

Küchenkräuter

Basilikum (*Ocimum*)

- **Afrikanisches Basilikum (*Ocimum basilicum*)**
Robuste, schnell wachsende Sorte mit schönen Blüten. Nicht frostfest, aber im Haus überwinterbar.
- **Busch-Basilikum (*Ocimum minimum*)**
Kugeliger, kleiner Strauch mit kleinen Blättern und kräftigem Aroma.
- **Genoveser Basilikum (*Ocimum basilicum*)**
Bekannteste Sorte mit typischem Basilikumaroma. In grün und rot erhältlich. Braucht viel Wärme, wenig Wasser von oben.
- **Griechisches Strauch-Basilikum (*Ocimum basilicum*)**
Blüht selten, hat ein liebliches Aroma und ist besonders robust.
- **Heiliges Basilikum – Tulsi (*Ocimum sanctum*)**
Robuste Sorte, wächst auch in nassen Sommern gut. Perfekt für warme Speisen und Pesto.
- **Thai-Basilikum (*Ocimum basilicum*)**
Anisgeschmack, ideal für asiatische Gerichte & Süßspeisen.
- **Zimt-Basilikum (*Ocimum basilicum* var. *cinnamonum*)**
Süßes, intensives Aroma, eignet sich für Kräutertees.
- **Zitronen-Basilikum (*Ocimum basilicum* × *americanum*)**
Würzig-frische Note, ideal für Fischgerichte und Süßspeisen. Wächst schnell und unkompliziert.

Blutampfer (*Rumex sanguineus*)

Rote Blattadern, weniger sauer als Sauerampfer. Im Frühjahr eine begehrte Vitaminquelle, mehrjährig.

Bohnenkraut (*Satureja*)

- **Einjähriges Bohnenkraut (*Satureja hortensis*)**
Zarte kleine Blätter, intensives Aroma. Perfekt für Gemüse- und Fleischgerichte.
- **Mehrjähriges Bohnenkraut (*Satureja montana*)**
Ganze Zweige mitbraten oder mitkochen. Ähnlich in der Nutzung wie Thymian. Benötigt volle Sonne und durchlässigen Boden.

Borretsch (*Borago officinalis*)

Die jungen Blätter passen gut zu Gurkensalat, Suppen, Kohlgemüse und Kräutersaucen.

Currykraut (*Helichrysum italicum*)

Zum Würzen die Zweige kurz mitkochen und dann herausnehmen. Verträgt sich gut mit anderen Gewürzen. Die gelben Blüten eignen sich für Trockengestecke.

Dill (*Anethum graveolens*)

Braucht guten Boden, sollte nicht zwei Jahre hintereinander am gleichen Platz gepflanzt werden.

Estragon – Französischer (*Artemisia dracunculus*)

Perfekt für Sauce Béarnaise, Fisch und Geflügel. Frisch verwenden, da er sich nicht gut zum Trocknen eignet. Winterhart.

Kerbel (*Anthriscus cerefolium*)

Anisartiges Aroma, liebt kühles und feuchtes Klima. Geht schnell in Blüte, die jedoch essbar ist. Nicht Winterhart.

Koriander (*Coriandrum sativum*)

Milder Geschmack – ideal für Koriander-Einsteiger. Liebt viel Feuchtigkeit, halbschattige Lage und gut gedüngten Boden. Nicht Winterhart.

Lavendel – „Hidcote Blue“ (*Lavandula angustifolia*)

Schöne, dunkelviolette Blüten, sehr gut zum Trocknen geeignet. Bewährtes Mittel gegen Motten. Winterhart.

Liebstock (*Levisticum officinale*)

Braucht gute, feuchte Erde. Verliert beim Trocknen etwas von seinem frischen Aroma. Winterhart.

Löffelkraut (*Cochlearia officinalis*)

Perfekt als Beigabe im Frühling zu Salaten. Liebt kühle und feuchte Standorte. Schmeckt wie Kresse und hat einen hohen Vitamin-C-Gehalt. Selbstaussaat.

Majoran (*Origanum majorana*)

Am besten frisch verwenden, da er getrocknet viel Aroma verliert. Wird bei zu hoher Feuchtigkeit oft von Bodenpilzen befallen.

Oregano – Griechischer Dost (*Origanum vulgare*)

Klassisches Gewürz für Pizza, Salsa, Gemüse und Chilisaucen. Liebt sonnige und eher trockene Standorte, ähnlich wie Thymian. Winterhart.

