

Grünes Winterwunder

Wie man auch in der kalten Jahreszeit knackig frisches Gemüse erntet, lehrt die ziemlich neue Disziplin der Wintergärtnerei.

TEXT: Julia Kospach // FOTO: Jutta Fischel

Melanie Widmayer ist begeisterte Wintergärtnerin. Frischen Salat und Kräuter gibt es bei ihr das ganze Jahr über.

Melanie Widmayer steht vor einem der drei Hochbeete im Garten hinter ihrem Haus. Der Spätherbsthimmel über dem westlichen Stadtrand von Wien ist an diesem frühen Nachmittag eisgrau. Die Luft ist kalt und frisch. Melanie Widmayer schaut zufrieden aus leuchtenden Augen und sagt: „Heute in der Nacht und gestern hat es minus vier Grad gehabt. In der Früh war alles weiß vom Reif und gefroren, auch die Salate. Und schauen Sie, wie schön und knackig die jetzt wieder sind!“ Dicht an dicht drängen sich große, feste Salatköpfe von gelb-grüner Endivie, krausblättrigem Frisée, kugeligem, rotvioletter Radicchio und hellgrünem Zuckerhut im Hochbeet zusammen. Pumperlgesund, fest und prall. Sie sind untertags wieder aufgetaut. Der Frost hat ihnen nicht das Geringste ausgemacht. „Mir ist um die Jahre leid, in denen ich das nicht wusste. Das hole ich jetzt nach und versuche, dieses Wissen an so viele Menschen wie möglich weiterzugeben“, sagt die leidenschaftlich gärtnernde Pensionistin, während sie bereits ein Hochbeet weiter an den kleinen Jungpflänzchen ihrer Asiasalate zupft, die dort kürzlich gemeinsam mit Radieschen aus Samen aufgegangen sind. Sie bietet ein paar zartwürzige Blättchen von Mizuna – einer der bekanntesten Asiasalatsorten – zum Kosten an. Daneben wachsen hohe, buntstielige Mangoldpflanzen, eine italienische Zichorie mit gezahnten Blättern, die aussieht wie Riesenlöwenzahn, und ein hoch aufgeschossener, grün-weißer Pak-Choi-Senf Kohl, der so ungewöhnlich groß ist, dass man ihn für einen weiteren Mangold halten könnte. „Es geht so vieles auch im Winter, besonders die bitteren Salate und Kohle. Die sind besonders frosthart.“

FROST MACHT KAROTTEN SÜSS

Seit Widmayer vor ein paar Jahren mit der Wintergemüseegärtnerei in ihren abdeckbaren Hochbeeten angefangen hat, erzählt sie, gebe es im Winter keine Zeit mehr, „wo ich keine frischen

Salate und Kräuter aus dem Garten habe“. Sie hat sogar beobachtet, dass vieles durch den Frost vollmundiger und süßer wird. „Dazu kommt sicher der Stolz, wenn es draußen schneit und mein Mann und ich herinnen eigenen Salat aus dem Garten essen“, lacht sie.

„Karotten werden im Winter süßer, Kohlrabi zarter, Rettich ist nicht so scharf, Endiviensalat nicht so bitter, und Zierkohle, die man sehr gut essen kann, werden erst im Winter so richtig üppig“, sagt Wolfgang Palme. Er muss es wissen. Palme ist zweifellos der Pionier und Experte der Wintergemüseegärtnerei in Österreich. Auch europaweit dürfte sich in den letzten zehn Jahren niemand so systematisch wie der Leiter der Abteilung für Gemüsebau an der „Höheren Bundeslehr- und Forschungsanstalt für Gartenbau Schönbrunn“ und Mitbegründer des Vereins „City Farm Schönbrunn“ mit frischem Wintergemüse beschäftigt haben.

