

Ein Garten wie ein Paradies auf Erden

Elf Gärten im St. Wendeler Land öffneten in diesem Jahr am „Tag der offenen Gartentür“ ihre Pforten für Besucher. Die SZ hat sich in den Gartenparadiesen umgeschaut und den Hobbygärtnern so manchen Tipp und Trick entlockt.

VON JENNIFER FELL

SITZERATH Sigrune Essenpreis ist in ihrem Element. Die Köchin und Mitinhaberin des Landgasthof Paulus in Sitzerath führt an diesem Tag interessierte Besucher durch ihre beiden Gärten, den Paradies- und den Hochbeetgarten, beide hinter dem Restaurant gelegen. Während der Paradiesgarten mit den bereits bestehenden neun Apfelbäumen seinen Anfang nahm, startete Essenpreis den zweiten Teil ihres Nutzgartens im Jahr 2009 mit Sechseck-Hochbeeten, die mittlerweile teilweise durch neue Beete aus Weidenmaterial ersetzt wurden und zu denen sich einige Hügelbeete gesellen. Gerade zeigt Essenpreis den Gartenfans ein solches Hügelbeet, aus dem Plastikschüsseln herauszuragen scheinen. „Das sind Schneckenkrägen, die wir zum Schutz von beispielsweise Kürbispflanzen einsetzen. Die Pflanzen wachsen in Terra Preta, einer Mischung aus Holz- und Pflanzenkohle und Kompost“, erläutert die leidenschaftliche Gärtnerin und weist die Gäste dann auf den sogenannten Hopfenschirm hin. Hier ranken die Pflanzen, aus denen schon seit Jahrhunderten



Zahlreiche Besucher des „Tags der offenen Gartentür“ interessierten sich für die Führung durch den Hochbeetgarten des Landgasthofs Paulus in Sitzerath.

FOTOS: JENNIFER FELL

Bier gebraut wird, am Gestell eines alten Sonnenschirmes. Auch ein Zapfhahn ist vorhanden, leider fließt hier dennoch kein Bier. Sigrune Essenpreis führt aus, dass Hopfen aufgrund der enthaltenen Phytoöstrogene als Tee genossen speziell für Frauen viele Vorteile habe.

Als nächstes stechen den Besuchern an einer Schnur befestigte Kokosnüsse ins Auge. „Sie sind ent-

weder mit Kräutern wie Kapuzinerkresse bepflanzt, dienen aber auch als Behältnis für Vogelfutter“, erläutert die Köchin, die den Teilnehmern der Führung daneben viel Erhellendes zu den Kräutern in den Hochbeeten zu erzählen hat. So berichtet sie, dass die Malvenart Käsepappel ihren Namen von Hildegard von Bingen erhalten habe, die die Pflanze als Brei, damals auch Pappgenannt, bei Magenproblemen eingesetzt habe.

Vorrangig wird das, was in den beiden Gärten des Landgasthof Paulus wächst, allerdings in der Restaurantküche eingesetzt. Essenpreis verrät, dass beispielsweise die Samen des Liebstöckels Pastinakengerichten ein besonderes Aroma verliehen, die Kügelchen des Erdbeerspinats an Rote Bete erinnerten und Beinwellblätter geschmacklich so interessant seien, weil sie nach Gurke und Auster schmeckten. Im Hochbeetgarten in Sitzerath findet sich neben einem Milpa-Beet, in dem nach indianischer Tradition Mais, Bohnen und Kürbis eine Symbiose bilden, auch ein „Kohlloseum“, das, wie die Gastgeberin erzählt, aus einigen geschenkten Kohlpflanzen

hervorgegangen sei.

Die Sitzeratherin bricht auch eine Lanze für den von vielen Hobbygärtnern als Unkraut eingestuften Giersch: „Er ist ein guter Ersatz für Petersilie und wirkt zudem hervorragend gegen Rheuma“, weiß Essenpreis, die im Garten ihres Wohnhauses über eine staatliche Anzahl von Walderdbeeren verfügt: „Ich habe vor 30 Jahren mit fünf Pflanzen begonnen, die ich im Wald ausgegraben habe. Jetzt sind die Walderdbeeren im ganzen Garten zu finden“, berichtet die Köchin, die bekennt, die Zutaten für ihre Gerichte nach einer ethisch-hedonistischen Qualitätsphilosophie auszuwählen. Ein wichtiges Ziel des Gärtners ist für sie Nachhaltigkeit, geäußert in dem mantraartig wiederholten Ausspruch: „Kreisläufe schließen sich, Abfälle gibt es nicht.“

Diese Intention belegen auch die natürlich unterstützenden Mittel, die in ihren Refugien zum Einsatz kommen: „Ich arbeite mit pyrolysierten Pflanzenkohle und Effektiven Mikroorganismen, wodurch die Pflanzen eine Art Impfung erhalten“, sagt sie und zeigt den Gästen einen unscheinbaren Plastikimer:

„Das ist ein Bokashi-Eimer, mit dem man organisches Material mithilfe von Effektiven Mikroorganismen fermentiert und so binnen kürzester Zeit wertvollen Pflanzendünger erhält“, führt die Sitzeratherin aus und präsentiert eine weiteres Tool in ihrer privaten Küche, das wie eine

kleine Kommode aussieht: „Diese Regenwurmform basiert auf Kompostregenwürmern und einem Starterpräparat und verwandelt pflanzliche Abfälle wie Löwenzahn oder Tee in beste Erde“, konstatiert sie und freut sich, dass auch hier wieder ein geschlossener Zyklus entsteht.

INFO

Effektive Mikroorganismen

Die nun bereits mehrfach erwähnten Effektiven Mikroorganismen (EM) sind eine flüssige Mischung, bestehend aus Milchsäurebakterien, Hefen und Photosynthesebakterien. Sie kommen einzeln frei in der Natur vor und sind für Mensch und Natur hilfreich und förderlich. Sie spalten im Boden vorhandene Nährstoffe auf, sodass diese von Pflanzen leichter aufgenommen werden können. Durch die Besiedlung des Bodens und der Pflanzen, werden zum Beispiel Fäulniserre-

ger verdrängt. Dadurch wird ein gesundes Wachstum der Pflanzen ermöglicht.

Das Besondere an EM ist, dass die darin enthaltenen Bakterien in einer Symbiose leben. Sie bestehen aus aeroben Mikroben, die Sauerstoff benötigen und dabei Stickstoff als Abfall abgeben. Zudem sind auch anaerobe Kulturen enthalten, die Stickstoff benötigen und Sauerstoff als „Abfall“ abgeben. Was die einen Mikroorganismen benötigen, wird von den anderen ausgeschieden. So unterstützen sich die Effektiven Mikroorganismen gegenseitig.



Sigrune Essenpreis führt es vor: Trotz Zapfhahn am Hopfen fließt hier leider kein Bier.