Oswegokraut (*Monarda fistulosa*)

Ideal für Bohnen-, Chili- oder Fleischgerichte. Sehr robust und trockenheitsverträglich. Winterhart.

Petersilie (*Petroselinum crispum*)

- Glatte Petersilie: Intensiveres Aroma.
- Krause Petersilie: Milder und dekorativer als die glatte Variante.

Pilzkraut (*Rungia klossii*)

Zartes, delikates Pilzaroma – erst am Ende des Kochvorgangs hinzufügen. Frische Blätter eignen sich für Salate und Sandwiches, gekocht passen sie in Suppen und Wok-Gerichte. Regelmäßiges Ernten (5–10 cm Triebspitzen) fördert buschiges Wachstum. Liebt humosen Boden und verträgt Schatten. Nicht winterhart.

Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*)

Wer liebt ihn nicht? Bevorzugt steinige, eher kalkhaltige Erde. Empfindlich gegenüber Bodenpilzen, wenn nicht ganz verrotteter Kompost verwendet wird. Kann an geschützten Plätzen winterhart sein. Nicht zu nass halten.

Rucola – Wild (*Diplotaxis tenuifolia*)

Erfrischender, würziger Geschmack – ideal als Beigabe zu Salaten. Winterhart.

Salbei (*Salvia officinalis*)

Fördert die Verdauung, besonders bei fetten Speisen (z. B. Saltimbocca). Winterhart.

Schnittknoblauch (*Allium tuberosum*)

Verwendet werden die flachen, lanzettartigen Blätter – keine Knollen. Feines Knoblaucharoma, weiße Blüten. Winterhart.

Schnittlauch (*Allium schoenoprasum*)

Klassisches Gewürzkraut, liebt feuchten, nährstoffreichen Boden. Winterhart.

Sellerie – Blatt (*Apium graveolens*)

Bildet keine Knollen, die Blätter haben aber das gleiche Aroma. Treibt mehrere Jahre im Frühjahr wieder aus.

Thymian

- **Deutscher (*Thymus vulgaris*)**
Vielseitiges Würzkraut mit klassischem Aroma. Bevorzugt kalkigen, lockeren Boden. Winterhart.
- **Ingwer-Thymian (*Thymus Hybride*)**
Hinterlässt beim Kochen einen angenehm scharfen Geschmack auf der Zunge. Ideal für den Anbau in Töpfen, mit dekorativer lila Blüte.

Winterheckenzwiebel (*Allium fistulosum*)

Geerntet werden nur die oberirdischen Röhren. Bildet keine Knollen unter der Erde, ist aber winterhart und kann auch in milden Wintern geerntet werden. Milder im Aroma als herkömmliche Zwiebeln.

Zuckerblatt (*Stevia rebaudiana*)

Natürliche Süße – viel süßer als Zucker. Perfekt für Getränke und zum Backen. Im Haus überwintern, dann mehrjährig. Blätter frisch oder getrocknet verwenden.

Teekräuter für den Genuss und die Gesundheit

Alant (*Inula helenium*)

Unempfindliche Solitärstaude mit Blüten wie kleine Sonnenblumen. Tee aus der Wurzel soll schleimlösend bei Husten wirken und die Leber sowie Nieren anregen. Schöne, dankbare Pflanze, ca. 1,5-2 m hoch. Winterhart.

Andorn (*Marrubium vulgare*)

Weißfilzige, behaarte Blätter. Tee als bekanntes Heilmittel bei Husten und schleimlösend. Schon gekaute Blätter zeigen Wirkung. Winterhart.

Arnika Wiesen (*Arnica chamissonis*)

Wird für Arnikatinkturen verwendet und wirkt bei Quetschungen, blauen Flecken und Verletzungen der Fingernägel wahre Wunder. Ein Tuch mit Arnikatinktur tränken, 1/4 Stunde auf die verletzte Stelle legen, eventuell wiederholen und der Schmerz verschwindet. Auch zur Desinfektion von kleineren, offenen Wunden geeignet. Die Pflanze sät sich selbst aus. Die Tinktur ist nur für die äußere Anwendung bestimmt. Winterhart.

Baldrian (*Valeriana officinalis*)

Bekannte Teepflanze, die Wurzel soll beruhigend und entkrampend wirken, besonders beliebt als Einschlafhilfe. Winterhart. Auch Katzen lieben den Duft.

