

Gemüsehochbeet mit Ackerbegleitflora

Gemüse und Nützlingspflanzen kombiniert

-  Wertvolle Zwischenräume
-  Urban Gardening
-  Gliedert den Garten



1. Wert für Mensch und Natur

Hochbeete sind für das Urban Gardening und bei Zwischennutzungen besonders beliebt. Immer mehr finden sich Hochbeete auch in Gärten und Parkanlagen. Werden in den Hochbeeten neben Gemüse auch einheimische Wildkräuter und Ackerbegleitpflanzen (Segetalflora oder Ackerbegleitflora) angepflanzt, werden die Hochbeete für Wildbienen, Schmetterlinge und andere Nützlinge ebenso wertvoll wie für die menschliche Küche.

Die typischen Ackerbegleitpflanzen sind konkurrenzschwach und behindern das Wachstum der Nutzpflanzen-Kulturen nicht. Sie sind wichtige Nektarpflanzen für viele Insekten und bringen Farbe ins Hochbeet. Diese Pflanzen wachsen natürlicherweise in Ackerböden, welche immer wieder umgebrochen werden. Sie benötigen Licht und ertragen keine chemische Unkrautbekämpfung. In den intensiv bewirtschafteten Ackerflächen sind sie deshalb vielerorts verschwunden. Im eigenen Garten können sie durch Einsaat gezielt angesiedelt werden. Beim Kauf von Samenmischungen soll auf regionale Herkunft geachtet werden.

Vorteile von Hochbeeten gegenüber bodenebenen Gemüsebeeten:

- ▶ Aufgrund der Höhe können sie bequem und rückschonend bearbeitet werden.
- ▶ Gemüse im Hochbeet ist weniger anfällig auf Bodenfrost und kann deshalb früher im Jahr bepflanzt, bzw. später im Jahr noch geerntet werden.
- ▶ Schnecken, Engerlingen und anderen Schädlingen gelingt es weniger gut, an das Gemüse zu gelangen. Bei Bedarf können zusätzlich Schneckenzäune montiert werden.
- ▶ Hochbeete können als Gestaltungselemente und Blickfang verwendet werden.

2. Bauanleitung

2.1. Gestaltungsmöglichkeiten

Hochbeete finden an verschiedenen Orten Anwendung und dienen je nach Anordnung auch als Trenn-, Sichtschutz-, Gestaltungselement oder zur treppenartigen Überwindung von Höhenunterschieden. Speziell gebaute, tischförmige Hochbeete können von Rollstuhlfahrenden betrachtet und ggf. bearbeitet werden.



Rollstuhlgängiges Hochbeet

2.2. Planung Standort

Wichtig bei der Wahl des Standorts ist, dass die Hochbeete stabil und waagrecht stehen, bevor sie mit Erde gefüllt und bepflanzt werden. Denn die meisten Hochbeete lassen sich nachher nicht mehr einfach verschieben. Zudem muss der Standort auf die spätere Bepflanzung und die Ansprüche der gewünschten Pflanzen abgestimmt werden. Viel Gemüse mag einen sonnigen Standort. Dasselbe gilt für Ackerbegleitpflanzen. Die Grösse des Hochbeets richtet sich nach dem vorhandenen Platz und der gewünschten Anzahl Pflanzen. Jedoch sollen die Hochbeete nur so gross sein, dass das Zentrum von aussen bequem erreichbar bleibt. Idealerweise sind sie nicht mehr als 2 m breit; die Länge kann beliebig sein. Ob die Hochbeete aus Holz, Metall oder Stein bestehen, spielt für die Bepflanzung eine untergeordnete Rolle und ist primär eine ästhetische Frage.

2.3. Hochbeet anlegen

1. Rahmen aufbauen: Rahmen rechteckig auf den Boden legen und ausrichten.
2. Rahmen gut im Boden verankern oder stabil auf einen befestigten Untergrund stellen.
3. Bei freistehenden, mobilen Hochbeeten das Fundament mit Noppenfolie schützen. Bei Hochbeeten, die direkt auf dem Boden stehen Mäusegitter oder Hasendraht in den Rahmen einlegen und rundherum gut und satt befestigen. Er schützt später die Pflanzen von unten gegen Wurzelfress durch Mäuse.
4. Optional: Vlies einlegen und ebenfalls rundherum gut und satt befestigen. Das Vlies schützt gegen Wurzelunkräuter und verhindert das Auswaschen der Erde. Anstelle eines Vlieses kann auch Jute oder Textil verwendet werden. Auf Folie wird besser verzichtet. Denn das Vlies soll wasserdurchlässig sein, um Stauässe zu verhindern.
5. Erde einfüllen und gleichmässig verteilen. In den unteren Schichten darf grobes, kaum verrottetes Material (Äste, Zweige) eingefüllt werden, das sich mit der Zeit zersetzt und dabei kontinuierlich Nährstoffe freisetzt. Das fördert den Wuchs von Gemüse und verbessert die Wasserdurchlässigkeit. So muss nicht das gesamte Hochbeet mit hochwertiger Blumenerde gefüllt werden. Die unteren Schichten gilt es gut zu verdichten, weil der Inhalt des Hochbeets durch den Verrottungsprozess zusammensacken kann. Die oberste Schicht soll feinkrümelig und nährstoffreich sein. Gut eignen sich torffreie Erden für Gemüsegärten oder Topfpflanzen sowie Komposterde.
6. Bepflanzen: Dazu wird das Saatgut gemäss Anleitung auf der Packung ausgesät, oder es werden vorgezogene Pflanzen gesetzt. Achtung: Bis Mitte Mai muss jederzeit mit Frost gerechnet werden. Für Ackerbegleitpflanzen genügt Saatgut, weil diese, meist einjährigen Arten, gut aus Samen keimen und nicht als vorgezogene Pflanzen gesetzt werden müssen.
7. Die gesetzten Pflanzen bzw. die angesäten Bereiche mit wetterfesten Etiketten beschriften, damit später die erwünschten Pflanzen von unerwünschten unterschieden und die unerwünschten gezielt entfernt werden können.
8. Vorsichtig wässern, damit das Saatgut nicht ausgeschwemmt wird.



