besaßen bereits umfangreiche Kräuterkenntnisse, um zahlreiche Würzkräuter benennen zu können. In der griechischen und römischen Antike wurde das gesamte damalige Wissen über Kräuter gesammelt und erprobt. Aus dieser Zeit wären z. B. Hippokrates, Theoprastus und Dioskurides zu nennen. Die aromatischen Düfte aus dem Kräutergarten dienten aber auch seit uralten Zeiten den Verführungskünsten der Frauen durch Salben und Öle. Von den Römern wurden diese Kenntnisse übernommen und weiter vervollständigt. Hier wären z. B. die vollendeten Geschmackskompositionen des römischen Feinschmeckers Lukullus oder die Verwendung teilweise abenteuerlicher Schönheitsmittel durch Kleopatra zu nennen. Mit den römischen Soldaten kamen diese Kenntnisse und Würzgewohnheiten über die Alpen. Ihnen folgten die Mönche, die aus ihrer Heimat auch umfangreiche Kenntnisse über den Anbau und die Verwendung von Heil- und Gewürzpflanzen mitbrachten. Jahrhunderte hüteten sie dieses Wissen.

Mit der Erfindung der Buchdruckkunst wurden dann diese hinter den Klostermauern gehüteten Geheimnisse breiteren Volksschichten zugänglich. Es erschienen die ersten Kräuterbücher von Otto Brunfels, Leonard Fuchs, Hieronymus Bock und Theodorus Tabernaemontanus, um nur einige zu nennen. Die Würz- und Heilkräuter hielten Einzug in die Bürger- und Bauerngärten. Im 18. und 19. Jahrhundert erlebten Anbau und Anwendung der Kräuter noch einmal einen Höhepunkt, als die "Naturheilkunde" wieder erweckt wurde. Hier wären vor allem Samuel Hahnemann, Sebastian Kneipp und Johann Künzle zu nennen.

Im 20. Jahrhundert gingen Anbau und Verwendung stark zurück. Die rasante Entwicklung von Wissenschaft und Technik, insbesondere die neuen Erkenntnisse in der Chemie, die Konzentration vieler Menschen in großen Städten und der Beginn der Massenproduktion von Waren, ließen die Verwendung von Kräutern immer mehr vergessen. Außer Petersilie und Schnittlauch erinnerte sich kaum noch jemand an die Vielfalt der Würzkräuter. Mit dem Wunsch vieler Menschen, natürlicher zu leben, hat in der heutigen Zeit die Verwendung von Würzkräutern wieder zugenommen.

2. Standorte

Die meisten Würzkräuter stammen aus dem Mittelmeerraum. Ein sonniger Standort ist deshalb eine der wichtigsten Voraussetzungen für die Anlage eines Kräuterbeetes. Entscheidend für die Würzkraft der Kräuter ist ihr Gehalt an charakteristischen Inhaltsstoffen, die Duft und Geschmack bestimmen. Diese Inhaltsstoffe entwickeln sich am reichhaltigsten bei voller Sonne. Der Anbau an einem geschützten Platz, z. B. vor einer sonnigen Hauswand, wirkt sich vorteilhaft auf die Qualität der Kräuter aus.

Weiteren Einfluss auf die Qualität der Würzkräuter hat der Boden. Die meisten von ihnen wachsen an ihrem Wildstandort auf kargem, steinigem Boden. Deshalb sollte der Boden des Kräuterbeetes eher zu mager als zu schwer und nährstoffreich sein. Viele Nährstoffe im Boden, verbunden mit genügend Feuchtigkeit, bringen zwar viel Blattmasse, aber Duft und Geschmack der Kräuter lassen nach. Ungeeignet für den Kräuteraanbau sind Standorte mit stauender Nässe. Ebenso ungeeignet sind Flächen mit Wurzelunkräutern, da deren Bekämpfung besonders nach einer Bepflanzung mit mehrjährigen Kräutern kaum noch möglich ist.

3. Bodenvorbereitung

Leichter bis mittlerer, möglichst gut durchlässiger Boden bedarf nur einer Lockerung vor der Aussaat bzw. Pflanzung. Wenn die Möglichkeit besteht, dem Boden gut verrotteten Kompost unterzumischen, sollte man dies tun. Der Säuregehalt des Bodens sollte sich um den Neutralpunkt (pH-Wert 6-7) bewegen. Wenn notwendig, z. B. auf nährstoffarmen Sandböden, empfiehlt sich die Anwendung organischer Langzeitdünger. Von der Verwendung schnellwirkender Mineraldünger ist abzusehen.

