

3x3 im  
ÖBZ München  
mit  
Biogärtner Herb  
aus dem Allgäu



# Bio-Kräuter auf dem Balkon

## Mittelmeer-Kräuter

- Kultur: Salbei, Thymian, Lavendel...
- Wo? Süd-Westbalkon, -Terrasse
- Licht: Volle Sonne, sehr hell
- Erde: Kräuternerde mit Sand/Schotter vermischt.
- Nährstoffbedarf: Gering
- Abstand: 4-6 P/lm, 2-4 P im 10-20 L Topf.
- Rückschnitt: Ernte; nach der Blüte
- Mulchen mit grobem Kies
- Erfolgsfaktoren:
- Magere, strukturstabile Erde.
- Offener Balkon



# Bio-Kräuter auf dem Balkon

## Rosmarin winterhart

- Abstand: 3-4 P/lm, 2-3 P im 10-20L Topf
- Rückschnitt: Ernte; nach der Blüte
- Düngung Ende April
- **Erfolgsfaktoren:**
- Sortenwahl: Bowle, Punta di Canella, Arp, Weihenstephan,
- Magere, strukturstabile Erde.
- Im Winter Wind-/Sonnengeschützt an der Wand
- Eventuell Vliesschutz



# Bio-Kräuter auf dem Balkon

## Basilikum

- Wo? Süd-West-Ostbalkon,  
-Terrasse
- Licht: Sonne, sehr hell
- Erde: Kräuternerde mit  
Vorratsdüngung.
- Nährstoffbedarf: Hoch
- Abstand: 3-5 P/lm  
2P im 10 L Topf
- Mulchen mit Miscanthus,  
Heu, Stroh
- Bienenmagnet
- **Erfolgsfaktoren:**
- Nicht vor Ende Mai
- Gleichmäßig Gießen



# Bio-Kräuter auf dem Balkon

## Basilikum

- Griechisches Busch-
- Sizilianische
  - Blauer Afrikaner
  - Gorbatschow
- Zitrone-, Maenglak
- Thai-, Horapa
- Wilder Allgäuer, Tulsi, Krapao



# Bio-Kräuter auf dem Schatten-Balkon

- Wo? Nord-Ostbalkon, -  
Terrasse
- Licht: Schattig, wenig  
bis keine Sonne.
- Erde: Kräuternerde mit  
Vorratsdüngung.
- Nährstoffbedarf: Nieder  
bis mittel
- Abstand: 3-5 P/lm  
2P im 10 L Topf
- Mulchen mit  
Miscanthus, Heu, Stroh



# Bio-Kräuter auf dem Schatten-Balkon

- Minze
- Kerbel
- Liebstöckl
- Brunnenkresse im Wasser  
Untersetzer
- Licht: Schattig, wenig bis  
keine Sonne.
- Erde: Kräuternerde mit  
Vorratsdüngung.
- Nährstoffbedarf: Nieder  
bis mittel
- Abstand: 3-5 P/lm  
2P im 10 L Topf
- Mulchen mit Miscanthus,  
Heu, Stroh



# Bio-Kräuter auf dem warmen Schatten-Balkon

- Wo? Süd-Ostbalkon, -Terrasse
- Licht: Schattig, wenig bis keine Sonne.
- Currybaum, Jiagulan, Kardamon, Galgant.
- Erde: Kräuternerde mit Vorratsdüngung.
- Nährstoffbedarf: Nieder bis mittel
- Abstand: 1-2P im 10 L Topf
- Mulchen mit Miscanthus, Heu, Stroh
- Im Winter in der temperierten bis warmen Wohnung.



