

Anleitung für die Anlage eines Naschgartens

1. Einleitung

Unter einem Naschgarten verstehen wir ein Fleckchen im Garten, an dem essbare Pflanzen wachsen. Das können Obst oder Gemüse sein, aber auch Kräuter oder essbare Wildpflanzen. Die Gemeinsamkeit ist, dass die Pflanzen bzw. deren essbare Teile „von der Hand in den Mund“ genossen werden können.

Im Kindergarten gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, einen Naschgarten anzulegen. Zum Beispiel als kleines Beet in einer Ecke des Gartens, aber auch in Töpfen und Kübeln. So ein kleines Gärtchen, in dem die Kinder selbst säen, pflanzen, pflegen und ernten können, eignet sich wunderbar, um mit den Kindern die Wachstumsprozesse der Pflanzen im Jahresverlauf zu beobachten und den Kindern eine Idee davon zu vermitteln, was Pflanzen für ein gesundes Wachstum brauchen. Belohnt werden die kleinen Gärtnerinnen und Gärtner mit leckeren Blüten, Blättern oder Früchten.

In unserem Naschgarten wollen wir nicht nur Bio-Obst und Bio-Gemüse anpflanzen, sondern auch einige heimische Wildpflanzen. Wildpflanzen führten lange Zeit ein Schattendasein und wurden häufig pauschal als „Unkraut“ klassifiziert. Das über Jahrtausende nur mündlich weitergegebene Wissen über essbare Wildpflanzen ging fast verloren. Aufgrund ihres Geschmacks und ihrer gesundheitlichen Wirkung liegen Wildpflanzen sowie aromatische, biologisch gezüchtete Kultursorten bei Gastronomen, Gartenbesitzern und Bildungseinrichtungen wieder zunehmend im Trend. Dies trägt nicht nur dazu bei, dass das Wissen um deren Kultur, Pflege und Zubereitung wieder aktiviert und weitergegeben wird, sondern ermöglicht auch neue Geschmackserlebnisse – für Groß und Klein. Durch die Anlage eines Naschgartens mit heimischen Wildpflanzen können Sie einen Beitrag dazu leisten.



Bunte Blütenblätter sind Augen- und Gaumenfreude zugleich.

2. Checkliste Arbeitsmaterialien und Geräte

Für die Anlage eines Naschgartens benötigen Sie folgende Geräte und Materialien. Wird der Naschgarten mit Kindern angelegt, sollte das Werkzeug auch in kleinerer Kinder-Ausführung vorhanden sein.

Geräte und Materialien	Anzahl (je nach Beetgröße und Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern (TN))
Arbeitshandschuhe Erwachsene	Bringt jeder mit
Essbare Wildpflanzen/Küchenkräuter/Gemüse/ Saatgut/ Planung/Bestellung zusammen mit der Referentin	Ca. 5 Pflanzen pro Quadratmeter Bestellung bei einer Gärtnerei, die heimische Wildpflanzen anbietet (Adressen siehe Punkt 7)
Naschobst Bestellung/Beratung zusammen mit der Referentin	Je nach Beetgröße Bestellung bei einer Gärtnerei/Baumschule, die Bio-Obst anbietet (Adressen siehe Punkt 7)
Spaten	Je nach TN-Zahl
Grabgabel	Je nach TN-Zahl
Pflanzhacken	Je nach TN-Zahl
Rechen/Harke	1-2
Gartenscheren	1-2
Gießkannen mit Brause	1-2
Wasser zum Angießen	Mehrere Liter
Gütesicherter Grünkompost (nur bei nährstoffarmem Beet)	Ca. 1-2 kleine Schaufeln je Pflanzloch für Wildpflanzen/mediterrane Kräuter. Für Pflanzen mit höherem Nährstoffbedarf ausreichend Kompost zum Anreichern des Bodens.
Ggf. unbehandelte Holzpfosten zum Anbinden von Himbeeren/Brombeeren, dazu Sisalseil	Je nach Anzahl der Obstpflanzen
Gefäße (Töpfe/Kisten/Kübel) plus Substrat	Je nach Verwendungszweck

3. Vorbereitung und Ablauf

Pflanzenauswahl und -bestellung

Bevor Sie einen Naschgarten anlegen, müssen Sie (und die Kinder) entscheiden, welche Pflanzen dort wachsen sollen. Bei der Auswahl der **Pflanzenarten** spielen neben dem Geschmack vor allem die Boden- und Lichtverhältnisse eine wesentliche Rolle. Die **Anzahl der Pflanzen pro Art** richtet sich nach dem vorhandenen Platz (Bei Wildpflanzen rechnet man mit ca. fünf Pflanzen pro Quadratmeter, möglichst mindestens 3-4 Pflanzen pro Art). Bitte berücksichtigen Sie zusätzlich ggf. vorhandene Pflanzenanweisungen.

