



SOS
KINDERDORF

Dorfgemeinschaft
Hohenroth

Hohenrother Kräuterfibel

**Blumen und Kräuterpflanzen
von A bis Z**



Inhaltsverzeichnis

Blumen und Kräuterpflanzen von A bis Z	3
A	3
B	6
C	9
D	10
E	10
F	12
G	12
H	13
J	14
K	14
L	17
M	18
N	23
P	23
Q	25
R	25
S	26
T	32
U	33
V	34
W	35
Y	36
Z	36
Sämereien aus dem Samenbau	37
Allgemeine Informationen	42

Blumen und Kräuterpflanzen von A bis Z

Alle mit  gekennzeichneten Pflanzen sind besonders bienenfreundlich.

A



Agastache

Anis-Ysop (*Agastache anisata*); Höhe 100 cm

Beim Anis-Ysop sind es die Blätter, die ein köstliches Anis-Lakritzaroma abgeben. Im Sommer erfreut er uns zusätzlich mit lila Blütenkerzen. Für Süßspeisen und Tees (dort spart man den Zucker); besonders lecker in frischen, grünen Salaten. Mehrjährig und winterhart.

„Korean Zest“ / Koreaminze (*Agastache rugosa*); Höhe 80 cm

Diese aus Südostasien stammende Art ist eine kräftige, aufrechte und anspruchslose Aromapflanze mit dekorativen Blütenähren, die nicht nur von Schmetterlingen geliebt werden. Das Minze-Anis-Aroma gibt der noch viel zu wenig bekannten Tee- und Aromapflanze einen besonders vorzüglichen Geschmack. Frostfest.

„Navajo Sunset“ (*Agastache aurantiaca*); Höhe 60 cm

Wie viele Agastache können auch hier die Blüten und Blätter für einen erfrischenden Minztee aufgebüht werden. Aber eigentlich sind die schönen orangefarbenen Blüten dafür fast zu schade.

„Pink Pop“ (*Agastache pallidiflora neomexicana*); Höhe 40 cm

Gewürzpflanze der nordamerikanischen Indianer. Eine kleinbleibende Agastache mit gedrungener Blütenähre aus New-Mexico. Sie wurde von vielen nordamerikanischen Indianerstämmen als Würzpflanze genutzt. Die duftenden, rosa-roten Blüten und die aromatischen, nach Minze duftenden Blätter kann man auch für erfrischende Tees verwenden.

Zitronenagastache (*Agastache mexicana*); Höhe 80 cm

Tee- und Aromapflanze mit intensivem Zitronenaroma und hübschen, lila Blüten. Wird gerne von Bienen und Hummeln besucht. Weitgehend winterhart, in rauem Klima als Kübelpflanze. Auch lecker für Limonade und Süßspeisen.

Agaven (*Agave*); Höhe 50 cm

Agaven sind sukkulente Pflanzen mit dekorativen, dickfleischigen und schwertförmigen Blättern. Gut als Kübelpflanze geeignet. Die Agavenpflege ist einfach, sie braucht wenig Wasser und verzeiht auch den einen oder anderen Pflegefehler. Frostfrei überwintern.

Akelei (*Aquilegia*); Höhe 60 cm

Im Frühling blühende Staude. Typische Bauerngartenpflanze und anspruchslose Schnittblume. Blüht von Mai bis Juni in Rosa/Blau/Weiß. Standort sonnig bis halbschattig.

Snowflake (*Aquilegia vulgaris*); Höhe 70 cm

Bauerngartenpflanze und beliebte Schmuckstaude für Schnitt und Rabatte, vorwiegend weiß blühende Kugelblüten.

Ampfer (*Rumex vesicarius*); Höhe 30-60 cm

Das einjährige Blattgemüse liefert saftig-dickfleischige Blätter mit feiner Aromatik und angenehm zarter Säure. Es eignet sich hervorragend als Beigabe zu Salaten, kalten Suppen oder für Pesto. Attraktive Blütenstände mit rot geädertem Pergamenthülle (auch für Floristik geeignet).