Worum es dabei genau geht? „Um die Ernte von winterfestem Gemüse, das eventuell unter Verwendung ganz einfacher technischer Hilfsmittel wie Folientunnel oder Frühbeetkasten gewachsen ist, aber ohne dass dabei Heizkosten entstehen.“ Wintergemüse im geheizten Gewächshaus zu ziehen wäre ja nichts Besonderes und ist im industriellen Gemüsebau ohnehin



Viele Salatarten sind frostfester, als man bisher gewusst hat.

allgegenwärtig. Hier steht anderes im Fokus: Saisonalität, Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung sowie die erfreuliche Erkenntnis, dass die Wintermonate gärtnerisch keine tote Zeit sein müssen, wie wir es von Kindheit an gelernt haben, wenn man das ganze natürliche Potenzial von Gemüsepflanzen umsichtig auszunützen weiß.

ROBUSTER ALS GEDACHT

Natürlich sind das keine ganz neuen Erkenntnisse. Man denke nur an die Mistbeete früherer Zeiten. Diese dienten allerdings eher der Saisonverlängerung beziehungsweise -verfrühung als dem tatsächlichen Wintergemüseanbau. Und wirklich systematisch frisch erntet man im Winter seit jeher nur Petersilie, Vogelsalat oder Spinat. Darüber hinaus wurde >>

Drei Wintergemüse-Tipps

Richtiger Anbauzeitpunkt

Reiche Winterernte funktioniert am sichersten mit guter Vorausplanung: Mangold zum Beispiel sät man im September, Kohlgemüse schon im Juli, Karotten im August. Asiasalate und Radieschen kann man auch noch bis Ende Oktober, Anfang November aussäen, wenn man im Hochwinter ernten will.

Abdeckungen sind gut

Wintersalate und -salatkräuter gedeihen am besten in Frühbeetkästen, Mini-Folientunneln, Klein-Gewächshäusern oder überdachten, jedoch gelüfteten Hochbeeten und Trögen. Es gibt aber auch Kulturen wie Mangold, Grünkohl oder Porree, die sich im Freien ebenso gut entwickeln.

Trocken halten

Es ist wichtig, Wintergemüsekulturen trocken zu halten, um Pilzerkrankungen zu vermeiden. Gießen muss man nur alle fünf bis sechs Wochen. Dafür wählt man einen sonnigen Vormittag, damit die Feuchtigkeit untertags wieder abtrocknen kann.

>> und wird nur gelagert oder Überwinterungsanbau betrieben, sprich im Herbst gesät, auf dass im Folgejahr ein paar Wochen früher geerntet werden kann. „Mein erster Ansatz war: Das hat man alles gewusst, es ist nur vergessen worden, aber dann habe ich festgestellt, dass es auch in alten Lehrbüchern kaum Frosthärtetabellen der verschiedenen Gemüsesorten gibt. Das war einfach kein Thema“, erzählt Wolfgang Palme, um dann einen Satz des französischen Malers Henri de Toulouse-Lautrec zu zitieren, den er kürzlich gelesen hat und der ihm wie kein anderer zum Thema zu passen scheint: „Der Herbst ist der Frühling des Winters.“ Denn Palmes Fazit nach fast zehn Jahren Forschung lautet: „Viele Gemüsearten sind sehr viel frostfester, als man bisher gewusst hat.“

Über 130 Gemüsearten hat der Agrarwissenschaftler gemeinsam mit seinem Team an der gartenbauschul-eigenen Versuchsstation Zinsendorf in Niederösterreich schon auf ihre Eignung für den Winteranbau untersucht. Und siehe da: „Der Winter tritt uns mit einem Reichtum entgegen, den niemand für möglich gehalten hat.“ Inzwischen ist auch klar: Für die erfolgreiche Winterernte von frischem Gemüse sind die Luft- und Bodenfeuchtigkeit, die Tageslänge und das Lichtangebot entscheidender als Frost oder Nichtfrost. Asiasalate stan-



Agrarwissenschaftler Wolfgang Palme gilt als Pionier der Wintergemüsegärtnerei. Über 130 Gemüsesorten hat er dafür schon untersucht.