Basilikum Zimt (*Oc. bas. var. Cinnamomum*)

Das warme, süße Zimtaroma bringt eine volle Geschmacksnote in Kräutertees. Auch für Süßspeisen geeignet.

Beifuß einjährig (*Artemisia annua*)

In der TCM seit 2000 Jahren verwendet. Der Tee soll bei Verdauungsstörungen, Hauterkrankungen, Fieber und vielen anderen gesundheitlichen Problemen helfen. Nicht winterhart, nährstoffarm, eher trockene Haltung.

Bertram römischer (*Anacyclus pyrethrum*)

Nach Hildegard von Bingen wirken Bertram, Galgant und Quendel sehr ähnlich. Sie sagt: „Für einen gesunden Menschen ist er (der Bertram) gut, weil er die Fäulnis in ihm mindert, das gute Blut vermehrt und einen klaren Verstand bereitet.“ Verwendet wird die Wurzel. Winterhart.

Eberraute (*Artemisia abrotanum*)

Auch „Colakraut“ genannt wegen des zarten Cola-Duftes. Die Blätter sollen als Tee magenstärkend wirken. Winterhart, im Frühjahr zurückschneiden.

Echinacea rot (*Echinacea purpurea*)

Sie wirkt immunstärkend, besonders bei beginnender Erkältung. Alle Pflanzenteile haben heilkräftige Wirkstoffe. Winterhart.

Eibisch (*Althea officinalis*)

Der Tee legt sich schützend über gereizte Schleimhäute. Die Wurzeln sollen 1-2 Stunden ziehen und leicht erwärmt getrunken werden. Auch die Blätter können verwendet werden. Winterhart, im Frühjahr zurückschneiden.

Eisenkraut (*Verbena officinalis*)

Eine Pflanze mit unscheinbaren Blüten, deren Tee auch für Gesichtskompressen verwendet werden kann. Sie soll eine beruhigende Wirkung auf Körper und Geist haben. Der Name der Pflanze bedeutet nicht, dass sie gegen Eisenmangel hilft, sondern dass sie vor Jahrhunderten zur Wundbehandlung bei Kriegsverletzungen durch Eisenwaffen eingesetzt wurde. Winterhart.

Goji-Beere (*Lycium chinensis*)

Sowohl die jungen Blätter als auch die orangen Beeren sind essbar. Sie fördern die Vitalisierung, Anregung und helfen bei körperlicher Regeneration. Winterhart.

Jiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*)

Man nennt es auch „das Kraut der Unsterblichkeit“. Ursprünglich stammt es aus China, es wurde in einer weit entlegenen gebirgigen Provinz entdeckt. Die Menschen dort wurden überdurchschnittlich alt. Man führte das auf den regelmäßigen Konsum des Tees zurück. Wer weiß! Winterhart

Kamille echte (*Matricaria recutita*)

Allseits bekannt, einjährig.

Melisse

- Zitronen (*Melissa officinalis*) – Der Tee soll als mildes Beruhigungsmittel wirken. Frische Blätter verwenden, da sie beim Trocknen ihr Aroma verlieren. Winterhart.



- **Drachenkopf (*Dracocephalum moldavica*)** – Hübsche zitronig schmeckende Art mit blauen Lippenblüten. Nicht winterhart, aber sät sich selbst aus.