Alant, Echter (*Inula helenium*); Höhe bis 200 cm

Standort: sonnig bis halbschattig; Stattiiche Staude mit sonnenblumenähnlichen Blüten. Im Mittelalter diente Alant als Färberpflanze, überliefert ist auch die Bedeutung als Heilpflanze. Im Wurzelstock sind ätherische Öle, Inulin und Bitterstoffe enthalten. Die schleimlösende Wirkung der Pflanze machte man sich früher zunutze und stellte daraus Hustenbonbons her.

Aloe vera (*Aloe vera*); Höhe 30 cm

Die Aloe Vera ist eine immergrüne, dekorative Zierpflanze. Das Gel der Blätter enthält wertvolle feuchtigkeitsspendende und entzündungshemmende, sowie antibakterielle Inhaltsstoffe, die gerne in Haut- und Haarkosmetik verwendet werden. Bekannt ist das Gel vor allem als Erste Hilfe-Maßnahme bei Sonnenbrand. Auch bei kleineren Verletzungen, Insektenstichen und Verbrennungen wirkt das Aloe Vera-Gel mildernd. Frostfrei überwintern!

Amaranth

Amaranth Orange Giant (*Amaranthus hypochondriacus*); Höhe ca. 100 cm

Schöner Doppelnutzen: Erst Zierpflanze im Garten, und später im Herbst wandern die zahlreichen Amaranthsamen in den Kochtopf. Außerdem sind auch die jungen Blätter vor der Samenreife als Spinat essbar. Einjährig.

Blatt-Amaranth (*Amaranthus tricolor*)

Blattamaranth ist immer eine gute Alternative zu gewöhnlichem Spinat, er schmeckt besser und hat mehr Protein. Diese Sorte ist in der karibischen Küche unter dem Namen Calaloo beliebt als gekochtes Gemüse, an Kurzgebratenem oder in Suppen.

Fuchsschwanz tricolor (*Amaranthus tricolor*); Höhe 60 cm

Der recht niedrige Fuchsschwanz erfreut durch seine dreifarbigen Blätter in Dunkelgrün, tiefem Rot und Gelb.

Fuchsschwanz, rot (*Amaranthus caudatus*); Höhe bis 170 cm

Ein exotischer Hingucker! Die große, auffällige Sommerblume, die auf gutem Boden bis 170 cm hoch werden kann, trägt samtige, weinrote, bis 60 cm lange Blüten Schnüre, die aussehen wie ein herabhängender Fuchsschwanz. Einjährig.

Gartenfuchsschwanz hängend (*Amaranthus caudatus*); Höhe 100 cm

Leuchtend rote, exotische Blüten; hängende, lange, rote Blütenähren geben Ihrem Garten ein exotisches Flair. Auch diese Art ist Nahrungspflanze der indigenen Völker Südamerikas gewesen. Essbar sind Samen sowie Blätter. Eine bewährte Bauergartenpflanze. Einjährig.



Andorn

Andorn (*Marrubium vulgare*); Höhe 50 cm

Seit Jahrtausenden ist der weiße filzig-behaarte Andorn bekannt als Heilmittel bei Husten. Ein bitterer Tee aus den Blättern regt die Gallentätigkeit an. Nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit anwenden. Der Andorn ist halbvergessen, obwohl er eigentlich ein wahrer Tausendsassa ist und auf die meisten Organsysteme des Menschen positiv wirkt. Vor allem wirkt der Andorn anregend auf Luft- und Verdauungswege.

Wolliger Andorn (*Marrubium incanum*)

Heilpflanze für den mediterranen Garten. Das ätherische Öl der aromatischen Blätter wirkt antimykotisch und antibakteriell. Frostfest und ausdauernd.

Berg-Arnika (*Arnica montana*); Höhe 30 cm

Auch „Bergwohlverleih“ genannt – das ist die echte Arnika. Äußerlich wird eine Blütentinktur bei Verstauchungen, Wunden und Quetschungen sowie Rheuma angewendet. Innerlich giftig! Frosthart.