Auch für die Geoökologin Bernadette Staska ist der Winter keine tote Gartenzeit mehr. Sie „wintergärt“ am Südbalkon ihrer Wohnung.

den am Anfang von Wolfgang Palmes Erkenntnissen zum Thema. „Asiasalate, Kopfsalate, Eichblattsalate, Mangold – sie alle kann man auch noch bei minus zehn Grad draußen beziehungsweise im Folientunnel oder Frühbeetkasten stehen lassen. Gute Belüftung und richtige Bewässerung sind bei Wintergemüse viel wichtiger als das Problem der Kälte. Man muss viele Kulturen im Winter ganz trocken halten, weil man sonst sofort mit Pilzkrankungen zu tun bekommt.“

GEMÜSE AUF DEM BALKON

Und damit niemand glaubt, knackfrische Winterernte sei nur etwas für den bäuerlichen Erwerbsgemüsebau, hat Wolfgang Palme kürzlich ein Buch mit dem Titel „Frisches Gemüse im Winter ernten. Die besten Sorten und einfachsten Methoden für Garten und Balkon“ veröffentlicht. Nicht nur erklärt er darin, wie jeder und jede bei sich zu Hause mit der Wintergärtnerei beginnen kann, er hat auf Basis seiner Forschungserfahrung auch einen detaillierten Aussaat- und Erntekalender für 77 verschiedene Wintergemüsesorten zusammengestellt – von A wie Ampfer und Asiasalate über China-kohl und Erbsentriebe bis zu Radieschen, Winterportulak oder Zichorie.

In den letzten Jahren hat sich auch bereits eine kontinuierlich wachsende WintergärtnerInnen-Community gebildet, deren Mitglieder sich heftig austauschen. Es gibt Bücher und Workshops (siehe Kasten). Zur initiierten Gruppe der überzeugten WintergärtnerInnen gehört – neben der eingangs mehrmals zitierten Melanie Widmayer – auch Bernadette Staska. Die junge Geoökologin und Geografin, die 2014 zu Wolfgang Palmes „City Farm Schönbrunn“-Team gestoßen ist, war sofort begeistert: „Es war eins >>

Rat und Tat

Saatgut und Jungpflanzen (im Herbst)

- www.aradura.at
- www.klarlbau.at
- shop.arche-noah.at/index.php/saatgut.html
- www.reinsaat.at/shop

Workshops, Führungen

- Kinder-Workshop „Wintergemüse“: 20. Jänner 2017, 14.00–18.00 Uhr, „City Farm Schönbrunn“-Stand bei der Markterei, Markthalle Alte Post, Dominikanerbastei, 1010 Wien www.cityfarm.at

- Wintergemüse-Führung: 27. Jänner 2017, 15.00–16.30 Uhr
- Wintergemüse-Workshop: 28. Jänner 2017, 9.00–13.00 Uhr
- Kinder-Workshop „Wintergemüse“: 23. Februar 2017, 15.00–17.30 Uhr
alle: „City Farm Schönbrunn“, Seckendorff-Gudent-Weg 6, 1130 Wien www.cityfarm.at
- Anbau von Wintergemüse: 15. Juli 2017, 9.00–17.00 Uhr
Arche-Noah-Schaugarten, Obere Straße 40, 3553 Schiltern www.arche-noah.at

>> der ersten Themen, mit denen ich in Berührung kam, weil ich im Herbst dort begonnen habe. Bis dahin war der Winter für mich eine tote Gartenzeit, während auf der ‚City Farm‘ die Frühbeetkästen übergequollen sind von lauter frischem Grün“, erzählt sie. Bernadette Staska blieb nicht lange untätig. Sie besuchte Wintergärtnerei-Workshops und legte auch zu Hause los. Dieser Winter ist schon der zweite, in dem sie auf dem kleinen Südbalkon ihrer Dachwohnung im 14. Wiener Gemeindebezirk eifrig „wintergärtner“.