Minze

- **Ananas Minze (*Mentha suaveolens* var. *variegata*)**
Weiß-grüne Blätter, für Tees und Süßspeisen geeignet. Kann auch in Töpfe oder Balkonkästen gesetzt werden. Winterhart.
- **Apfel Minze (*Mentha vilosa*)**
Behaarte Blätter, stark nach Apfel duftend, eine gute Teeminze. Winterhart.
- **Braune Nudel Minze (*Mentha carinthiaca*)**
Originale Minze für die Kärntner Kasnudeln.
- **Grüne Minze (*Mentha spicata*)**
Die echte Kaugummiminze mit dem unverwechselbaren Doublemint-Geschmack. Winterhart.
- **Marokkanische Minze (*Mentha spicata* v. *crispa*)**
Nordafrikanischer Minzetea mit süßem, kühlendem Geschmack. Bleibt bei mildem Winter ganzjährig grün. Winterhart.
- **Orangen Minze (*Mentha piperita* v. *citrata*)**
Fruchtiges Aroma, das an Earl-Grey-Tee erinnert, ohne Mentholgeschmack. Gut für Teemischungen. Winterhart.
- **Pfeffer Minze (*Mentha piperita*)**
Der Pfefferminztee ist allgemein als sehr bekömmlich bekannt und schmeckt dazu auch noch gut. Winterhart
- **Zitronen Minze (*Mentha piperita* v. *Citrata*)**
Eine Variation der Orangenminze mit Duft nach Zitronenschalen, wh. HUGO: 15 cl Prosecco, 2 cl Zitronenmelissensirup, einige Blätter Minze und einen Spritzer Soda, mit einigen Eiswürfeln, den Drink mit einem Stück Zitrone garnieren. Es gibt noch einige andere Variationen des köstlichen Longdrinks.
- **Mojitominze (*Mentha species nemorosa*)**
DIE Minze für Cocktails: 5 cl Rum (Bacardi), 6 cl Soda zum Auffüllen, 1 Stk Limette, 4 El Crushed Ice, 2 TL brauner Zucker, 8 Bl Minze (frisch), fertig ist der Mojito

Quendel (*Thymus serpyllum*)

Auch Feldthymian genannt. Liebt trockene Standorte. Der Tee soll bei Erkältungen, Rheuma und Verdauungsproblemen helfen. In der Küche wird er zu Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichten verwendet. Bildet Polster und blüht lila. Winterhart.

Ringelblume (*Calendula officinalis*)

Orange Blüten, einjährig, sät sich selbst aus. Die Ringelblumensalbe hilft bei vielen Wehwehchen und sollte in keiner Hausapotheke fehlen.

Salbei

- **Salbei (*Salvia officinalis*)**
Anspruchsloser Strauch, der verholzt und daher im Frühjahr etwas zurückgeschnitten werden sollte. Der Tee soll bei Verkühlungen helfen. Winterhart.
- **Salbei Johannisbeer (*Salvia ovrahamis*)**
Die rosaroten Blüten erscheinen bis in den Herbst. Blätter und Blüten duften nach schwarzen Johannisbeeren und können für Teemischungen und in kleinen Mengen für Süßspeisen verwendet werden. Nicht frostfest, aber kann im Haus überwintert werden.
- **Salbei Ananas (*Salvia rutilans*)**
Wie kommt der wunderbare Ananas-Duft in diesen Salbei? Die karminroten Blüten erscheinen spät, ab September, dafür bis in den November hinein. Halbschattiger, warmer und feuchter Standort ist ideal. Blüten und Blätter finden sowohl als Tee als auch in Süßspeisen Verwendung. Sollte im Haus überwintern, nicht winterhart.
- **Salbei Muskateller (*Salvia sclarea*)**
Die hellblaurosa Blütenblätter bleiben auch nach der Blüte noch an der Pflanze. Wunderschön. Muskatellersalbei blüht im zweiten Jahr. Die medizinische Wirkung ist wissenschaftlich nicht bestätigt, aber die Blüten sind sehr dekorativ. In der Küche wird sie für Desserts und Süßspeisen verwendet.
- **Salbei Mandarinen (*Salvia elegans*)**
Dieser Salbei hat hellere Blüten als der Ananas-Salbei und blüht bereits im Mai-Juni. Eigenschaften und Verwendung sind ähnlich wie bei anderen Salbeiarten, jedoch nicht winterhart.

Tausendguldenkraut (*Centaurium erythraea*)

Uralte Medizinpflanze, deren Tee bei Magenbeschwerden, Beschwerden der Bauchspeicheldrüse, der Leber und der Galle helfen soll. Die Bitterstoffe regen die Speichelsekretion an. Winterhart.

Thymian

- **Thymian deutscher (*Thymus vulgaris*)**
Thymiantee soll schleimlösend und beruhigend auf die Bronchien wirken. Ein lauwarmen Tee mit einem Löffel Honig kann wahre Wunder wirken. Winterhart.
- **Thymian Zitronen (*Thymus Hybride*)**
Angenehm zitroniges Aroma im Tee, wüchsige Sorte mit rosa Blüten. Verträgt auch etwas Schatten.

