

SOLAVIE ACKERNEWS

Offenburg | Ortenau

Was ist eigentlich Gründüngung?

von Ricarda

Liebe SoLaViestas,

Unter Gründüngung versteht man das gezielte Anbauen von Nebenkulturen, die vor allem der Bodenverbesserung dienen. Es gibt viele verschiedene Pflanzen, die sich als Gründüngung eignen, von Gräsern über Hülsenfrüchtler bis zu Sonnenblumen. Sie werden auf den Beeten eingesät, sobald dort eine Pause vor der nächsten Gemüsekultur entsteht.

Das Ziel ist es, den wertvollen Boden dauerhaft zu begrünen, um die Oberfläche vor Austrocknung, Winderosion und Auswaschung zu schützen.

Genauso wichtig sind die Effekte, die unterhalb der Oberfläche entstehen: Die Gründüngung sorgt für eine intensive Durchwurzelung des Bodens.



(1) Die Gründüngung wird unter die Lupe genommen

Inhalt

- ◆ **Aktuelles**
- ◆ SoLaVie und die Auswirkungen des Krieges gegen die Ukraine
- ◆ **Gemüse im Porträt - Neuseeländer Spinat**
- ◆ **Rezepte**

Dadurch werden leichte Verdichtungen im Boden aufgelockert, es kann mehr CO₂ gespeichert werden, das Wasser kann besser gehalten werden und die Pflanzennährstoffe bleiben gebunden und somit für die folgenden Gemüsekulturen verfügbar.

Indem der Boden dauerhaft bewachsen ist, wird auch das Bodennahrungsnetz „gefüttert“: Der Lebensraum der Bakterien, Pilze, Würmer und Insekten bleibt bewohnbar und trocknet nicht aus. Je vielfältiger die Begrünung ist, desto ausgeglichener ist das Ökosystem des Bodens. Einige Pflanzen haben einen größeren Einfluss auf die Bakterien im Boden, andere mehr auf die Pilze. Nur mit einem intakten Boden-Ökosystem kann die Bodenfruchtbarkeit langfristig erhalten und Humus aufgebaut werden.

Wie nutzen wir Gründungen bei SoLaVie?

Sobald ein Beet länger als 6 Wochen frei ist, säen wir Gründungen ein, damit der Boden möglichst nie kahl daliegt. Außerdem geht in der Fruchtfolge auf unserem Gemüseacker jedes Jahr ein Teilbereich in „Ruhepause“

◆ Aktuelles

Solavie und die Auswirkungen des Krieges gegen die Ukraine von Marlene

Leere Regale bei Mehl und Öl in den Supermärkten. Befürchtete Hungersnöte in Afrika wegen ausbleibender Lieferungen aus der Ukraine. Steigende Energiepreise wegen der Boykottmaßnahmen der EU gegen Russland als einer der wichtigsten Lieferanten von Kohle, Gas und Erdöl für die EU. Und die Situation könnte sich weiter zuspitzen.

Auf welche Auswirkungen müssen wir uns in unserem Projekt SoLaVie einstellen?

Bei unseren wöchentlichen Erntekörben wird es keine Auswirkungen geben. Was auf unserem Acker und in den Folientunneln wächst, ist neben dem Können unseres Anbauteams vor allem vom Wetter abhängig. Wir beziehen keinen Dünger aus Russland oder der Ukraine. Das Anbau-Team macht aus Grünschnittmaterial, Pferdemist und organischen Rückläufen aus unseren Haushalten Kompost. Mit Gründungen als Zwischenfrucht führen wir dem Boden vor allem Stickstoff zu, der für das Pflanzenwachstum besonders wichtig ist. Und dann sind wir noch gut für dieses Jahr mit Schafwollpellets für die Düngung versorgt.

Unsere längerfristigen Anbau-Pläne können jedoch die aktuellen Entwicklungen durchaus mit einbeziehen. Wir haben inzwischen genügend Ackerland und müssen überlegen, wie eine Fruchtfolge (zusätzlich zur bisherigen Gemüse-Fruchtfolge) zusammen mit Kartoffeln aussehen könnte. Eine grundsätzliche Entscheidung für eine weitere Fruchtfolge mit Kartoffeln haben wir bei unserer Klausur am Samstag 28. Mai getroffen. Und auch der dafür erforderliche stärkere Traktor ist in diesen Tagen angeschafft worden. Damit sind wir einen Schritt weiter in Richtung Ernährungssicherheit.

und der Boden erholt sich mit einer Gründüngung eine Saison lang vom Gemüseanbau. Bei uns haben sich winterharte Gründüngungs-Mischungen bewährt mit z.B. Roggen, Weidelgras, Klee und Wicke.