Artischocke Green Globe (*Cynara scolymus*); Höhe bis 150 cm

Knospig geerntet ein Delikatessgemüse aus dem Mittelmeerraum. Auch als dekorative Zierstaude sehr empfehlenswert. Das Fruchtfleisch kann ganz klassisch zubereitet, die Blätter auch als Tee gegen Magenbeschwerden verwendet werden. Im ersten Jahr guter Ertrag, in milden Lagen mehrjähriger Anbau möglich.

Asia-Salat

Asia Salat Wasabino (*Brassica juncea*)

Die zarten jungen Blätter von Wasabino sind hellgrün mit fein gekerbten, etwas gewellten Rändern. Ihr würziger, leicht scharfer Geschmack erinnert an Meerrettich und verleiht jedem Salat eine frische Wasabi-Note; ältere Blätter sind etwas gröber; bestens geeignet für Wok-Gerichte; Wasabino ist kälteresistent und ideal für den Anbau in den kühlen Monaten im Frühjahr und Herbst.

Asia Salat Green in Snow (*Brassica juncea*)

Green in Snow ist ein grüner Asia-Salat mit gezähnten Blättern und scharfem, senfähnlichem Geschmack. Rasch nachwachsend, gesund. Sehr frosthart und schossfest.

Asiatische Spinnenblume (*Cleome viscosa*); Höhe bis 150 cm

Junge Triebe und die gelben Blüten sind essbar und schmecken senfartig würzig. Die Samen schmecken ebenfalls scharf wie Senf und werden in Indien (als Jakha) oft ersatzweise statt dem teureren Kreuzkümmel in Currygerichten verwendet. Als Heilpflanze finden das Kraut, die Wurzeln und die Samen Anwendung bei Verdauungsbeschwerden, Herpesinfektionen, Rheuma, Arthritis. Die Pflanze gilt als natürliches Antiparasitikum und Antibiotikum. Nicht frosthart. Einjährig.

Aztekisches Süßkraut (*Lippia dulcis*); Höhe 30 cm

Ein Exot unter den Kräutern durch seinen süßlichen Geschmack. Das aus Mexiko stammende Kraut macht einen unscheinbaren Eindruck, in der Volksheilkunde wird es aber vor allem bei Erkältungen und hartnäckigem Husten verwendet. In der Küche lässt sich das aztekische Süßkraut als Zuckeralternative verwenden. Frostfrei überwintern.

B

Baldrian

Goldbaldrian (*Patrinia scabiosifolia*); Höhe 70 cm

Er blüht im Juli – August mit leuchtend schwefelgelben Dolden, die sich gut zum Schnitt und für Trockensträuße eignen. Junge Blätter und Knospen sind essbar. Winterhart.

Baldrian (*Baldrian Veleriana officinales*); Höhe ca. 150 cm

Die Blüten verwendet man im biodynamischen Bereich als Präparatpflanze und auch als Heilpflanze. Einzusetzen bei nervösen Einschlafschwierigkeiten. Winterhart.

Balkan-Storchschnabel (*Geranium macrorrhizum*); Höhe 30-45 cm

Balkan-Storchschnabel wird aufgrund seines natürlichen Habitus gerne als Bodendecker im Garten eingesetzt. Er bildet dichte grüne Teppiche aus. Wie alle Storchschnabelgewächse verströmt auch er einen markanten würzig-aromatischen Geruch. Die Staude ist winterhart und wintergrün. Blütezeit Mai bis Juni.

Bärlauch (*Allium ursinum*); Höhe 45 cm

Schmeckt ähnlich wie Knoblauch und passt zu Salaten, Kräuterquark und vielerlei anderen Gerichten. Die Blätter, die nur vor der Blüte geerntet werden sollten, ziehen sich im Frühsommer völlig zurück. Wächst wild in Laubwäldern und gedeiht im Garten nur an halbschattigen, feuchten Standorten.

Basilikum, einjährig, mittelgroßbl. (*Ocimum basilicum*); Höhe 30 cm

Ist gut geeignet als Topfpflanze, gutes Aroma, starker Wuchs. Wärmebedürftig.

Buschbasilikum (*Ocimum basilicum*)

Gut geeignet für Topfkultur; Sehr kompakt, verzweigt mit kleinen Blättern. Sehr spät blühend.