Bitte achten Sie bei den Wildpflanzen darauf, **heimische Wildpflanzen** zu verwenden. Diese können in der Regel nicht im regionalen Gartencenter oder in der nächstgelegenen Baumschule gekauft werden, da dort überwiegend Zuchtformen verkauft werden, die einen geringeren (oder gar keinen) ökologischen Wert haben. Um sicher zu gehen, dass Sie „echte“ (das heißt züchterisch unveränderte) Wildpflanzen gesicherter Herkunft erhalten, empfehlen wir, sich an eine der unten genannten Wildpflanzengärtnereien zu wenden (siehe Punkt 7). Dort erhalten Sie auch kompetente Beratung. Bestellen Sie die Pflanzen mit mindestens 14 Tagen Vorlauf, damit Sie zur Pflanz-Aktion sicher vorliegen.

Bei den Obst- und Gemüsepflanzen bzw. Kräutern empfehlen wir die Verwendung von **Biopflanzen**. Diese können sie entweder bei Biogärtnereien vor Ort oder ebenfalls bei den unter Punkt 7 genannten Bezugsadressen beziehen.

Wir haben für die Anlage eines Naschgartens eine **Liste von Pflanzen** zusammengestellt, die eine große Vielfalt bezüglich Geschmack, Blütenform und -farbe etc. aufweisen und relativ leicht zu kultivieren sind. Sollten Sie eine größere Vielfalt wünschen oder andere Pflanzen bevorzugen, empfehlen wir Ihnen, sich mit einer Wildpflanzengärtnerei in Verbindung zu setzen, um sich beraten zu lassen und Pflanzen zu finden, die für die Licht- und Bodenverhältnisse in Ihrer Einrichtung geeignet sind.

Pflanzen-Auswahl: Der Naschgarten – Essbare Kräuter und Beeren

Botanischer Name	Deutscher Name	Blütenfarbe	Blütezeit (Monat)	Höhe (cm)	Was lässt sich nutzen?
Malva moschata	Moschus-Malve	Rosa	6-10	40-80	Blüten und Blätter für Salat, Gemüse, Tee und Süßspeisen
Origanum vulgare	Wilder Majoran	Hellpurpur	7-9	20-50	Blüten und Blätter für Salat, Tee, als Gewürz
Bellis perennis	Gänseblümchen	Weißrosa	3-11	5-15	Blüten und Blätter
Myrrhis odorata	Süßdolde	Weiß	5-7	100-150	Blüten, Blätter, Samen in Süßspeisen
Lamium album	Weißes Taubnessel	Weiß	4-10	20-50	Blüten und Blätter als Salat oder Gemüse
Calendula officinalis	Garten-Ringelblume	Gelborange	6-11	25-50	Blüten, Blätter für Salat, Tee, Salben
Rumex acetosa	Großer Sauerampfer	Rötlich	5-8	30-100	FrISChe Blätter
Allium schoenoprasum	Schnittlauch	rosa	5-8	20-40	FrISChe Blätter
Mentha x piperita Chocolate	Schokoladen-Minze	Lila	7-9	40-60	FrISChe Blätter
Mentha x rotundifolia Bowles	Bowles Apfel-Minze	Lavendelblau	6-8	40-60	FrISChe Blätter
Fragaria vesca	Walderdbeere	Weiß	5-6	5-15	Früchte, Blätter als Tee
Rovada	Rote Johannisbeere	--	--	80-120	Früchte
Schönemann	Rote Himbeere, Sommerhimbeere	--	--	80-250	Früchte, Blätter für Tee
Aroma-Queen (R) aromgueue	Rote Himbeere, Herbsthimbeere	--	--	140-180	Früchte, Blätter für Tee
Solanum lycopersicum	Tomate "Rote Murrel"	--	--	140-180	Früchte
Solanum lycopersicum	Tomate "Golden Current"	--	--	140-180	Früchte

Boden-/Beetvorbereitung

Schauen Sie sich die Fläche gemeinsam an und legen Sie die erforderlichen Werkzeuge bereit.