PLANUNG IST ALLES

Zufrieden schaut Staska an diesem kalten Vormittag in den langen, schmalen Holztrög, der am Balkongeländer steht. Vor ein paar Tagen sind ihre ersten Asiasalat-Pflänzchen aufgegangen. Seit heuer sät sie diese im Abstand von jeweils einer Woche aus, damit sie immer Pflanzen verschiedener Größe zum Ernten hat. „Anfangen habe ich mit verschiedenen Kohlen wie Zierkohl und Ewigem Kohl und mit Asiasalaten.“ Der Erfolg war durchschlagend: „Die sind so gewachsen und gesprossen, dass wir den ganzen Winter über auch die Nachbarn noch mitversorgt haben. Die sind so robust. Es hat auch draufgeschneit. Das hat ihnen nichts ausgemacht. Sobald es ein paar Plusgrade hat, wachsen sie jeden Tag ein paar Millimeter“, erzählt sie. Was sie besonders begeistert: „Man kann die Salate, aber auch Mangold, Erbsentriebe, Kohle oder Senfkohle in verschiedenen Stadien essen – ganz klein als Babyleaf, als Salat, als Kräuter aufs Brot oder als Wok-Gemüse.“ Inzwischen hat Bernadette Staska einen zweiten länglichen Trög und gärtner zudem in einem kleinen, ganz flachen, zum Gemüsebeet umfunktionierten Kiesbeet in der rechten Balkonecke. Dort stehen bunte Mangoldpflanzen mit gelben, roten, orangen und rosa Stielen schon fast kniehoch. Bernadette Staska erntet sie blattweise.

Zierkohle, die man sehr gut essen kann, werden erst im Winter so richtig üppig.

Los geht's! Gute Wintergemüse für EinsteigerInnen

Für Balkontöpfe und -tröge:

Asiasalate-Mix
Pflücksalate
Radieschen
Petersilie
Winterkresse
Sauer-, Blut-, Schildampfer
Schnittknoblauch
Rucola
Mangold

Für Beete, Frühbeetkästen und Hochbeet zudem noch:

Bittersalate (Radicchio, Endivie, Zichorie etc.)
Ewiger Kohl, Zierkohl, Palmkohl, Grünkohl
Lauch
Rettich
Vogelsalat
Winterportulak
Blattkoriander

Eine unübertroffen simple und effiziente Idee für eine provisorische Abdeckung ihrer Langtröge hat sie kürzlich auch gehabt. Sie hat im Baumarkt mehrere zwei Millimeter dicke Plexiglasplatten von A3-Format gekauft und diese gebogen hintereinander in ihre Tröge gesteckt, dass es jetzt so aussieht, als wölbten sich hochprofessionelle Glastunnel-Abdeckungen darüber. Seitlich sind sie offen, damit gleichzeitig Luftaustausch stattfindet und die Gemüsepflanzen trocken stehen. „Es verschimmelt im Winter mehr als es erfriert“, zitiert Bernadette Staska grinsend einen Standardsatz ihres Lehrmeisters Wolfgang Palme. Ihr Tipp für EinsteigerInnen: „Mein großes Aha-Erlebnis ist die Einsicht, dass man sich als Balkon-Wintergärtnerin am besten schon im Frühling mit der Jahresplanung befasst, damit man die Töpfe und Tröge nicht noch

mit Sommergemüse voll hat, wenn man im August und September eigentlich schon mit dem Ansäen der Wintergemüse beginnen will“, sagt sie. Ansonsten aber vor allem: „Einfach anfangen und ausprobieren.“ ✱



Wolfgang Palme: **Frisches Gemüse im Winter ernten.**

Die besten Sorten und einfachsten Methoden für Garten und Balkon. Löwenzahn Verlag, 29,90 Euro



Eliot Coleman: **Handbuch Wintergärtnerei.** Frisches Biogemüse rund ums Jahr. Löwenzahn Verlag, 24,90 Euro



Foto: Wolfgang Palme