Heiliges Basilikum / Tulsi (*Ocimum sanctum*); Höhe 60 cm

Auch als Indisches Basilikum bekannt. Es stärkt das Immunsystem, verbessert den Stoffwechsel, hilft beim Abbau von Stress. Es ist eine robuste Basilikumart, die auch den Sommer über im Freien wächst und oft bis Ende Oktober geerntet werden kann. Hervorragend im Geschmack. Neben der Verwendung in der Küche auch wunderbar in Tees und kalten Sommergetränken. Die zahlreichen rosa Blüten haben einen hohen Zierwert und sind eine wertvolle Bienenweide.

Limonenbasilikum (*Ocimum americanum*); Höhe 30 cm

Limonenbasilikum ist ein niedrig wachsendes Basilikum mit dunkelgrünen, schmalen Blättern. Das besonders intensive Aroma erinnert an Limette, Zitrone und Bergamotte. Passt gut zu Tomaten und asiatischen Gerichten, aber auch zu Obstsalat oder verfeinert Marmeladen. Getrocknet als Tee sehr zu empfehlen.

Madeira Basilikum (*Ocimum selloi* ssp.); Höhe 60 cm

Dieses Basilikum hat einen intensiven Anisduft und ist eine äußerst robuste Sorte.



Basilikum „Mrihani“ (*Ocimum basilicum*); Höhe 50 cm

Mrihani hebt sich sowohl aromatisch als auch optisch deutlich von anderen Basilikumsorten ab. Die mittelgrün-gezackten Blätter der gut bestockenden Pflanze liefern eine parfümierte Aromatik aus Anis und einem Hauch süßer Zitrusnoten. Es ist eine der wenigen Basilikumarten, die man trocknen kann, weil sie sehr würzstark ist!

Rotes Basilikum (*Ocimum basilicum*)

Dunkelrotes, dekoratives, aromatisches Basilikum. Im Anbau etwas empfindlicher als grünes Basilikum.

Thai-Basilikum (*Ocimum basilicum* var. *thyriflorum*); Höhe 60 cm

Unentbehrlich in der asiatischen Küche, hat diese Sorte ein typisches, stark anis-artiges Aroma.

Zitronenbasilikum (*Ocimum citriodorum*)

Passt zu sämtlichen Speisen, frisch gehackt über die fertige Speise streuen, sollte niemals mitkochen!

Wildes Basilikum (*Ocimum canum*)

Ist weniger wärmebedürftig und gedeiht gut im Freiland. Sehr aromatisch, aber im Vergleich zu gewöhnlichem Basilikum etwas kräftiger und schmeckt stärker nach Pfeffer.

Zimtbasilikum (*Ocimum basilicum* var. *Cinnamomum*); Höhe 60 cm

Schönes Basilikum mit roten Stängeln und rosa Blüten. Süßes, intensives Aroma. Robuste Sorte unter den exotischen Basiliken. Das starke Zimtaroma bringt eine warme, volle Geschmacksnote in Kräutertees.

Baumwoll-Seidenpflanze (*Gomphocarpus fruticosus*); Höhe bis zu 180 cm

Als Strauch aus der Familie der Seidenpflanzengewächse ist es typisch, dass die Samen an einer seidenartigen Wolle hängen. Die cremeweißen, duftenden Blüten erscheinen im Sommer und werden abgelöst von bizarren, wie aufgeblasen wirkenden Früchten. Diese sind sehr begehrt in Trockengestecken! Früher wurde die Pflanze verwendet, um aus den wolligen Samenständen Schnüre herzustellen. Verträgt aber einen Rückschnitt und treibt wieder aus. Frostfest und ausdauernd.

Beinwell (*Symphytum*) 

Beinwell ist eine der ältesten bekannten Heilpflanzen, die vor allem bei Gelenkschmerzen, Muskelbeschwerden oder Verstauchungen verwendet wird. Die Wurzeln enthalten Wirkstoffe, die ein schnelles Abschwellen und rasche Schmerzlinderung ermöglichen. Nur zur äußerlichen Anwendung! Benötigt einen halbschattigen Standort und feuchten, nährhaften Boden.

