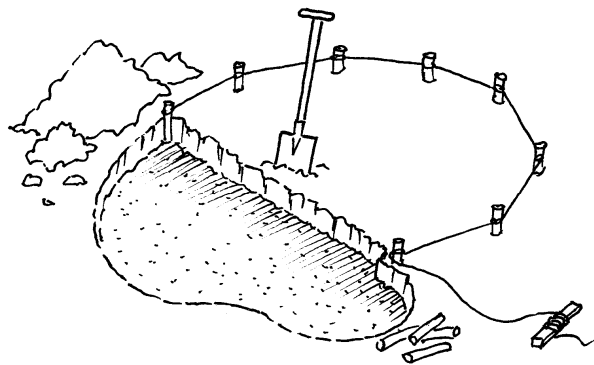


Die Kräuterspirale ermöglicht auf sehr kleinem Raum Standortansprüchen von Kräutern aus verschiedenen Klimazonen gerecht zu werden. Die Oberfläche der Kräuterspirale wird durch einen sich spiralförmig nach oben windenden, turmartigen Aufbau vergrößert. Die Seitenwände der Spirale werden durch Steine befestigt, die die Sonnenwärme speichern und diese Energie an die Kräuter abgeben. Den Fuß der Kräuterspirale kann ein kleiner Teich bilden. Wasser speichert zusätzlich Wärme.

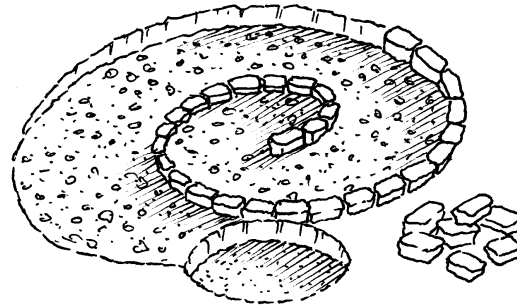
Bau der Spirale

Ihre Kräuterspirale können Sie im Frühjahr, im Sommer oder im Herbst anlegen. Am besten wählen Sie einen Standort in der Nähe des Hauses. Der Weg zur Küche sollte nicht zu weit sein und rasch zurückgelegt werden können, damit Sie die frisch gepflückten Kräuter sofort verarbeiten können. Die Kräuterspirale steht idealerweise frei in der Sonne. Kalkulieren Sie etwa eine Grundfläche von ca. 3 m² ein. Nach dem Aufbau ist die Spirale etwa einen Meter hoch.

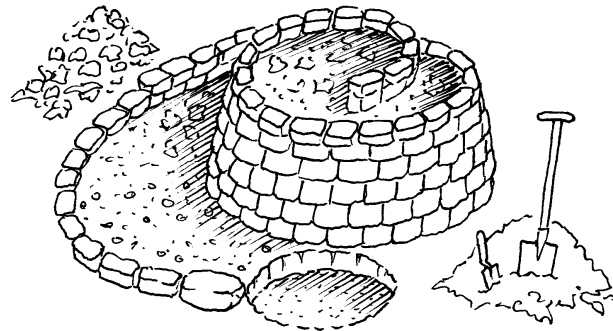


1 Der Aufbau beginnt mit dem Teich, der in Richtung Süden weist. Von dort aus zeichnen Sie die gewünschte Form mit einer Sandlinie oder einer Schnur auf und kennzeichnen sie mit Stöcken. Der Umriss hat etwa die Form eines

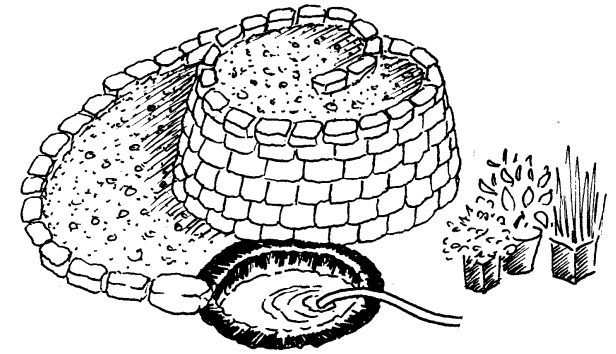
Schneckenhauses. Heben Sie entlang der Schnur einen kleinen Graben für die Mauersteine aus.



2 Heben Sie den Teichgraben etwa 30 cm tief aus. Füllen Sie das restliche Fundament mit grobem Kies auf. Die Mauern werden, beginnend vom Teich, von außen nach innen aufsteigend aufgeschichtet. Für den einsehbaren Teil werden Feldsteine, Kalksandsteine oder Ziegelsteine verwendet, die sich harmonisch in die Umgebung integrieren lassen.



3 An Mitte und Höhe gewinnt die Kräuterspirale mit dem Einfüllen von preiswertem Bauschutt. Die Verfüllungen richten sich nach den verschiedenen Feuchtigkeitszonen. Eventuelle Zwischenräume in den Mauern müssen mit Lehm oder Erde ausgefüllt werden. Der Raum zwischen den Mauern der Kräuterspirale sollte etwa 60 cm breit sein.



4 Legen Sie den Teich mit Teichfolie aus, damit Sie ihn frei gestalten können. Beschweren Sie den Rand mit Steinen. Jetzt können Sie mit der Bepflanzung beginnen.