Weinraute (*Ruta graveolens*)

Sie schmeckt sehr bitter und darf nur ganz sparsam verwendet werden, da sie in höherer Dosis genossen giftig ist. Sie soll ein sehr gutes Mittel gegen Verrenkungen bei Hand- und Fußgelenken sein (als Umschlag). Wird auch zur Herstellung von Grappa verwendet. Winterhart.

Wermut (*Artemisia absinthum*)

Wermut muss allein stehen, da er andere Pflanzen durch Wurzelausscheidungen im Wachstum beeinflusst. Er hat jedoch einen positiven Einfluss auf Johannisbeersträucher. Wird bei der Herstellung von Kräuterschnäpsen und Bitterlikören verwendet (Absinth). Soll auch bei Magenverstimmungen, Appetitlosigkeit, Verdauungsstörungen und Blähungen hilfreich sein. Hildegard-Kraut, winterhart.

Ysop blau (*Hyssopus officinalis*)

Ysop-Tee soll schleimlösend, appetitanregend und verdauungsfördernd wirken. Die Erde sollte durchlässig, kalkhaltig und sonnig sein, dann erscheinen den ganzen Sommer über kleine, tiefblaue Blüten.

Zitronenstrauch / Zitronenverbene (*Aloysia triphylla*)

Der Tee aus den Blättern der Zitronenverbene schmeckt köstlich und hat eine leicht belebende Wirkung. Sollte im Haus bei etwa 10°C überwintern, zurückgeschnitten werden und nach den Eisheiligen wieder ins Freie gesetzt werden – oder die Pflanze neu kaufen. Ein „Muss“ für Teeliebhaber.

Gemüse

Fruchtgemüse gibt es ab der 2. April-Hälfte. Dazu zählen Paradeiser, Paprika, Chili, Pfefferoni, Gurken, Zucchini, Melanzani und Kürbis.

Spargel (*Asparagus officinalis*)

Der Vorteil von grünem Spargel ist, dass er nicht angehäufelt werden muss. Geerntet kann ab dem 2. bis 3. Jahr werden. Düngen Sie Spargel regelmäßig mit Kompost oder Brennesseljauche. Das Rhizom überwintert bei bis zu -15°. Zum Anpflanzen heben Sie einen Graben von 40 cm Breite und 25 cm Tiefe aus. Der Abstand von Zeile zu Zeile soll 35 cm betragen. Wenn Sie kein Spargelbauer werden wollen, dann reichen auch zwei Pflanzen für die Familie, und Sie brauchen nicht so viel Platz. Der Boden sollte humusreich und tiefgründig sein, reichern Sie ihn mit etwas Sand an. Der Standort soll windgeschützt und sonnig sein. In der Regel Ende April mit der Ernte beginnen. Sie können 10 Jahre köstlichen Spargel von Ihren Pflanzen genießen.

Andenbeere (*Physalis peruviana*)

Auch Kapstachelbeere genannt, benötigt einen sonnigen, warmen Standort. Die Früchte mit vertrockneten Lampionhüllen ernten. Unreife Früchte sind giftig. Verträgt keinen Frost, wäre im Glashaus aber mehrjährig.

Artischocke (*Cynara scolymus*)

2-jährige Pflanze, kann bei warmem Wetter aber auch schon im 1. Jahr zur Blüte kommen. Benötigt sehr guten Boden.

Monatserdbeere (*Fragaria vesca v. hortensis*)

Ernten Sie den ganzen Sommer über köstliche Früchte mit tollem Aroma.

Mangold

Wie Blattspinat zu verwenden.

Gurken

- **Marketmore**
Feldgurke wird nicht bitter, sehr ertragreich, krankheitstolerant.
- **La Diva**
Wüchsige Snackgurke, 15–20 cm lang, besonders guter Geschmack.

Auberginen

- **Violetta lunga**
Schlanke, kräftige Frucht, benötigt viel Wärme.
- **Tsakoniki**
Reichtragende, violett-weiß gezeichnete Sorte, mittelfrühe Ernte, Freilandkultur.

Malabar-Spinat

1-jährige Kletterpflanze, Triebe 2 m und länger. Junge, zarte Blätter zum Salat roh oder zum Eindicken von Suppen und Soßen. Einige Blätter mitkochen. Vollsonniger Standort, düngen, auch als Zierpflanze geeignet.

Zucchini

- **Zuboda**
Grün, geringer Kernhausanteil, Ernte ca. 6 Wochen nach der Pflanzung, guter Ertrag.