Himmelblauer Beinwell (*Symphytum Hidcote Blue*); Höhe 50 cm

Beinwellart mit blauen Blüten im Frühling und Frühsommer.

Kriechender Beinwell (*Symphytum ibericum*); Höhe 40 cm

Niedrige, cremefarben blühende Pflanze, die sich sehr gut als dichter Bodenbedecker im Halbschatten eignet.

Beifuß (*Artemisia*)

Einjähriger Beifuß (*Artemisia annua*); Höhe ca. 50-150 cm

Die Pflanze hat längsgeriefte Stängel, die unbehaart und oft rötlich oder bräunlich eingefärbt sind. *Artemisia annua* verbreitet – wie für viele Beifuß-Arten typisch – einen aromatischen Duft. Die Blätter und Blüten der Pflanze werden innerlich als Tee angewendet oder für die Herstellung von Salben und Tinkturen genutzt.

Chinesischer Beifuß (*Artemisia argyi*)

Schmackhafte, sehr üppig wachsende Teepflanze, in der Traditionellen Chinesischen Medizin bei Asthma und Bronchitis. Lange Erntesaison und keine unkontrollierte Versamung aufgrund später Samenreife. Winterhart.

Indianischer Frauenbeifuß (*Artemisia frigida*)

Ein silbergrauer Beifuß. Heilkräuter der nordamerikanischen Indianerinnen mit starkem, kampferähnlichem Aroma.

Ein Tee aus den Zweigen soll helfen bei Menstruationsbeschwerden und gegen Erkältungen. Als Räucherwerk zur Desinfektion von Räumen.

Weißer Beifuß (*Artemisia lactiflora*); Höhe 120 cm

Duftpflanze. Die cremeweißen lockeren Blüten verbreiten einen ganz eigenen herb-würzigen Duft. Verwenden kann man die Blütenstängel für Blumensträuße und Trockensträuße, aber auch als Gemüse kann man es ernten.

Geeignet zum Würzen von Fisch.

Bergmargerite (*Ursinia calendulifolia*); Höhe 25 cm

Zierlicher Sommerblüher mit leuchtend gelben und orangefarbenen Blüten. Nach dem Abblühen werden die Samen zu vielen kleinen Schirmchen – fast wie eine neu erblühende Blume, weiß mit beigefarbenen Sternen. Eignet sich gut als Beetbegrenzung, entlang von Wegen und Zäunen oder auch in einem Blumenkasten.

Bergtee

Griechischer Bergtee (*Sideritis scardica*); Höhe 30 cm

Stauden mit wollig behaarten Blättern und in dichten Scheinquirlen stehenden, gelben Lippenblüten. Bedeutsam als Teeplantage. Hat ein leichtes Zimtaroma und enthält antibiotische Wirkstoffe. Bei allen Erkältungen, insbesondere bei Halsschmerzen sehr zu empfehlen.

Bulgarischer Bergtee (*Sideritis scardica*); Höhe 50 cm

Die ausdauernde, niedrig wachsende Stauden mit langem, samtigem, weiß benetztem Blatt und hellgelben Blütenständen liebt vollsonnige Standorte und kommt mit Dürreperioden sehr gut zurecht. Die ganze blühende Pflanze kann frisch oder getrocknet als schmackhafter Tee zubereitet werden.

Bergbohnenkraut (*Satureja montana*); Höhe 30 cm

Standort: warm und sonnig; Boden kalkhaltig und mager; wintergrünes Kraut mit pfeffrig-scharfem Aroma. Passt gut zu Bohnen und Gemüseeintöpfen.

Borretsch

Borretsch (*Borago officinalis*); Höhe 120 cm

Standort: sonnig bis halbschattig; Boden: kalkhaltig, nahrhaft, locker; einjährig, sät sich aber immer wieder reichlich selber aus. Auch die Blüten sind essbar.

Borretsch ‚Movera‘ (*Borago officinalis* var. ‚Movera‘); Höhe 120 cm

Spanischer Gemüseborretsch. Es sind die kräftigen Blattstiele, welche wie Spargel gedünstet werden und kalt oder warm in Spanien als neuartiges Gemüse serviert werden. Schossfester als der normale Borretsch, die Pflanzen gehen also viel später in Blüte. Dadurch ist eine fortlaufende Ernte über den ganzen Sommer möglich.

