

Natürlich düngen

GRÜNDUNGSPFLANZEN schützen die Beete über den Winter – und stärken den Boden auf naturgemäße Weise

HANNOVER. Ein paar Salatköpfe sind noch übrig, die Rote Bete steht kurz vor der Ernte, nur der Grünkohl ist noch nicht erntereif. Mit dem Ende des Sommers neigt sich die Gemüseernte dem Ende zu. Jetzt wird das letzte Wintergemüse gepflanzt – oder die Beete werden für den Winter geräumt. Für den Geschmack von Sibylle Maurer-Wohlatz wird es dabei in vielen Gemüsegärten etwas zu sauber. Die Vorsitzende des BUND Region Hannover beschäftigt sich seit Jahren mit

dem naturnahen Gärtnern. „Wenn ich im September durch die Kleingärten gehe, sehe ich oft leere Gemüsebeete. Statt sie brach liegen zu lassen, kann ich sie viel besser für Wintergemüse oder eine Gründüngung nutzen“, sagt sie. Unter Gründüngung versteht man eine natürliche Methode zur Bodenverbesserung. Dabei werden bestimmte Pflanzenarten ausgesät, die später ganz oder teilweise in den Boden eingearbeitet werden. „Ziel ist es,

den Boden ganzjährig zu bedecken. Die Begrünung schützt auch in der kalten Jahreszeit vor Austrocknung, Frost und Erosion. Außerdem kann Wasser besser versickern, Nährstoffe werden nicht ausgewaschen und bleiben im Boden“, erklärt Maurer-Wohlatz. Zudem wird Humus aufgebaut, der das Bodenleben nährt – das wiederum fördert die Bodengesundheit und damit das gute Wachstum der Gemüsepflanzen, die später ins Beet gesetzt werden. Gleichzeitig lockern die Pflanzenwurzeln den Boden und machen ihn durchlässiger.

UNZÄHLIGE GEEIGNETE SORTEN

Wann können Hobbygärtner eine Gründüngung in Erwägung ziehen? Sobald ein Teil des Gemüsegartens brach liegt. Das muss nicht unbedingt im Herbst oder Winter sein, aber die Zeit nach der Ernte im Sommer bietet sich dafür an – sofern kein Wintergemüse angebaut wird, bleiben die Beete meist ungenutzt. Pflanzensorten, die sich für eine Gründüngung eignen, gibt es unzählige. Maurer-Wohlatz unterscheidet zwischen winterharten und solchen, die im Winter abfrieren. „Phacelia und andere Sorten, die durch den Frost von alleine absterben, machen es Hobbygärtnern besonders leicht“, so die Naturgärtnerin. Wenn im Frühjahr die Gartensai-

son wieder beginnt, werden abgestorbene Pflanzenreste einfach in den Boden eingearbeitet. Etwas mehr Arbeit machen winterharte Pflanzen wie Roggen. Er überdauert die kalte Jahreszeit und wird im Frühjahr mit dem Rasenmäher gemäht. Das Schnittgut bleibt zwei bis drei Wochen im Beet liegen und wird später eingearbeitet.

Die einzelnen Pflanzenarten, die in einer Gründüngung gesät werden, bringen unterschiedlichen Mehrwert für den Boden. Das erklärt die Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen auf ihrer Internetseite: Sonnenblumen, Ölrettich oder Bitterlupinen lockern mit ihren tief reichenden Wurzeln die unteren Bodenschichten auf. Leguminosen, zu denen Erbsen, Bohnen, Wicken, Klee und Lupinen gehören, bringen mithilfe bestimmter Bakterien Stickstoff in den Boden. Für jeden Gartenboden gibt es daher die passenden Gründüngungspflanzen. Für die Aussaat im Herbst eignet sich etwa Winterraps. Sind Böden ausgelaugt, lässt sich mit Ackerbohnen oder Klee die Nährstoffversorgung verbessern. Tiefwurzler wie Leinsaat holen Nährstoffe aus tieferen Bodenschichten nach oben – besonders auf sandigen Böden ist das von Vorteil.

Bei der Auswahl der geeigneten Pflanzenart spielt auch der Zeitpunkt der Aussaat eine Rolle: Spätestens im September sollte die Gründüngung ausgesät werden, so die BUND-Mitarbeiterin. Je früher die Gründüngung im Spätsommer erfolgt, desto größer ist die Sortenauswahl für Hobbygärtner und Hobbygärtnerinnen. Wer die Gemüseernte sehr spät beendet – und damit auch die Gründüngung erst später im Herbst sät –, könne noch auf Kulturen wie Phacelia, schnell wachsenden Senf oder Buchweizen zurückgreifen. Andere Pflanzen, wie Inkarnat-Klee müssen dagegen zeitiger ausgesät werden.

