

Eigenes Gemüse anbauen!

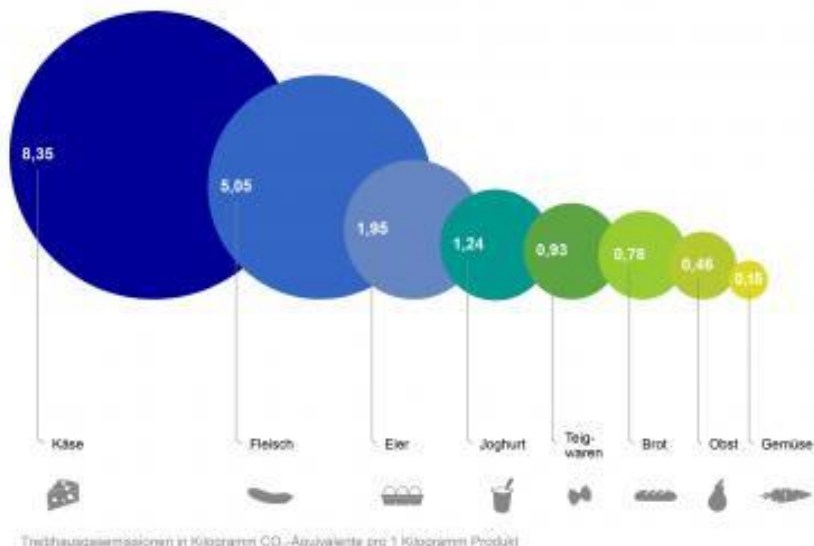
Warum?

- Kreisläufe schließen!
- Emissionen vermeiden!
- Energie sparen!
- Böden schonen!
- Artenvielfalt fördern!
- Spaß haben!
- Sich austauschen!
- Bewusst die Sinne erleben!
- Selbstwirksam sein!
- Sich unabhängig machen!
- Naturverbunden sein!
- Und vieles mehr 😊



Oko-Institut e.V.

Vom Acker auf den Teller: der Klimafußabdruck unserer Lebensmittel
Treibhausgasemissionen verschiedener Lebensmittel im Vergleich



Treibhausgasemissionen in Kilogramm CO₂-Äquivalente pro 1 Kilogramm Produkt

Oko-Institut e.V.



AUSSAATKALENDER

Gemüse und Kräuter
































	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember	Keimtemperatur °C	Keimdauer in Tagen	Saattiefe in cm
Vorkultur	[Blue box]														
Direktsaat	[Orange box]														
Ernte	[Green box]														
Bohnen															
Buschbohnen													12 - 18	8 - 14	2 - 4
Stangenbohnen													12 - 18	8 - 14	3 - 5
Prunkbohnen													12 - 18	8 - 14	3 - 5
Puffbohnen/Dicke Bohnen													5 - 10	8 - 14	4 - 6
Eis- und Kopfsalat													8 - 18	7 - 14	1
Endivien													18 - 25	8 - 10	0,5 - 1
Erbsen															
Mark- und Zuckererbsen													8 - 16	8 - 14	3 - 5
Schalerbsen													8 - 16	8 - 14	3 - 5
Feldsalat													5 - 20	8 - 14	1 - 2
Gurken Freiland													15 - 25	10 - 15	2 - 3
Gurken Gewächshaus													20 - 25	5 - 10	2 - 3
Kürbis/Zucchini													15 - 20	8 - 12	2,5
Kohlgemüse															
Blumenkohl													15 - 18	8 - 12	1
Brokkoli													15 - 20	6 - 10	1
Grünkohl													15 - 18	6 - 10	1
Chinakohl													18 - 20	6 - 10	1
Kohlrabi													18 - 20	6 - 10	1
Rosenkohl													15 - 18	6 - 10	1
Rot-, Weiß-, Wirsingkohl													15 - 18	6 - 10	1
Kräuter															
Basilikum													18 - 25	12 - 15	AN*
Dill													10 - 20	8 - 15	0,5
Petersilie													10 - 20	15 - 25	1
Möhre													6 - 20	10 - 20	2
Paprika													20 - 25	10 - 20	1
Pflück- und Schittsalat													10 - 16	7 - 14	1
Radieschen Freiland													6 - 20	6 - 10	0,5 - 1
Rettich													12 - 20	6 - 10	1,5 - 2
Rote Beete													15 - 20	10 - 20	2 - 3
Spinat													5 - 25	6 - 15	1 - 2
Tomaten													20 - 25	10 - 15	1
Zwiebeln Frühjahrssaat													15 - 20	14 - 20	1 - 2
Zwiebeln Herbstsaat													15 - 20	14 - 20	1 - 2

*AN = Andrücken, nicht abdecken



Mischkultur

Welche Pflanznachbarn passen zueinander?

Pflanze	Gute Nachbarn	Schlechte Nachbarn
Bohnen 	Gurken, Mais, Erdbeeren, Aubergine, Kohl 	Zwiebeln, Knoblauch 
Rote Bete 	Erbsen, Zwiebeln, Knoblauch, Salat, Kohl 	Keine schlechten Nachbarn
Aubergine 	Ringelblume, Minze, Erbsen 	Keine schlechten Nachbarn
Brokkoli, Kohl, Blumen-, Weißkohl 	Rote Bete, Knoblauch, Rosmarin, Kartoffeln, Zwiebeln 	Tomaten, Erbsen, Paprika 
Karotten 	Salat, Schnittlauch, Lauch, Erbsen 	Erdbeeren, Kohl 
Salat 	Karotten, Radieschen, Erdbeeren, Gurken, Erbsen 	Sellerie, Petersilie 
Mais 	Sonnenblumen, Kürbis, Erbsen, Gurken, Petersilie 	Kohl, Tomaten, Sellerie 
Zwiebeln, Knoblauch 	Karotten, Rote Bete, Erdbeeren, Kohl, Tomaten, Salat 	Erbsen, Bohnen, Petersilie, Lauch 
Erbsen 	Karotten, Radieschen, Steckrübe, Gurken, Mais, Erbsen 	Zwiebeln, Knoblauch 
Paprika 	Tomaten, Basilikum, Karotten, Zwiebeln 	Bohnen, Weißkohl, Kohl 
Kartoffeln 	Koriander, Mais, Bohnen, Aubergine, Kohl 	Kürbis, Gurken, Sonnenblumen 