Bulbine, Katzenschwanzpflanze (*Bulbine frutescens*); Höhe 50 cm

Auch unter der Bezeichnung „Erste-Hilfe-Pflanze“ bekannt. Das dickflüssige Gel aus den fleischigen Blättern wird wegen der großenteils gleichen Inhaltsstoffe verwendet wie Aloe vera. Die orangefarbenen oder gelben Blüten machen die Bulbine auch zu einer schönen Zimmer- und Balkonpflanze, die leicht zu halten ist. Die Blätter können nach Bedarf gepflückt werden und sind dann fertig zum Ausquetschen. Frostfrei überwintern.



C

Chinesische Kragenblume; Höhe 100 cm

Mit ihren großen tellerförmigen Blüten ist es ein außergewöhnliches Geschöpf aus der Welt der Korbblütler. Die Blätter hängen stets herab, kein Grund zur Sorge. Das gesamte Kraut und auch die Wurzelrinde findet in der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) Anwendung, um Entzündungen zu lindern und als blutstillendes Mittel. Winterhart.



Christrose (*Helleborus niger*); Höhe 30 cm

Auch Schneerose oder Nieswurz genannt; ist mit ihrer Blüte von Dezember bzw. Januar bis März oder April ein Highlight in dieser sonst recht langweiligen Gartenzeit. Kann bis zu 25 Jahre alt werden. Aber Vorsicht! Alle Teile der Christrose sind giftig.

Chrysanthemen

Mutterkraut (*Tanacetum – Chrysanthemum – pathenium*); Höhe 80 cm

An alle, die unter Migränekopfschmerz leiden! Eine wissenschaftliche Studie hat ergeben, dass bei regelmäßiger Einnahme – als Tee oder jeden Tag ein paar Blätter auf das Brot – eine positive Wirkung auf Kopfschmerzen eintritt. Außerdem blüht es hübsch wie kleine Margeriten.

Speisechrysantheme (*Chrysanthemum coronarium*); Höhe bis 100 cm

Die Triebspitzen, Knospen und Blüten bilden eine gute Ergänzung in Salaten. Erstere können auch als Gemüse gedünstet werden. Einjährig.

Cosmea Picotee (*Cosmos bipinnatus*); Höhe bis 150 cm

Schöne weiße, rosa, violette und zum Teil geflammte Blüten. Einjährige Sommerblume. Auch als Topfpflanze auf dem Balkon und als Schnittblume geeignet.

Currystrauch (*Helichrysum italicum*); Höhe 50 cm.

Blätter duften insbesondere bei Regenwetter nach Curry. Auch bei dieser Art können Zweige mitgekocht werden. Liebt die Sommertrockenheit. Frostempfindlich.

D

Dill (*Anethum graveolens*); Höhe 120 cm 

Standort: windgeschützt, warm; Boden: humusreich, locker; einjähriges Küchenkraut. Blüten schmecken deftiger als die Blätter. Die leckeren Samen erinnern an Kümmel und sind in der indischen Küche beliebt.

Diptam (*Dictamnus albus*); Höhe 90 cm

Sehr langlebige, aber auch langsam wachsende Staude mit schönen weiß-rosa, duftenden Blüten über dunklem, glänzendem Laub. Die Staude blüht von Mai bis Juni und bildet im Spätsommer Samen in sternförmigen Kapsel Früchten aus. Frostfest.

Disteln 

Färberdistel (*Carthamus tinctorius*); Höhe 50 cm

Schnell wachsende Sommerblume mit distelartigem Blütenstand, jedoch wenig bestachelt. Schöne Schnitt- und Trockenblume. Früher wurden die Blüten zum Färben von Lebensmitteln (Bauernsafran) verwendet.

Mariendistel (*Silybum marianum*); Höhe bis zu 200 cm

Sehr dekorative, Heilpflanze mit grün-weiß genetzten Blättern und großen, stachelbewehrten violetten Blüten (Bienenweide). Samen als Leberheilmittel.