Grundsätzlich gilt: Verkehrt machen kann man im Grunde nur wenig – im schlimmsten Fall



Für jeden Boden und seine speziellen Bedürfnisse gibt es die passenden Pflanzen für eine Gründüngung, zum Beispiel die Winterwicke. Fotos: Pixabay

läuft das Saatgut einfach nicht auf. Man kann daher unbesorgt mit unterschiedlichen Sorten experimentieren.

Laut Maurer-Wohlatz und den Experten der Landwirtschaftskammer NRW sollte jedoch unbedingt die Fruchtfolge beachtet werden: Wo im nächsten Jahr Kohl oder andere Kreuzblütler wachsen, haben Senf, Raps, Kresse und andere Kreuzblütlerpflanzen als Gründüngung nichts zu suchen. Laut der Landwirtschaftskammer wird dadurch die Pflanzenkrankheit Kohlhernie gefördert. Auch andere Arten aus der gleichen Familie sollten nicht hintereinander angebaut werden – Ringelblumen sind zwar gut für die Bodengesundheit, aber keine passende Gründüngung für Beete, in denen Salat angebaut wurde oder im Folgejahr werden soll.

AUCH IN KÜBELN GEEIGNET

Wer noch keine Erfahrung mit Gründüngung gesammelt hat oder unsicher ist, dem rät Maurer-Wohlatz, im Gartenfachhandel nach einer Gründüngungsmischung zu fragen. Darin sind verschiedene Sorten enthalten, die den Boden auf unterschiedliche Weise stärken.

Auch in Kübeln fördert eine Gründüngung das Bodenleben: Einfach den Boden ebnen, das Saatgut austreuen und vorsich-

tig einarbeiten. Wasser braucht die Gründüngung nur bei anhaltender Trockenheit. Im Folgejahr sieht man die Früchte seiner Arbeit. Wenn auch nicht im wörtlichen Sinne. „Schon nach kurzer Zeit tummeln sich Massen an Regenwürmern in der abgestorbenen Gründüngung“, sagt Maurer-Wohlatz. „Ein klares Zeichen, wie gut die Gründüngung für das Bodenleben ist.“

Auch in Kübeln fördert eine Gründüngung das Bodenleben: Einfach den Boden ebnen, das Saatgut austreuen und vorsichtig einarbeiten.

DAS EIGNET SICH ALS ZWISCHENFRUCHT

- Phacelia: Lässt sich auch Ende September noch säen. Für alle Gemüsekulturen geeignet. Nicht winterhart.
- Buchweizen: Lässt sich ebenfalls Ende September noch säen. Tiefwurzler Nicht winterhart.
- Gelbsenf (Kreuzblütler): Lässt sich auch Ende September noch säen. Nicht nach/vor Kohl, Radieschen oder anderen Kreuzblütlern säen. Lockert den Boden dank großer Wurzelmasse. Nicht winterhart.
- Ölrettich: Nicht nach/vor Kohl, Radieschen oder anderen Kreuzblütlern säen. Lockert verdichteten Boden dank tiefer Wurzeln. Nicht winterhart.
- Deutsches Weidegras: Macht Boden feinkrümelig. Winterhart.
- Esparsette: Sammelt Stickstoff. Nicht vor/nach Bohnen/Erbsen anbauen. Winterhart.
- Winterroggen: Macht Boden feinkrümelig. Für alle Gemüsekulturen geeignet außer Zuckermais. Winterhart.
- Winterwicke: Sammelt Stickstoff, hat eine große Wurzelmasse. Nicht vor/nach Bohnen oder Erbsen säen. Winterhart.



Der Buchweizen als Gründüngungspflanze lässt sich auch bis Ende September noch säen.

DVD-TIPP

EIN PROVOKANT VERDORBENES MUSICAL

Zwei rivalisierende Geschäftsmänner finden heraus, dass Sie eineiige Zwillinge sind, die getrennt aufwuchsen. Sie schmieden einen ausgeklügelten Plan, um die Familie wieder zusammenzuführen. Durch geschickte Manipulation und Tauschen ihrer Plätze versuchen Craig und Trevor ihre schrägen Eltern wieder zusammenzubringen, dabei lassen Sie keine Provokation und passende Gesangs- und Tanzeinlage aus. Doch sie stoßen auf einige Herausforderungen, die sie auf die Probe stellen. In diesem zügellosen und verdorbenen Musical von Comedy-Legende Larry Charles („Seinfeld“, „Borat“) überzeugen neben Aaron Jackson und Josh Sharp Ikonen wie Megan Thee Stallion, Nathan Lane, Megan Mullally und Bowen Yang als Gott. Wir verlosen 3 mal 1 DVD (Näheres steht im Rätsel dieser Ausgabe).