Wildkräuterbeet

2.4. Pflanzenwahl

Eine Auswahl geeigneter, essbarer Wildkräuter und Ackerbegleitpflanzen sind im Anhang zu finden.

Grundsätzlich eignen sich wärmeliebende Pflanzen gut, weil Hochbeete meistens an sonnigen Stellen aufgestellt werden. Über die Jahre sollten – wie bei der Fruchtfolge im Ackerbau – in den ersten zwei Jahren sogenannte Starkzehrer wie Tomaten, Kohl oder Gurken angebaut werden und Schwachzehrer wie Salat und Spinat erst ab dem dritten Jahr. Dazu können noch Zwiebeln, Karotten, Bohnen, Radieschen oder Erdbeeren gesetzt werden – je nach persönlichen Vorlieben. Wer eine Mischkultur anlegt, reduziert den Schädlingsbefall präventiv.

Auch Wildkräuter eignen sich gut für Hochbeete. Im Gegensatz zu gezüchteten Kräutern sind viele Wildkräuter ausgesprochen robust und anpassungsfähig. Die meisten Wildkräuter wachsen auch in nährstoffarmer Erde und brauchen keinen Dünger. Je nach Art werden die Blüten oder Blätter für kulinarische Zwecke verwendet.

3. Pflege und weitere Tipps

Die eingefüllte Erde sackt im Hochbeet stetig zusammen, sodass regelmässig frische Erde nachgefüllt werden muss. Bei Bedarf wird nach ein paar Jahren ein wenig Komposterde oder organischer Dünger zugegeben oder die Erde ausgewechselt und neu geschichtet.

Wer Hochbeete aus Holz benutzt, muss sich bewusst sein, dass Holz verwittern kann und je nach dem nach einigen Jahren ersetzt werden muss.

4. Pflanzenauswahl

4.1. Essbare Wildkräuter

Deutscher Name	Lateinischer Name
Gewöhnliche Wiesen-Schafgarbe	Achillea millefolium
Knoblauch-Hederich	Alliaria petiolata
Schnittlauch	Allium schoenoprasum
Bärlauch	Allium ursinum
Gänseblümchen	Bellis perennis
Wiesen-Schaumkraut	Cardamine pratensis
Wegwarte	Cichorium intybus
Wilde Möhre	Daucus carota
Moor-Geissbart	Filipendula ulmaria
Wald-Erdbeere	Fragaria vesca
Wiesen-Labkraut	Galium mollugo
Waldmeister	Galium odoratum
Gundelrebe	Glechoma hederacea
Rote Taubnessel	Lamium purpureum
Spitzwegerich	Plantago lanceolata
Echter Dost	Origanum vulgare
Scharbockskraut	Ranunculus ficaria
Sauerampfer	Rumex acetosa
Wiesen-Salbei	Salvia pratensis
Vogelmiere	Stellaria media
Rainfarn	Tanacetum vulgare
Löwenzahn	Taraxacum officinale
Arznei-Feld-Thymian	Thymus pulegioides

Rot-Klee	Trifolium pratense
Huflattich	Tussilag farfara
Grosse Brennnessel	Urtica dioica

4.2. Beispiele für Ackerbegleitflora

Deutscher Name	Lateinischer Name
Kornrade	Agrostemma githago
Färber-Hundskamille	Anthemis tinctoria
Rundblättriges Hasenohr	Bupleurum rotundifolium
Kornblume	Centaurea cyanus
Wilde Möhre	Daucus carota
Bittere Schleifenblume	Iberis amara
Venus-Frauenspiegel	Legousia speculum-veneris
Echte Kamille	Matricaria chamomilla
Weinberg-Traubenhyazinthe	Muscari neglectum
Strahlen-Breitsame	Orlaya grandiflora
Klatschmohn	Papaver rhoeas
Gelbe Resede	Reseda luteola
Einjähriger Ziest	Stachys annua

5. Anhang

5.1. Weitere Informationen

Auf www.ihr-gärtner.ch finden Sie Gärtner von JardinSuisse, welche Ihnen bei der Planung und Umsetzung von Naturmodulen helfen.

Weitere Merkblätter und Schaugärten finden Sie auf www.naturmodule.ch.

5.2. Fotos und Bilder

Vielen Dank an Sebastian Meyer für die Zurverfügungstellung von Fotos.