E

Eberraute (*Artemisia abrotanum*)

Der Name „Zitronenkraut“ ist vielleicht etwas übertrieben – es überwiegt doch mehr das herbe Grundaroma. Magenstärkendes Kraut. Als Gewürz nur sehr vorsichtig verwenden.

Edelweiß (*Leontopodium alpinum*); Höhe 20 cm

Als Königin der Alpenblumen bekannt. Alpen-Edelweiß wächst als horstig-kompakte, ausdauernd krautige Staude, die sich relativ flach am Boden hält. Am richtigen Standort zeigt sich das Alpen-Edelweiß äußerst pflegeleicht und genügsam.

Ehrenpreis

Enzian-Ehrenpreis (*Veronica gentianoides*); Höhe 40 cm

Er bildet rosettenartige, wintergrüne Blatthorste. Aber im Mai und Juni sind die zarten hellblauen Blütentrauben eine Zierde für jeden Garten.

Virginischer Ehrenpreis (*Veronicastrum virginicum*); Höhe 100 cm

Robuste Heil- und Zierpflanze. Sie blüht rosa-blau und die Wurzeln werden in der Medizin bei Gallenentzündung, Leberbeschwerden und chronischer Verstopfung eingesetzt, außerdem schweißtreibend, krampflösend.

Elefantenoher (*Haemanthus albilos*); Höhe 30 cm

Die als Zimmerpflanzen gepflegte Art *Haemanthus albilos* ist eine immergrüne Pflanze mit breiten, dickfleischigen Blättern und prächtigen Blüten. Die Basis ist eine zwiebelähnliche Verdickung. Sie gehört zur Familie der Amaryllisgewächse und muss während der Wachstumsphase mäßig, aber gleichmäßig gegossen werden.

Erdbeeren

Monatserdbeeren Rügen (*Fragaria vesca*)

Rotfrüchtige, rankenlose Sorte mit kleinen, schön geformten Früchten und einzigartigem Aroma. Robuste Sorte, auch für kühlere Lagen. Blühen und fruchten ununterbrochen und ermöglichen eine Ernte bis zum Frost. Können auch in den Balkonkasten gepflanzt werden und liefern auch dort ununterbrochen aromatische Früchte.

Weißerdbeeren (*Fragaria vesca* var. *Semperflorens*)

Die Weiße Erdbeere trägt von Mai bis zum Frost weiße Früchte von besonders ausgeprägtem Aroma, das der Walderdbeere ähnlich ist. Die Früchte werden bis etwa 1,5 cm lang. Sie eignen sich sehr gut zum Naschen und Dekorieren von Süßspeisen. Junge Blätter können für die Herstellung von Tee verwendet werden.

Erdkastanie, südliche (*Oenanthe pimpinelloides*); Höhe 20 cm

Kugelige, besonders süße Wurzelknollen. Petersilienähnliche Wildpflanze mit einem Büschel erdnussgroßer Wurzelknollen. Ernte im Herbst des zweiten Jahres. Nicht geerntete Knollen treiben neu aus und können ggf. auseinander gepflanzt werden. Die Knollen roh knabbern, Verwendung des Blattgrüns wie Petersilie, jedoch schwächer im Geschmack.

Erdnuss „Gaia“ (*Arachis hypogaea*)

Diese Erdnussorte kommt aus Norditalien und ist gut an kühlere Klimazonen angepasst. Kultur auf lockerem, sandigem Boden, damit sich die Fruchttriebe im Boden gut entwickeln können. Sobald die Pflanzen welk sind, können die Nüsse aus dem Boden geerntet werden. Vor der Verarbeitung 1-2 Wochen trocknen lassen und vor dem Verzehr backen oder rösten.

Estragon

Estragon, Russisch (*Artemisia dracunculus*); Höhe bis 150 cm

Ein Kraut für Feinschmecker; köstlich an hellen Saucen, zu Aufläufen oder Eierspeisen. Mehrjährig; Würzkräuter, auch zum Trocknen geeignet; verwendet werden die Triebspitzen; zartes Anis-Aroma.

Winterestragon (*Tagetes lucida*)

Sehr aromatische, spitz zulaufende Blätter mit Anis-Geschmack. Vergleichbar mit französischem Estragon. Er kann als Staude überwintert werden, wenn er vor Frost geschützt ist.