Tomaten – Paradeiser

Cocktailtomaten:

- **Anabelle**
Ertragreich, viele 2-3 cm große, rote, süße Früchte an langen Trauben.
- **Black Cherry**
Reichtragende, lange Rispen, kleine, dunkelviolette Früchte, sehr aromatisch.
- **Rote Ribisel Wildtomate**
Mit 1,5 cm großen, leuchtend roten Früchten übersäte Pflanze, äußerst aromatisch im Geschmack, verlocken sie zum Naschen. Ohne Anbinden und Ausgeizen.
- **Yellow Submarine**
Gelb, geschmackvoll. Viele kleine Früchte in langen Trauben.
- **Zuckertraube**
Lange Trauben mit süßen roten Früchten, Gewächshaus oder Regenschutz.

Weitere Sorten:

- **Artisan Blush Tiger**
Mittelfrühe Stabtomate mit zahlreichen pflaumenförmigen, platzfesten Früchten in Gelb mit rosa und orangefarbener Flammung. Süß-aromatischer Geschmack.
- **Artisan Pink Tiger**
Mittelfrühe Stabtomate, starker gesunder Pflanzenaufbau, spitz zusammenlaufende, rot-gold geflammte, knackige Früchte mit süß-kräftigem Geschmack.
- **Artisan Green Tiger**
Starkwüchsige Stabtomate mit glatten, dattelförmigen Früchten. Sie glänzen in Gold- und Grüntönen. Süß-fruchtiges Aroma.

- **Auriga**
Orangefarbene, halbhohle Stabtomate, gute Freilandhaltung, saftiges Fruchtfleisch, Salattomate, 50-100 g schwere Früchte.
- **Banana Legs**
Buschtomate, längliche gelbe Früchte, für Saucen, mittlere Reife.
- **Berner Rose**
Große Frucht. Fleischtomate, ausgezeichneter Geschmack.
- **Donatellina**
Datteltomate mit tiefroten, platzfesten Früchten. Sie haben ein ausgezeichnetes, süßfrisches Tomatenaroma. Lange haltbar.
- **German Gold**
Riesige, flachrunde Fleischtomate, in der Mitte rot geflammt, geschützter Anbau, wunderbares Aroma.
- **Goldene Königin**
Freilandtomate, goldgelbe, mittelgroße Frucht, milder, aromatischer Geschmack.
- **Green Zebra**
Grün bis grüngelb gestreifte Früchte, Fleisch saftig mit feinem Geschmack, Schale dünn, platzfest, mittelspät.
- **Hellfrucht**
Freilandtomate mit hohem Ertrag, früh, auch bei wechselhaftem Wetter, widerstandsfähig.
- **Liguria**
Beliebte Sorte aus der Gruppe der Ochsenherz-Tomaten, beutelförmige, längsgefurchte Frucht, frischer, aromatischer, süßer Geschmack.
- **Matina**
Früheste Freilandtomate, mittelgroße, leuchtend rote, platzfeste Früchte.
- **Ochsenherz**
Großfruchtige Fleischtomate, mittelspäte, alte Sorte.
- **Ochsenherz Orange**
Frühreifend, feines, fruchtiges Aroma.
- **Olena Ukrainian**
Große, flachrunde Fleischtomate, fruchtiger Geschmack mit wenig Säure, frühe und lang anhaltende Ernte.
- **Red Cavern**
Dickwandige, fleischige Früchte, innen fast hohl. Zum Füllen, Einkochen und Trocknen.
- **Rio Grande**
Ovallängliche, dickfleischige, rote, sehr feste Früchte, ertragreich, mittlere Erntereife. Geeignet für Saucen.
- **Roma Striée**
Festfleischige Flaschentomate, rot-gelb-orange geflammte Früchte. Besonders aromatischer Geschmack. Für Saucen und Salate.
- **Rosa**
Sehr große, runde bis flachrunde Fleischtomate, hervorragender Geschmack, festes, saftiges Fruchtfleisch, feine Haut, dennoch platzfest.