Pflanzplan Hochbeete

Pflanzplan

(je nach Zahl der Teilnehmenden variabel)

Buschbohnen

Chinakohl

Fenchel
(Krautkohl)

Lauch

Karotten
(Zwiebel & Dill)

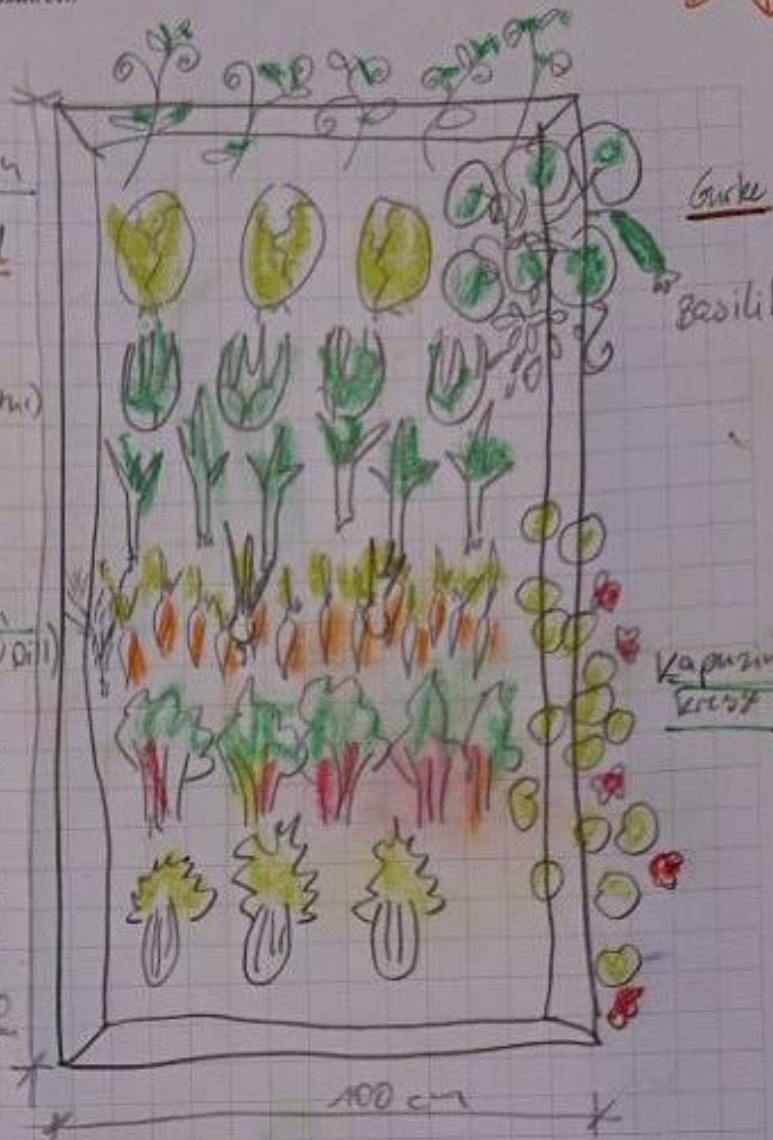
Manjold

Staudensellerie

Gurke

Basilik

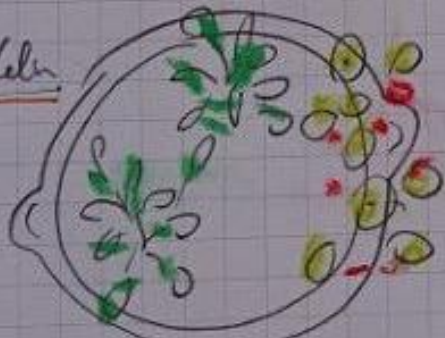
Kapuzinerkresse



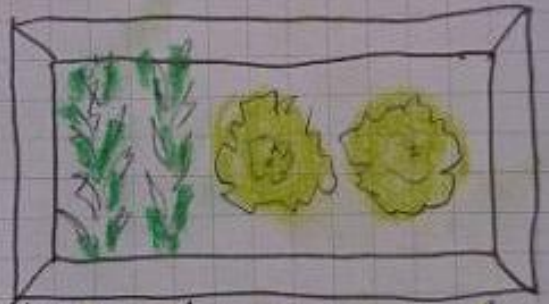
Vorzucht

Direktsaat

Kartoffeln

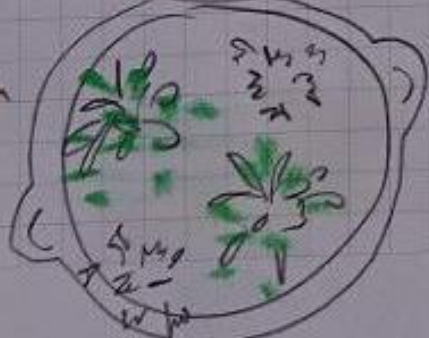


Rucola
Kopfsalat



50 cm

Kartoffeln



Petersilie

Mais
Bohnen



TOP 250 GERMANY
DIE BESTEN TAGUNGS HOTELS

WIDENOGA