Bepflanzung

Ihrer Phantasie sind bei der Bepflanzung keine Grenzen gesetzt. Achten Sie bei der Kräuterwahl auf kleinwüchsige Sorten, die es von fast allen Gewürzkräutern gibt.

Oben beginnt die Spirale mit der **Mittelmeerzone**. Hierfür sollte eine durchlässige, magere Füllerde verwendet werden. Eine gute Drainage wird durch Bauschutt als Füllmaterial unterstützt. Mischen Sie Kalk mit unter, denn hier wachsen die Kalk liebenden Mittelmeerkräuter. Beispielsweise Salbei, ein an geschützten Standorten mehrjähriger Halbstrauch, dessen Blätter fast das ganze Jahr über geerntet werden können. Es gibt viele Sorten mit unterschiedlichen Laubfarben. Die Blätter verleihen Fleisch, Grillgerichten, Gemüse und Tees eine aromatische Note. Thymian ist ebenfalls ein Halbstrauch, der von Mai bis September blüht. Ernten Sie die würzigen Zweige am besten während der Mittagszeit – dann ist das Aroma am intensivsten. Thymian eignet sich für Fleisch, Grillgerichte, Geflügel und Essig. Ein naher Verwandter ist der Zitronenthymian. Das Be-

sondere ist der aromatische Zitronengeschmack. Gewähren Sie dem Halbstrauch in Frostlagen unbedingt einen Winterschutz. Bohnenkraut ist ein allgegenwärtiges, einjähriges Küchenkraut, das ursprünglich aus dem Mittelmeerraum stammt. Es verleiht Bohnen und anderen Hülsenfrüchten eine würzige Note. Mehrjährig ist das ebenso aromatisch und pfeffrig schmeckende Bergbohnenkraut. Rosmarin ist als Südländer ein echter Sonnenanbeter. Eigentlich mehrjährig, ist Rosmarin bei uns jedoch nur im Weinbauklima winterhart. Wird Rosmarin in einen Topf gepflanzt und eingelassen, kann er im Herbst herausgenommen und im Haus überwintert werden. Rosmarin ist ideal für Fleisch, Tomatengerichte, Fisch und Geflügel. Rosmarintee stärkt das menschliche Nervensystem. Auf einer größeren Spirale passt auch Lavendel. Wenn im Juli aromatischer Lavendelduft durch die Gärten zieht, ist der Sommer allgegenwärtig. Basilikum wird am Besten in einem Tontopf auf die Kräuterspirale in die volle Sonne gestellt und öfter nachgegossen, denn es braucht Wärme und Feuchtigkeit.

Die nächste Zone der Spirale ist sogenannte **Normalzone**. Sie halbschattig, humos und trocken. Ideal wächst hier zum Beispiel die Zitronenmelisse. Sie sorgt als Zitronenersatz für eine frische, citrusartige Note in einem Gericht. Zitronenmelisse sollte, wenn sie einmal gepflückt ist, am besten möglichst schnell verwendet werden. Am besten zupfen Sie die Blätter kurz vor dem Servieren über das Gericht. Zitronenmelisse ist aber auch getrocknet oder eingefroren eine Bereicherung für jeden Kräuterschrank. Daneben fühlt sich die Pimpinelle in der Normalzone wohl. Sie schmeckt leicht bitter und hat ein an Gurken erinnerndes Aroma. Die Pimpinelle ist sehr vielseitig einsetzbar. Sie wird jedoch immer erst den fertigen Speisen zugefügt, damit sie ihr

frisches Aroma nicht verliert. In Essig oder Zitronensaft eingelegte Pimpinelle eignen sich hervorragend für Salate sowie feingehackt zu Topfen, Fisch, Eierspeisen, Gemüse und Kartoffeln.

Die **Feuchtzone** der Kräuterspirale ist humusreich, sonnig und feucht. Idealerweise wird der Boden mit Komposterde angereichert. Hier wächst Petersilie, ein gern gesehener Kräutergast. Die Zweijahrespflanze eignet sich zum Abschmecken von Suppen, Quark, Fleisch und Salatsoßen. Es gibt Sorten mit glatten und solche mit krausen Blättern. Schnittlauch ist ein Kräuterklassiker, der eng mit Zwiebel und Knoblauch verwandt ist. Sein frisches Aroma kommt vor allem nach dem Kochen zur Verfeinerung von Joghurt, Quark, aber auch Soßen und Suppen zum Einsatz.

Die **Wasserzone** ist feucht und nass und mündet in den Miniteich. Hier gedeihen Brunnenkresse, Bachbunze und Wasserminze, deren Wachstum allerdings besser durch einen Tontopf im Zaum gehalten wird.

Auch die Zwischenräume in den Mauern können Sie mit kriechendem Thymian oder Dachwurz bepflanzen. Stark wachsende Kräuter mit langen Wurzeln wie Alant, Liebstöckel, Beinwell und Meerrettich sollten Sie nur außerhalb der Kräuterspirale platzieren. Auch Minzen und Estragon sind für die Kräuterspirale weniger geeignet, da sie viele Wurzelaufläufer bilden und rasch die gesamte Spirale "erobern". Kapuzinerkresse sollte immer an den Rand gepflanzt werden, damit sie sich nach außen hin ausbreiten kann.

So bauen Sie eine
Kräuterspirale...



Natürlich bei uns...