Der Roggen und das Gras sorgen mit ihren weitverzweigten Wurzeln für einen feinkrümeligen Boden und der Klee und die Wicke haben, wie alle Hülsenfrüchtler, die wunderbare Eigenschaft, Stickstoff aus der Luft binden zu können und für die nachfolgenden Gemüsekulturen in den Boden zu bringen. Die Blüten von Klee und Wicke bieten natürlich auch eine Nektarquelle für Insekten. Eine weitere Gründüngungs-Mischung, die auf unserem Acker genutzt wird, ist das „Biodiversitätsgemenge“. Es beinhaltet Samen von über zwanzig verschiedenen Pflanzen, sodass sich je nach Standort und Bodenbeschaffenheit eine angepasste Pflanzengesellschaft durchsetzen kann.

Bei unseren Betriebskosten gibt es bereits Kostensteigerungen und weitere sind angekündigt. Die Ursache dafür liegt in den gestiegenen Energiekosten, die sich auf Pflanzenanzucht und Transport auswirken. Auch unsere Kosten für Diesel für Wasserpumpe und Traktor sind bereits deutlich gestiegen und weitere Preissteigerungen sind zu erwarten.

Die Betriebskosten machen jedoch in unserem Gesamthaushalt nur einen Anteil von etwa 12 % aus. Wenn sich diese 12% erhöhen, bleiben die Mehrkosten für uns überschaubar. Der weitaus größte Anteil liegt bei den Personalkosten in Höhe von etwa 71 %. Auch dort wird es - besonders angesichts der höheren Inflation - Steigerungen geben. Aber diese werden nicht im Bereich von Verdopplung liegen.

Aktuelles Fazit: Unser Anbau ist augenblicklich kaum von den negativen Auswirkungen des Ukraine-Krieges betroffen. Unseren Haushalt für 2023 müssen wir sicher aufstocken, aber es wird sich wahrscheinlich in vertretbaren Grenzen halten. Es gibt allerdings noch weitere Faktoren, die in unseren Haushalt einfließen. Darüber werden wir im Vorfeld der nächsten Mitgliederversammlung beraten.



(2) Gründüngung aus Phazelia (Bienenweide) neben den Frühkartoffeln

Und es gibt noch einen weiteren großen Nutzen aus der Gründüngung: Wir können sie über den Sommer zweimal abmähen und den Grünschnitt als Mulchmaterial für die aktuellen Gemüsekulturen verwenden. Die händische Verteilung des Mulchmaterials ist ein aufwändiger Arbeitsschritt, der sich aber lohnt und uns den ganzen Sommer über erfreut, denn unter der Mulchschicht bleibt der Boden länger feucht und Unkraut wird unterdrückt.

Nachdem Böden weltweit durch die intensive Landwirtschaft ausgelaugt und erodiert sind, und Düngemittel teurer werden, bekommt das Thema Gründüngung aktuell sehr viel Beachtung – nicht nur im ökologischen Anbau. Es ist eine Wissenschaft für sich, die richtigen Aussaattechniken, Zeitpunkte und Samenzusammenstellungen auszuloten. Aber es lohnt sich sehr, sich damit auszukennen und Erfahrungen zu sammeln.

Benjamin bildet sich gerade in dem Bereich mit einer umfangreichen Fortbildung weiter und sitzt bei Dietmar Näser und Friedrich Wenz im Bodenkurs an der Quelle der neuesten Erkenntnisse



(3) Mähen der Gründüngung auf dem Hauptacker



(4) Gründüngungsschnitt als Mulch im Tomaten-Gewächshaus

zum Thema Boden und Gründung. Für alle, die diese Themen auch spannend finden, wollen wir bald einen Themenabend machen, an dem wir Neugelertes aus unseren Aus- und Weiterbildungen an euch weitergeben. Und Vieles davon lässt sich natürlich auch im Hausgarten umsetzen!

◆ Gemüse im Portrait - Neuseeländer Spinat

Herkunft

Die Heimat des Neuseeländer Spinats (*Tetragonia tetragonioides*) liegt in den Küstenregionen Neuseelands und Australiens, inklusive Tasmanien. Im 18. Jahrhundert wurde er von Seefahrern zunächst nach England und von dort auch in die Gärten des restlichen Europas gebracht.