- **San Marzano**
Klassische italienische Pelati, längliche Form, schnittfest zum Konservieren, für Tomatenmark und für Salate bestens geeignet.
- **Shimmeig Creg**
Wunderschöne, ockergelb-rot geflammte, glänzende Stabtomate, fleischig und saftig. Für Freiland geeignet. Besonders guter Geschmack, Sorte auf Schnüren oder Stäben festbinden, da der Stamm wenig elastisch ist und leicht bricht.
- **Tschernij Prinz**
Fleischtomate, braunrote, flachrunde Früchte, herausragend guter Geschmack, fleischig und sehr saftig. Früh einsetzende Ernte.
- **Jani**
Sehr frühe Freiland-Buschtomate, ca. 7 cm große Früchte, für Freiland- und Topfkultur, nicht oder nur wenig ausgeizen, tolerant gegen Kraut- und Braunfäule.

Pfefferoni

Schärfe: Je niedriger die Zahl, desto milder ist der Pfefferoni oder Chili.

- **Milder Spiral**
Schärfe: **0**. Sehr langer, spitzer, spiralförmiger Pfefferoni, reift von gelbgrün auf rot ab, mitteldickes Fruchtfleisch.

Chili

- **Chili Jalapeño**
Schärfe: **2,5–4**. Sehr ertragreich, dickfleischig, 7 cm lang, 3 cm breit, kräftiges Rot, fruchtig-angenehme Schärfe.
- **Mini-Chili (Bonsai-Chili)**
Schärfe: **4–6**. Trägt das ganze Jahr, oft Blüten, unreife und reife Früchte gleichzeitig an einer Pflanze. Sehr dekorative Sorte, 5–10 mm kleine Früchte. Im Winter gut für die Fensterbank geeignet.
- **Kusburnu**
Schärfe: **5–6**. Aufrecht wachsende Fruchtstände mit zahlreichen, von Grün auf Rot abreifenden Früchten. Sehr gut für Chilipulver geeignet.
- **Chili Bolivian Rainbow**
Schärfe: **5–7**. Früchte mit prächtigem Farbenspiel: leuchten erst lila, dann gelb, orange und schließlich rot. Besonders schön, wenn mehrere Schoten in verschiedenen Stadien an einer Pflanze hängen. Ein Hingucker.
- **Chili Habanero Rot**
Schärfe: **6–8**. Dünnwandige, ertragreiche Sorte mit fruchtig-aromatischem Geschmack, 5 cm lange und 3 cm breite Früchte.
- **Chili Habanero Golden**
Schärfe: **9–10**. Hellgrün auf gelb reifend, ca. 6 cm lange Früchte, tropisch fruchtiges Aroma. Stammt aus Mexiko.

Paprika

- **Barkan**
Blockpaprika, mittelfrüh, sehr ertragreich, frisch-fruchtiges Aroma, reift von dunkelgrün auf rot ab.
- **Cornetto**
Süße, spitz zulaufende Frucht, reift von grün auf rot ab. Sehr gut für die Jause geeignet.
- **Corno Giallo**
Starkwachsende Sorte, 17–20 cm lange, spitze Früchte, reift von dunkelgrün auf gelb.
- **Cubo Orange**
Blockpaprika, **dickwandig** mit süß-fruchtigem Geschmack. Färbt sich von dunkelgrün auf tieforange.
- **Glockenpaprika**
An der Spitze mild, zum Samengehäuse hin schärfer. Sehr gut zum Füllen mit Frischkäse oder zum Einlegen. Auch als Kübelpflanze eine Zierde.
- **Hamik**
Kinderpaprika, kleine, orange, knackige Früchte mit süßem Geschmack. 5–7 cm lang, auch für Kübelkultur geeignet.
- **Montana**
Frühe Sorte für das Freiland, kompakte Pflanze. Sehr große, langgezogene, spitze, schwere Früchte (ca. 16 cm lang, Wandstärke 5 mm). Reift von hellgelb auf rot. Kann in allen Reifestadien geerntet werden. Geeignet für den Frischverzehr und zum Einlegen.
- **Neusiedler Ideal**
Grüner, **dünnfleischiger** Paprika, bestens zum Füllen geeignet.
- **Pusztagold**
Ertragreiche Paprika mit großen, **dickwandigen**, grün fleischigen Früchten. Sehr gut zum Füllen geeignet.
- **Quadrato d'Asti Giallo**
Kräftig gelber Blockpaprika mit guten Erträgen. Mittelfrühe Sorte mit **mitteldickwandigen** Früchten. Optimaler Erntezeitpunkt, wenn die Farbe von grün auf gelb umschlägt.