Gewinnspiel: Ballett „Der Nussknacker“

HANNOVER. Eine märchenhafte Geschichte, neu inszeniert und getanzte: Die Ballettschule Renata Kesten veranstaltet im November das Ballett „Der Nussknacker“ nach der Musik von Peter Tchaikowsky. Mit durchmischter Besetzung von klein bis groß sind alle Mitwirkenden begeistert von Musik, Bühnenbild und Tanz. Protagonist „Clara“ wird getanz von der 17-jährigen Anna Lüthi. Sie beschützt den Nussknacker, welchen sie zu Weihnachten geschenkt bekam, und natürlich stehen ihr die Zinnsoldaten alle zur Seite. Die Vorstellung findet am Sonntag, 10. November, ab 15 Uhr im Theater am Aegi statt. Für die Aufführung verlosen wir Eintrittskarten: 2 x 2 Leserinnen und Leser können dabei sein. Am Gewinnspiel teilnehmen können Sie bis einschließlich 1. Oktober 2024, 12 Uhr. Dafür einfach den unten stehenden QR-Code scannen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Viel Glück!



Flügel's – Restaurant

Frühstück Buffet im SAAL
Sonntag den 22.09.2024 und 29.09.2024
von 09:00Uhr-14:00Uhr



Ab dem 01.10.2024 wieder ab 9:00 Uhr geöffnet mit unserem Frühstück nach Karte

Hannoversche Str.17a 30926 Seelze Tel.:05137- 937 937
www.Fluegelsrestaurant.de

Früher abschließen mehr sparen:

Im September	Im Oktober	Im November
165 €	125 €	80 €

Bis Jahresende kostenlos lesen

Meine NP. Mein neues Tablet. Mein Rückzahlungsbonus.

Jetzt online abschließen: abo.NeuePresse.de/zugreifen
Oder direkt in unseren Geschäftsstellen vor Ort:
Hannover (Lange Laube 10),
Langenhagen CCL (Marktplatz 5),
Neustadt (Am Wallhof 1), Burgdorf (Marktstraße 16)

Wissen, was Hannover und die Welt bewegt.

Neue Presse

Das Internet im Faktencheck

Neue Presse meets „Digga Fake“: Der Aufklärungspodcast für Freunde des gepflegten Hinterfragens

HANNOVER. Wie geht man mit irreführenden Inhalten im Netz um? Wir ordnen ein, hinterfragen, sprechen mit Betroffenen und Experten über Fake News und die Auswirkungen – die Neue Presse (NP) kooperiert mit dem Aufklärungspodcast „Digga Fake“. Faktencheck in sechs spannenden und lehrreichen Folgen.

Jüngste Umfragen bestätigen: Für Kinder und Jugendliche sind digitale Medien längst Alltag. Im Schnitt nutzen 85 Prozent der Sechs- bis 18-Jährigen rund zwei Stunden täglich ein Smartphone, sogar 93 Prozent der Schülerinnen und Schüler ab zehn Jahren sind pro Tag mehr als anderthalb Stunden in sozialen Netzwerken unterwegs. Nicht nur Hannovers Schulleiter wissen: Kulturpessimismus hilft hier nicht weiter – was die Kinder und Jugendlichen brauchen, ist Mündigkeit und Medienkompetenz.

Genau darum kümmert sich der schon zweimal für den Fact Heroes Award nominierte Aufklärungspodcast „Digga Fake“. Die Journalistin Victoria Graul

spricht mit Betroffenen sowie Expertinnen und Experten über Fake News und andere irreführende Inhalte im Netz. Und für die nächsten sechs Folgen ist die NP mit dabei beim so unterhalt-

samen wie lehrreichen Hinterfragen und Faktenchecken.

Start war bereits am Freitag auf neuepresse.de mit der ersten Folge der Podcast-Kooperation. Das Thema: Propaganda & Hate



– wenn Memes dich manipulieren. NP-Redakteur Tobi Kurz berichtet über einen erfolgreichen Kanal aus Hannover, der teils problematische Inhalte postet. Denn die vielen im Internet kursierenden Fotos oder Videoschnipsel können nicht nur lustig, sondern auch rassistisch, sexistisch oder generell diskriminierend aufgeladen sein. „Für fast jede Community gibt es mittlerweile eigene Meme-Seiten. Doch wer die dort geposteten Inhalte als reine Internet-scherze betrachtet, hat die Entwicklungen der vergangenen Jahre verpennt“, weiß Victoria Graul. Der Politikwissenschaftler Vincent Knopp erklärt in der Sendung, woran etwa rechts-extreme Memes zu erkennen sind.

Auch wenn also die sechste Staffel von „True Crime in Hannover“ schon wieder komplett ausgespielt ist, der Freitag bleibt unser Podcast-Tag. Freuen Sie sich auf sechs Folgen „Digga Fake meets NP“ – auf neuepresse.de und überall, wo es Podcasts gibt.