# Mein Lieblinge: Cima di rapa

- **Eine Spezialität aus Süditalien. Es werden die noch geschlossenen Blütenknospen mit Blättern verwendet.**
- **Heimat:** Italien, nur aus Kultur bekannt.
- **Biologie:** Ein-zweijährig, winterhart bis ca. -12°C, Z6.
- **Standort:** Sonnig bis halbsonnig, frischer, nährstoffreicher, durchlässiger Boden.
- **Blütezeit:** Mai bis Oktober, Bienen- und Insektenweide, N4/P2/WB32;7/S9.
- Blütenfarbe: Gelb.
- **Höhe:** 50cm.           **Abstand:** 8-10P/m<sup>2</sup>.
- **Eigener Anbau: Leicht.**
- **Verwendung** (*Junge Blätter, Blüten, Knospen*):
- **#Küche:** Sie werden kurz angedünstet. Mit Orecchietti, Sardellen, Knoblauch und Pecorino sind sie das Nationalgericht von Bari.



# Mein Lieblinge: Agretti, Mönchsbart

- *Salsoda soda* L. Amaranthaceae
- **Heimat:** Küsten im Mittelmeerraum, Kaukasus, Zentralasien.
- **Biologie:** Einjährig, leichter Frost, Z7-8.
- **Standort:** Sonnig, frischer, nährstoffreicher Boden, liebt etwas Meersalz. Gb/Hb/T2so
- **Blütezeit:** Sep-Okt.
- **Blütenfarbe:** Gelb. **Abstand:** 8 Töpfe/m<sup>2</sup>.
- **Höhe:** 30 cm. **Eigener Anbau:** Leicht.
- **Verwendung (Blätter):**
- **#Küche:** Beliebt in Italien zu Salaten oder mit Nudeln gekocht und Speck.
- **Interessant:** Die Asche aus Agretti war eines der Geheimnisse bei der Herstellung von Murano-Glas.
- **Pflegetipp:** Als Gewächs von den Meeresküsten liebt Agretti dann und wann eine kleine Brise Meersalz als Dünger.



# Mein Lieblinge: Agretti, Mönchsbart

- **Spagetti con Agretti**
- **Zutaten**
  - 250 g Mönchsbart (Agretti)
  - 250 g Spaghettini
  - 2-3 Sardellen aus der Dose
  - 1-2 EL Salzkapern,
  - 1 Knoblauch, fein gehackt
  - 1 kleine Zwiebel fein gehackt
  - 1 EL Gemüsebrühepulver Bio
  - 30 g Pinienkerne, trocken  
angeröstet
  - Salz, Pfeffer
  - 3 EL Olivenöl extra
  - 2 EL Butter



# Mein Lieblinge: Agretti, Mönchsbar

## Die Soße-Zubereitung

- Agretti gründlich waschen, eventuell die harten Stile entfernen.
- Sardellen im schon warmen Olivenöl/Buttermischung zerdrücken und schmelzen lassen.
- Die feingehackte Zwiebel, den Knoblauch und die Salzkapern hinzugeben und mit dünsten lassen.
- Pinienkerne leicht anrösten und zur Soße geben. Kräftig pfeffern. Warmhalten.
- Die Spaghettini ins kochende Wasser, in welchem der Gemüsebrühwürfel aufgelöst wurde, al dente kochen. Die letzten 2 Minuten den Agretti dazugeben.
- Etwas Kochwasser auf die Seite geben und bei Bedarf der Soße dazugeben. Abgießen. Mit der Soße vermischen.
- Guten Appetit



# Meine Lieblinge auch in der Küche

Die Zubereitungsmöglichkeiten sind vielfältig:

Das Wichtigste: Nur Mut und neue Rezepte.



# Termine in der Biogärtnerei Herb

**Feldrundgang:  
6. August 17.00**



**Tomaten-Ausstellung  
6.-10.August während der Geschäftszeit**



A man with glasses, wearing a black wide-brimmed hat and a bright red zip-up jacket, is smiling warmly. He is standing in a greenhouse or nursery, surrounded by numerous chili pepper plants. The plants have green leaves and clusters of bright red, bell-shaped peppers. The background shows the metal structure of the greenhouse with horizontal pipes.

Ein schönes Gartenjahr  
Ihr Christian Herb

Samen-/Pflanzenversand  
[www.Bio-Kraeuter.de](http://www.Bio-Kraeuter.de)