

.....warum wir auf die Vorteile von Mischkulturen nicht verzichten sollten

## Biologische Vielfalt - Biodiversität

Je mehr verschiedene Arten und Sorten, desto stabiler sind die (Mini)-Ökosysteme

## Bessere Bestäubung

Blühpflanzen locken Bienen und andere Insekten an und sorgen für eine üppige Ernte.

## Natürlicher Pflanzenschutz

Manche Pflanzen halten Schädlinge fern und schützen so benachbartes Gemüse.

## Gesunder Boden

Tief- und Flachwurzler lockern den Boden auf und reichern ihn mit Nährstoffen an.

## Aromatischeres Gemüse

Kräuter und Blumen können den Geschmack von Gemüse intensivieren.

## Stärkende Begleitpflanzen für Gemüserbeete

### 1. Ringelblumen – Bodenverbesserer

Ringelblumen (*Calendula officinalis*) lockern den Boden mit ihren tiefen Wurzeln und helfen gegen schädliche Nematoden und Drahtwürmer. Den Geruch der Ringelblumen empfinden die Schwarze Bohnenblattlaus, die Kohlmottenschildlaus, der Kartoffelkäfer und der Erbsenwickler als unangenehm und halten sich besser fern. Zugleich ziehen sie Nützlinge und bestäubende Insekten an. Aus den Blüten kannst du eine heilende Ringelblumensalbe herstellen.

Gut für: Tomaten, Karotten, Kartoffeln, Bohnen

### 2. Dill – Helfer für gesunde Pflanzen

Dill (*Anethum graveolens*) verbessert das Aroma von Gemüse. Seine großen Doldenblüten ziehen Schwebfliegen an, deren Larven Blattläuse fressen. Außerdem fördert Dill das Auflaufen von Karottensamen.

Gut für: Gurken, Karotten, Rote Bete, Kohl, Zwiebel

### 3. Kamille – Pflanzenärztin

Kamille (*Matricaria chamomilla*) stärkt geschwächte Pflanzen, wirkt antibakteriell und verbessert mit einem weit verzweigten Wurzelsystem die Bodenstruktur. Ätherischen Öle verbessern das Aroma benachbarter Pflanzen. Gut für: Zwiebeln, Lauch, Kohl, Möhren, Erdbeeren, Kartoffeln, Sellerie

### 4. Kapuzinerkresse – Schädlingmagnet

Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*) zieht Blattläuse an und schützt so wertvolle Gemüse vor einem Befall. Ameisen und Insekten werden vom Geruch der Kapuzinerkresse verwirrt, so dass sie ihre Lieblingspflanzen nicht finden. Die Blätter und Blüten der Kapuzinerkresse sind essbar, ebenso die Samenkapseln, die eingelegt als falsche Kapern sehr lecker schmecken.

Gut für: Tomaten, Radieschen, Gurken, Kohl, Kürbis

### 5. Studentenblumen – Nematodenjäger

Studentenblumen (*Tagetes*) locken mit dem Duft ihrer Wurzeln schädliche Nematoden im Boden an. Wenn die Nematoden in die Wurzeln eindringen werden die Älchen getötet. Daher werden Studentenblumen besonders häufig neben Wurzelgemüse gepflanzt. Als besonders wirksam bei der Nematodenbekämpfung hat sich die Sorte *Tagetes patula* als besonders wirksam erwiesen. Da *Tagetes* bei Schnecken sehr beliebt sind, werden sie auch gern als Ablenkfutter verwendet. Die Schnecken machen sich über die Studentenblumen her und lassen das Gemüse stehen.

Gut für: Möhren, Kartoffeln, Tomaten, Lauch

### 6. Borretsch – Bienenmagnet

Borretsch (*Borago officinalis*) lockt Bienen an, reichert den Boden mit wertvollem Kalium an und stärkt Nachbarpflanzen. Besonders gut ist er als Nachbar neben Kohl geeignet. Denn sein Geruch verwirrt Kohlweißlinge, so dass sie an der Eiablage gehindert werden.

Gut für: Erdbeeren, Gurken, Zucchini, Kürbis, Tomaten, Kohl

## Mischkultur bedeutet das Kombinieren von Pflanzen in räumlicher Nähe zueinander

Pflanzen haben auch „Freunde“ und „unliebsame Kollegen“, mit denen sie sich nicht so gut vertragen. Wir müssen uns fragen: Welche Pflanzen helfen sich gegenseitig, wenn sie gleichzeitig in einem Beet angebaut werden?

Faustregel: Gleiche Pflanzenfamilien verstehen sich nicht so gut.

## Fruchtfolge bedeutet das Kombinieren von Pflanzen in zeitlicher Abfolge

Welche Pflanzen helfen sich gegenseitig, wenn sie in zeitlicher Abfolge in einem Beet angebaut werden?

Faustregel: Gleiche Pflanzenfamilien brauchen zeitlichen Abstand zueinander, Kohl und Kartoffeln mindestens 3 Jahre

## Mischkultur hat viele Vorteile, auf die du nicht verzichten solltest

In der Natur sind Monokulturen selten, meistens wachsen viele verschiedene Pflanzen eng zusammen und helfen sich gegenseitig. Alle bodengebundenen Pflanzen leben in Kooperation mit den Pilzen, Bodentieren und Mikroben im Boden.

Fortgeschrittene: **Die Evolution** wurde in unserer Kultur fälschlicherweise einseitig als Überleben des Stärkeren gedeutet. Tatsächlich sind gemeinsame Überlebensstrategien und Kooperationen wesentlich erfolgreicher als einsame heroische Überlebenskämpfe.

Wir Menschen bauen für unsere Ernährung Kulturpflanzen an, die wir seit Jahrtausenden züchten. In diesen traditionellen Anbausystemen gab es immer Mischkulturen und Fruchtfolgen. Wie in der Medizin ist dieses umfangreiche Erfahrungswissen ein wertvoller Kulturschatz der Menschheit.