Bereiten Sie den Boden nach „guter gärtnerischer Praxis“ vor. Das bedeutet:

- Entfernen Sie sich schnell ausbreitende Beikräuter (bekannt auch als Unkraut), z. B. Weißer Gänsefuß, Vogelmiere etc. Insbesondere bei Arten, die sich über Ausläufer vermehren, z. B. Giersch und Ackerwinde, sollten Sie unbedingt darauf achten, auch die unterirdischen Ausläufer möglichst vollständig zu entfernen.
- Lockern Sie den Boden auf. Dazu einfach mit einer Grabgabel die Erde vorsichtig anheben oder den Stiel leicht hin und her bewegen. Damit bringen Sie Sauerstoff in die Erde, sie wird krümelig und bietet allen Pflanzen genügend Platz, ihre Wurzeln auszubreiten. Ein Umgraben des Bodens ist nur dann nötig, wenn ein bisher ungenutztes Stück zum Beet umgewandelt werden soll oder der Boden schwer und lehmig ist.
- Wildpflanzen und mediterrane Kräuter haben einen geringen Nährstoffbedarf. Sehr lehmiger bzw. nährstoffreicher Boden (gut knet- bzw. rollbar, leicht glänzend) kann mit Sand (z. B. altem Spielsand aus der Sandkiste) abgemagert werden.
- Dort, wo Kräuter, Obst- oder Gemüsepflanzen mit höherem Nährstoffbedarf gepflanzt werden sollen, kann die Gartenerde mit gütegesichertem Grünkompost angereichert werden.

Entscheiden Sie, ob Sie eine Beetbegrenzung anlegen wollen. Falls ja, schauen Sie, ob Sie ggf. bereits vorhandene Steine, Hölzer etc. nutzen können. Ohne Beetbegrenzung geht es aber auch.

Pflanzung

- Sichten Sie die bestellten Pflanzen, schauen Sie sich die Etiketten an: Wie heißen die Pflanzen? Wie hoch werden sie? Wann blühen sie? Da auf den Etiketten in der Regel keine Bilder sind, bietet es sich an, ein bebildertes Bestimmungsbuch hinzuzuziehen.
- Legen Sie die Pflanzen auf der vorbereiteten Beetfläche aus (bei Wildpflanzen rechnet man ca. fünf Pflanzen pro Quadratmeter). Dabei sollten Sie die Pflanzen so gruppieren, dass die größeren Arten hinten stehen, die kleineren vorne. Pflanzen einer Art sollten in Gruppen zusammenstehen, dann werden Sie von den Insekten besser gefunden.
- Heben Sie nun die Pflanzlöcher aus. Die Größe der Pflanzlöcher richtet sich nach der Größe der Wurzelballen der Pflanzen. Hier gilt der Grundsatz: Das Pflanzloch sollte (mindestens) doppelt so groß sein wie der Wurzelballen. Die Erde unterhalb des Pflanzloches sollte gelockert werden.
- Bei der Pflanzung von Wildpflanzen und mediterranen Kräutern in Magersubstraten (z. B. sand- und/oder kieshaltige Böden) werden ein bis zwei kleine Gartenschaufeln Grünkompost ins Pflanzloch gefüllt (Bezugsquellen siehe Punkt 7). Bei Verwendung des vorhandenen Gartenbodens wird kein Kompost hinzugegeben.
- Setzen Sie nun die Pflanzen in die Pflanzlöcher und füllen Sie den Rest des Loches mit der ausgehobenen Erde auf. Achten Sie darauf, dass die Wurzelballen nicht aus der Erde herausragen, da die Pflanzen sonst schnell vertrocknen.
- Gießen Sie die Pflanzen bei jedem Wetter gut an.
- Himbeeren und Brombeeren benötigen Rankhilfen. Pflanzen Sie sie in der Nähe einer solchen oder schlagen Sie einen Pfosten ein zur Befestigung der Triebe.

4. Pflege

- › Wildpflanzen sind robust und müssen nur im Pflanzjahr regelmäßig gegossen werden, vor allem in den ersten drei bis vier Wochen. Anschließend sollten sie dann ohne extra Wasser auskommen (Ausnahmen evtl. bei extrem trockener Witterung oder bei der Verwendung von Töpfen). Nutzen Sie möglichst Regenwasser zum Gießen.
- › Gemüse und Küchenkräuter müssen regelmäßig gegossen werden, Obst bei längerer Trockenheit auch.
- › Jäten Sie unerwünschte Beikräuter (Brennnessel, Ampfer, Giersch, Gehölzsämlinge...) - je früher, desto leichter lassen Sie sich entfernen.
- › Das Bodenleben kann durch natürliche Mulchmaterialien (z. B. Grasabschnitt, Laub, Küchenabfälle) oder Gründüngung gefördert werden.
- › Bei Obst- und Kulturpflanzen ist eine regelmäßige Nährstoffversorgung mit Kompost oder organischem Dünger erforderlich. Der Einsatz von torfhaltigen Erden sowie von chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmitteln, Düngemitteln und Bodenhilfsstoffen ist im naturnahen Garten tabu.
- › Schneiden Sie alte Fruchtstände und Stängel im Herbst nicht zurück, sondern lassen Sie sie überwintern. Im Frühjahr (ab Anfang April) können störende Pflanzenreste entfernt werden, Blätter und dünne Stängel verbleiben (aus ökologischen Gründen) auf dem Beet. Bei Entfernung von großen Pflanzenstängeln sollten die Reste unbedingt für drei bis vier Wochen separat gelagert werden, damit darin überwinternde Insekten ihr Quartier verlassen können. Wer Platz hat, kann die Stängel auch in einer Gartenecke lagern (Reisighaufen).
- › Sommer-Himbeeren werden im Herbst zurückgeschnitten, Herbsthimbeeren und Brombeeren bis Februar.