4. Aussaat

Das Saatgut vieler Gewürzkräuter ist sehr feinkörnig. Der Boden muss deshalb in der obersten Schicht feinkrümelig hergerichtet werden. Bei frühen Aussaaten ist außerdem darauf zu achten, dass der Boden bereits genügend erwärmt ist. Bei den meisten Kulturen sollte die Aussaat in Reihen bevorzugt werden, da sich die Pflegearbeiten dann wesentlich vereinfachen. Auf Grund der Feinkörnigkeit ergibt sich auch die Notwendigkeit einer geringen Aussaattiefe. Frostempfindliche Kräuter, wie z. B. Majoran, Bohnenkraut, Basilikum oder Sommerportulak, werden erst nach Mitte Mai ausgesät.

Nach starken Regenfällen kann die Bodenoberfläche so stark verkrusten, dass die Keimlinge die harte Oberfläche nicht durchbrechen können. In diesem Falle sollte man nicht zu lange zögern, sondern den Boden flach lockern und neu säen. Stehen die Kräuter nach dem Auflaufen zu dicht, wird der Bestand ausgedünnt.

5. Auspflanzen

Zugekaufte oder aus eigener Anzucht vorkultivierte Jungpflanzen werden im Frühjahr oder Herbst gepflanzt. Der Boden wird vor der Pflanzung gut gelockert und durch eine Kompostgabe in die Pflanzlöcher verbessert. Die Pflanzen werden angedrückt und anschließend gut angegossen.

6. Kräuter vermehren

Vermehrung durch Samen

Würzkräuter, die unter unseren Klimabedingungen Samen ansetzen und zur Abreife bringen, können prinzipiell durch selbst gewonnenes Saatgut vermehrt werden. In diesem Fall muss zumindest eine Pflanze blühen und Samen bilden. Sie darf also nicht zurückgeschnitten werden. Aus dem selbst gewonnenen Samen können jedoch durch nicht kontrollierbare Befruchtungsmöglichkeiten Pflanzen mit veränderten Eigenschaften auftreten. Es lohnt sich deshalb bei einjährigen Würzpflanzen kaum, Saatgut selbst zu erzeugen, zumal meist nur geringe Mengen benötigt werden. Der Zukauf des Saatgutes ist aus diesem Grund vorzuziehen.

Vermehrung durch Teilung

Teilung ist eine besonders einfache Art der Vermehrung und wird bei vielen mehrjährigen Kräutern angewendet. Eine erfolgte Teilung ist gleichzeitig für die Pflanze eine Verjüngung, die ohnehin in bestimmten Abständen durchgeführt werden muss.

Vermehrung durch Wurzeläusläufer

Bei Wurzeläusläufer bildenden Kräutern, z. B. Estragon oder Pfefferminze, werden diese abgetrennt und als neue Pflanze ausgepflanzt. Auch das Abtrennen von ganzen Wurzelstücken, z. B. Liebstock oder Meerrettich, und Auspflanzen derselben ist möglich.

Vermehrung durch Stecklinge

Eine sehr einfache Art der Vermehrung bei vielen Kräutern ist das Schneiden von Stecklingen, z. B. bei Rosmarin, Salbei, Lavendel Ysop und Thymian. Die günstigste Zeit dafür sind die Sommermonate. Unter einem Stängelknoten werden mit einem scharfen Messer gut ausgereifte Triebspitzen oder Seitentriebe, die nicht zu weich aber auch noch nicht zu verholzt sind, geschnitten. Bis auf die Blätter an der Spitze und zwei oder drei Blattgruppen darunter entfernt man alle weiteren Blätter. Die so aufbereiteten Stecklinge werden in ein Erde-Sand-Gemisch gesteckt und mäßig feucht gehalten. Zur Erzeugung und Erhaltung einer hohen Luftfeuchtigkeit wird mit Folie oder Vlies abgedeckt.

Vermehrung durch Absenker

Diese Art der Vermehrung ist eine einfache und sichere Form. Einige Zweige werden herabgebogen oder liegen schon von selbst auf dem Boden auf. Sie werden an einer Stelle mit Erde bedeckt und bewurzeln sich dort von selbst. Danach können die bewurzelten Teile abgetrennt und ausgepflanzt werden.

7. Pflege im Sommer

Die meisten Kräuter sind bescheiden in ihren Ansprüchen und meist einfach zu pflegen. In ihrer ursprünglichen Heimat müssen sie oft mit wenig Niederschlägen auskommen, so dass ihre Ansprüche an die Wasserversorgung ebenfalls meist gering sind. Zum Schutz vor Austrocknung und gleichzeitiger Unkrautunterdrückung kann der offene Boden zwischen den Pflanzen mit geeigneten Mulchmaterialien bedeckt werden. Meist kann auf eine zusätzliche Düngung verzichtet werden.

Ein Verpflanzen aller drei bis vier Jahre mit gleichzeitiger Teilung der Stauden und eine Kompostgabe in die Pflanzlöcher reichen zur Absicherung der Nährstoffversorgung aus.