Asia-Salat

Über den Herzen die Blätter abschneiden, dann kann die Pflanze weiter wachsen. Blätter mit zart-würzigem, senfigem oder leicht scharfem Geschmack. Verleiht jedem Salat eine frische Note.

Kürbis

- **Butternut Waltham**
Wärmeliebender, birnenförmiger Kürbis.



- **Hokkaido Orange**

Das orange Fruchtfleisch hat ein kastanien ähnliches Aroma. Die Schale kann mitgegessen werden.

Blumen wie in Omas Garten

Löwenmäulchen (*Antirrhinum majus*)

Höhe: 30–40 cm, Blüte von Juli bis Oktober. Sonnige Lage, nährstoffreicher Boden, hoher Düngerbedarf.

Gewürztagetes (*Tagetes tenuifolia*)

Höhe: 30 cm, kompakt wachsende Pflanze mit leuchtend gelb-orangen, wohlschmeckenden Blüten. Köstliches Gewürz in Salaten, Süßspeisen und Punsch.

Portulakröschen (*Portulaca grandiflora*)

Höhe: 10–15 cm, die Farbtöne der 3–4 cm großen, einfachen Blüten reichen von Gelb und Lachs bis Scharlachrot. Für heiße bis trockene, vollsonnige Standorte.

Sommeraster (*Callistephus chinensis*)

Höhe: 80 cm, Blüte bunt, von Juli bis September. Schöne Schnittblume, mittlere Düngegabe.

Sonnenblume (*Helianthus annuus*)

Zwerg-Sonnenblume, niedrig und kompakt wachsend. Ideal für Beete, Töpfe und Balkone. Höhe: 30–50 cm.

Stockrose Gelb (*Alcea rugosa*)

Mehrjährige Blütenstaude mit gelben, einfachen Blüten (Insektennahrung). Traditionelle Bauern- und Hausgartenpflanze, wenig anfällig für Rost. Höhe: 1,5 m.

Strohblume (*Helichrysum bracteatum*)

Höhe: 40 cm, Blüte von Juli bis September. Einjährige, bunte Farbmischung. Zum Trocknen im knospigen Zustand schneiden und mit der Blüte nach unten aufhängen.

Studentenblume (*Tagetes erecta*)

Große gefüllte und ungefüllte Blüten in Gelb und Orange, bis zu 1 m hoch. Gut als Schnittblume geeignet.

Alant (*Inula helenium*)

Schöne Solitärstaude mit Blüten wie kleine Sonnenblumen. Höhe: 200 cm, winterhart.

Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*)

Bunte Mischung, nicht rankend.

Kornblume (*Centaurea cyanus*)

Blaue Blüten, früher Ackerunkraut, heute beliebte Blume im Staudenbeet. Nicht winterhart.

Lavendel „Hidcote Blue“ (*Lavandula angustifolia*)

Schöne, dunkelviolette Blütenstängel. Gut geeignet für eine niedrige Lavendelhecke.

Goldmelisse (*Monarda didyma*)

Auch Indianernessel genannt. Sie blüht in kräftigem Rot von Juni bis Oktober. Winterhart.

Ringelblume (*Calendula officinalis*)

Ein schöner, oranger Fleck im Garten. Anspruchslos.

Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*)

Schön zu jeder Jahreszeit. Die Blüte bezaubert und der Duft beglückt das ganze Jahr. In geschützter Lage. Winterhart.

Rosenweihrauch (*Iboza riparia*)

Wuchsfreudig. Die Blätter duften schon bei leichter Berührung nach Weihrauch und Rosen, zum Räuchern sehr geeignet. Im Herbst zurückschneiden und im Haus oder Keller überwintern. Immer sparsam gießen.

Zum Abschluss möchte ich Ihnen noch ein paar besondere Helfer im Garten in Erinnerung rufen. Ohne sie müssten wir von Blüte zu Blüte eilen und mit dem Pinsel die Arbeit der Befruchtung übernehmen. Ich meine alle Arten von Bienen, Hummeln, Wespen und der Schönheit wegen, auch die Schmetterlinge. Ungefüllte Blüten sind für diese Tiere besonders geeignet.

- Andorn
- Basilikum
- Bohnenkraut
- Borretsch
- Dill
- Echinacea
- Kerbel
- Koriander
- Lavendel
- Löffelkraut
- Majoran
- Melisse
- Minze
- Oswegokraut
- Salbei
- Thymian
- Quendel
- Ysop