5. Nutzung mit den Kindern

- › Mit Kindern säen und Pflänzchen setzen
- › Pflanzenpatenschaften vergeben
- › Entwicklungszyklus der Pflanzen beobachten und erklären
- › Blüten im Tageslauf bzw. bei verschiedenen Witterungen beobachten (öffnen/schließen/Farbveränderungen)
- › Tiere beobachten: Blütenbesucher, Pflanzenfresser. Welche Tiere sammeln Pollen, Nektar, Samen, Beeren?
- › Essbare Pflanzenteile anschauen und erklären, welcher Teil geerntet wird (Blatt, Spross, Blüte, Knolle, Fruchtformen usw.)
- › Einige Kräuter und Wildpflanzen zur Blüte und Samenreife kommen lassen. Samen ernten und im nächsten Jahr wieder aussäen
- › Sinne schärfen: Tasten (raue Blätter), Sehen (Vielfalt), Riechen (Duftpflanzen), Hören (Summtöne Bienen), Schmecken (Bärlauch)
- › Naturmemory zu Wildpflanzen erstellen

6. Quellen

- › Bohne, Burkhard; Volk, Renate und Dittus-Bär, Renate (2014): Kräutergarten kompakt. Eugen Ulmer Verlag. ISBN-10: 3-8001-8095-2
- › Boomgaarden, Heike; Oftring, Bärbel und Olli, Werner (2011): Natur sucht Garten. 35 Ideen für nachhaltiges Gärtnern. Eugen Ulmer Verlag. ISBN-13: 978-3800174997
- › Bühring, Ursel (2012): Blütenküche. farbenfroh - dekorativ - lecker. Eugen Ulmer Verlag. ISBN-13: 978-3800175772
- › Fleischhauer, Steffen Guido (2013): Enzyklopädie Essbare Wildpflanzen. AT Verlag. ISBN-13: 978-3038007524
- › Mann, Christina und Stickler, Friedhelm (2013): Aus dem Reich der wilden Kräuter. pala Verlag. ISBN-13: 978-3895663161
- › Nentwig, Celia und Henckel, Hella (2014): Meine neuen Wildpflanzen-Rezepte: Mit vielen Deko-Ideen. Eugen Ulmer Verlag. ISBN-13: 978-3800180905
- › Weitere Literaturempfehlungen finden Sie in der Literaturliste auf www.kinder-garten.de.

7. Weiterführende Informationen

- › www.gaertnerei-strickler.de: Bei der Kräuter- und Wildpflanzengärtnerei kann man heimische Wildpflanzen bzw. Wildpflanzensaatgut bestellen (mit Online-Shop).
- › www.rieger-hofmann.de: Die Rieger Hofmann GmbH bietet Samen und Pflanzen gebietsheimischer Wildblumen, Wildgräser und Wildgehölze aus gesicherten Herkünften an (mit Online-Shop).
- › www.hof-berggarten.de: Der Hof Berggarten bietet Wildpflanzen und Samen für Wildblumenwiesen und Naturgärten an (mit Online-Shop).
- › www.bingenheimersaatgut.de: Die Bingenheimer Saatgut AG bietet samenfestes Saatgut aus biologisch-dynamischer Züchtung.
- › www.dreschflegel-saatgut.de: Die Dreschflegel GbR vermehrt, züchtet und vermarktet Öko-Saatgut (mit Online-Shop).
- › www.gartenrundbrief.de/biogarten_baumschulen.php: Übersicht ökologischer Baumschulen in Deutschland (nicht vollständig).
- › www.oekologischebaumschulen.de: Ökologische Baumschulen in Deutschland, die Mitglieder in der Arbeitsgemeinschaft Ökologische Baumschulen e.V. sind.
- › www.kompost.de: Internetseite der Bundesgütegemeinschaft Kompost e.V. , auf der Sie nach Produzenten und Lieferanten für Gütegesicherten Grünkompost in Ihrer Region recherchieren können.
- › www.aid.de: Hier kann unter anderem die Broschüre „Giftige Pflanzen - im Garten, Haus und öffentlichen Grün“ bestellt werden.