Die meisten Kräuter haben noch viele Eigenschaften ihres Wildcharakters erhalten. Aus diesem Grund sind viele Kräuter gegen Krankheiten und Schädlinge beachtlich widerstandsfähig. Oft reicht ein Rückschnitt befallener Pflanzenteile zu, damit der Neuaustrieb schädlingsfrei ist. Richtige Standortwahl und die Schaffung optimaler Wachstumsbedingungen sind die beste Vorbeugung gegen die meisten Krankheiten und Schädlinge.

8. Ernte

Die Kräuter sollten geerntet werden, wenn ihr Gehalt an Inhaltsstoffen am höchsten ist. Je nach Verwendungszweck ist das bei den einzelnen Kräutern und in den einzelnen Jahren unterschiedlich. Der Gehalt an Inhaltsstoffen wechselt auch mit dem Witterungsverlauf und den Jahreszeiten. Bei vielen Kräutern liegt der optimale Erntetermin kurz vor der Blüte. Zur Ernte sollte ein sonniger Tag gewählt werden, damit die Pflanzen völlig trocken sind. Es werden je nach Pflanzenart und Verwendungszweck die verschiedensten Pflanzenteile geerntet. Verwendet werden die ganze Pflanze, einzelne Zweige, Blätter, Blüten, Wurzeln oder nur Samen.

9. Reinigen

Nach Möglichkeit sollte ein Waschen vermieden werden. Wenn das bei bestimmten Standorten doch notwendig sein sollte, müssen die Kräuter schonend zurückgetrocknet werden.

10. Trocknen

Kräuter dürfen niemals in der Sonne oder in der heißen Backröhre getrocknet werden, dabei würden die Inhaltsstoffe zerstört oder sie würden sich verflüchtigen. Günstig zur Trocknung sind alle gut durchlüfteten Räume oder Speicher. Wenn keine geeigneten Räumlichkeiten zur Verfügung stehen, können die Kräuter notfalls auf einem Rost in der Backröhre bei maximal 30° C und geöffneter Tür getrocknet werden.

11. Aufbewahrung

Die gut getrockneten Kräuter werden in verschlossenen Schraubgläsern an einem dunklen Ort (Schrank) aufbewahrt. Nach einem Jahr sollten sie verbraucht sein, da deren Würzkraft dann doch schon erheblich nachgelassen hat. Durch Einlegen von Kräutern in Öl, Essig oder Alkohol entstehen Kräuterauszüge, die ebenfalls eine bestimmte Zeit aufbewahrt werden können und sehr gut zum Würzen geeignet sind .

Einfrieren ist nicht bei allen Kräutern angebracht. Petersilie und Dill eignen sich gut für diese Konservierungsart. Es ist günstig, nur solche Portionen einzufrieren, die sofort bei Verwendung verbraucht werden können.

12. Überwinterung von Kräutern

Einige Kräuter sind je nach Witterung den ganzen Winter grün, z. B. Löffelkraut und Winterportulak. Sie dienen jedoch während der Wintermonate mehr als vitaminspendendes Gemüse. Einige können bei milder Winterwitterung zumindest einen Teil ihrer Blätter behalten, z. B. Petersilie, Winterheckzwiebel, Thymian, Salbei, Bergbohnenkraut, Lavendel.

Das Aroma der Kräuter in dieser Zeit ist allerdings mit dem der Kräuter in den Sommermonaten nicht zu vergleichen.

Überwinterung von Kräutern in frostfreien Räumen

Einige Kräuter, deren Heimat in den Mittelmeerländern liegt, sind nicht frosthart, z. B. Lorbeer und Rosmarin. Sie müssen deshalb in einem frostfreien, hellen Raum überwintern.

Weiterkultur von Kräutern in mäßig warmen Räumen während der Wintermonate

Geeignet dafür sind Würzkräuter, die auch auf einer hellen Fensterbank weiterwachsen und somit im Winter frisch zum Würzen verwendet werden können, z. B. Schnittlauch, Petersilie, Kerbel, Kresse, Basilikum, Melisse. Schnittlauchballen müssen erst durchfrieren und werden dann je nach Bedarf eingetopft. Wurzelpetersilie wird im Herbst in Töpfe gepflanzt, diese werden im Freien eingeschlagen und bei Bedarf in das Zimmer zum Abtreiben geholt. Kerbel und Kresse werden direkt an einer hellen Stelle des Raumes (Fensterbank) ausgesät. Für Kresse reicht als "Aussaatsubstrat" angefeuchtetes Filterpapier oder Watte aus. Im Fachhandel werden direkt dafür entwickelte Gefäße angeboten.

Die Kräuter halten die Treiberei nur wenige Wochen aus, denn es fehlt einfach das Licht, um genügend Blattmasse produzieren zu können.