Botanik

Spinat oder kein Spinat? Das ist hier die Frage! Der Neuseeländer Spinat (*Tetragonia tetragonioides*) ist mit dem normalen Spinat nicht verwandt, obwohl er ihm in Zubereitung und Geschmack ähnelt.

Der bei uns einjährige Neuseeländer Spinat ist eine niederliegende, buschig bzw. krautig wachsende, reich verzweigte Pflanze. Er gehört zur Familie der Mittagsblumen- oder Eiskrautgewächse (Aizoaceae). Nach einer eher langsamen Jugendentwicklung wächst Neuseeländer Spinat später schnell bis zu 50 cm Höhe.



Von Krzysztof Ziarnek, Kenraiz - Eigenes Werk, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=47829597>

Auf dem Boden liegende Triebe können bis zu 1 m lang werden. Sie sind stark verzweigt, sehr blattreich und eignen sich daher auch als essbarer Bodendecker.

Die gestielten, dreieckigen Blätter sind 3 bis 15 cm lang, dunkelgrün und relativ dick bzw. fleischig. Ab August beginnt in den Blattachseln die Bildung von kleinen, gelblich weißen Blüten, aus denen sich später die charakteristischen, vierflügeligen Früchte entwickeln. In diesen befinden sich die Samen des Neuseeländer Spinat. Die vier Spitzen der Früchte sind für den lateinischen Namen der Pflanze verantwortlich, denn Tetragonia setzt sich zusammen aus der griechischen Vorsilbe für die Zahl 4 und dem Begriff Ecke, Winkel.

Im Gegensatz zu Spinat schießt der Neuseeländer Spinat bei Hitze nicht und kann ihn deshalb im Sommer ersetzen.

Inhaltsstoffe

Neuseeländer Spinat enthält reichlich Vitamin C (bis zu 30 mg pro 100 g), außerdem das Provitamin A, Vitamin E und verschiedene Vitamine aus der B-Gruppe (vor allem Vitamin B2 oder Riboflavin), reichlich Kalzium, Magnesium, Phosphor und Eisen. Des Weiteren enthält Neuseeländer Spinat Kalium. Der leicht bittere Geschmack ist auf Oxalsäure und Saponine zurückzuführen. Der Gehalt an Bitterstoffen ist im Vergleich zum klassischen Spinat allerdings geringer, weshalb Kinder dieses Blattgemüse meist lieber mögen.

Lagerung

In ein feuchtes Tuch eingeschlagen hält der Neuseeländer Spinat einige Tage im Kühlschrank. Außerdem kann man die Blätter kurz blanchieren und dann einfrieren.

Zubereitung

Die jungen Blätter eignen sich hervorragend für Salate und Smoothies. Die größeren Blätter sowie die Spitzen können - ebenso wie der namens- und geschmacksverwandte Spinat - gedämpft, gedünstet oder in Pfannengerichten verarbeitet werden.

Aber: Neuseeländer Spinat kann in Maßen roh gegessen werden. Viele Inhaltsstoffe des Neuseeländer Spinats, wie zum Beispiel Vitamin C, bleiben so erhalten. Wegen dem höheren Gehalt an Oxalsäure in rohem Zustand sollte man es mit dem rohen Verzehr jedoch nicht übertreiben.



https://vonnaturgartenaufdenteller.at/wp-content/uploads/2016/08/IMG_2746-300x300.jpg

◆ **Rezepte**

Rübstiel oder Namenia

Jetzt gibt es in unserem Erntekorb wieder Rübstiel oder Namenia. Was das ist und was ihr damit machen könnt, findet ihr auf unserer Website:

<https://solavie.de/wp-content/uploads/2018/08/R%C3%BCbstiel-oder-Stielmus.pdf>

Kontakt

Ackereinsatz, Ernteabholung

Benjamin Mobil: 017630547035

Kritik, Wünsche, Rezepte

Mail: anbau@solavie.de

Impressum

Texte/Rezepte/Fotos:
Marlene, Ricarda, Christiane
Redaktion: Christiane

Literatur

<https://www.mein-schoener-garten.de/pflanzen/gemuse/neuseelaender-spinat>

<https://www.nutzpflanzenvielfalt.de/neuseel%C3%A4nder-spinat-0>

<https://www.plantura.garden/gemuese/neuseelaender-spinat-pflanzenportrait>

https://medlexi.de/Neuseel%C3%A4nder_Spinat#:~:text=100%20Gramm%20Neuseel%C3%A4nder%20Spinat%20enth%C3%A4lt,%2C%20Magnesium%2C%20Phosphor%20und%20Eisen