Eukalyptus Blue Gum (*Eucalyptus globulus*)

Große Blätter, ideal für Tee. Diese Sorte hat im Gegensatz zum Ziereukalyptus ein starkes, echtes Aroma, wie Eukalyptusbonbon, weiche silbergraue Blätter, extrem schnellwüchsig. Die durstigen Pflanzen sollten niemals austrocknen, das vertragen sie nicht!

F



Fenchel (*Foeniculum vulgare*)

Gewürzfenchel; Höhe bis 200 cm

Frostempfindliche Pflanze, die im Winter abgedeckt werden muss. Er eignet sich gut als Magen- oder Babytee. Zweijährig.

Gewürzfenchel ‚Feline‘; Höhe bis 200 cm

Die Sorte Gewürzfenchel ‚Feline‘ wird speziell für die Verwendung der Samen und des Fenchellaubs kultiviert. Die Samen reifen sehr spät aus und werden z. B. als Brotgewürz, in Currys und als Tee genutzt. Ein- bis zweijährig. Frostempfindlich, über Winter abdecken.

Pfeffer-Fenchel (*Foeniculum vulgare subsp. Piperitum*); Höhe bis 200 cm

Scharf schmeckende Art vom Mittelmeer. Auch Eselsfenchel. Ein schlanker, wilder Fenchel, dessen Früchte aromatisch-scharf schmecken. Traditionelles Würzkräut bei den Griechen und Italienern für Salate, Suppen und Gegrilltes.

Teefenchel; Höhe bis 150 cm

Als Teegetränk wirkt Fenchel krampflösend und harntreibend. Im Herbst können die Samen geerntet werden und dann als ganzes oder gemahlenes Korn zum Würzen von Brot und Suppen verwendet werden. Fenchel hat einen süßen Anisgeschmack. Auch die frischen Blätter sind unverzichtbar als Würzkräut für Fisch, Soßen und Gemüsegerichten.

Flohsame, Schwarze (*Psyllium afrum*); Höhe 30 cm

Wegerichart von filigranem Wuchs mit kleinen, schwarzen, ballaststoffhaltigen Samen, denen eine verdauungsregulierende Wirkung zugeschrieben wird. Wie Leinsaat auch lecker im Müsli oder gemahlen als Bindemittel für die vegane Bäckerei.

G

Gamander

Gamander (*Teucrium chamaedrys*); Höhe 30 cm

Auch Edelgamander. Halbstrauch, der als Heilpflanze bei Atemwegsbeschwerden und Magen-Darm-Erkrankungen eingesetzt wird.

Salbeigamander (*Teucrium scorodonia*); Höhe 80 cm

Eine schöne Staude mit gelben Blüten. Die Heilpflanze ist wie Salbei zu verwenden. Frisches, zartes Blattaroma.

Gartenmelde

Gartenmelde Rot (*Atriplex hortensis*); Höhe 60 cm

Bonne femme – die „Gute Frau“ – nennt man sie in Frankreich. Als Gemüse-, Heil- und Färberpflanze war das Gewächs bekannt. Roh und als Salat genießen, aber auch in Butter gedünstet schmeckt es wunderbar. Einjährig.

Gartenmelde rot gestreift (*Atriplex hortensis*); Höhe bis 100 cm

Verwendung wie Spinat oder Salat. Durch ständiges Beernten werden höhere Erträge erzielt.

Himalaya-Geißblatt (*Leycesteria formosa*); Höhe bis 250 cm

Es wachsen Karamellen am Strauch. Die reifen Früchte – und sie müssen auch schon ganz weich sein – zergehen auf der Zunge mit einem schokoladigen Karamellgeschmack! Die cremeweißen Blüten sind umsäumt von burgunderroten Kelchen, gefolgt von tiefbraunen, weichen, saftigen Beeren. Frostfest.

Glockenwinde „Tang-Shen“ (*Codonopsis pilosula*); Höhe ca. 100 cm

Ausdauernde Heilpflanze mit dicken, fleischigen Wurzeln, die in der TCM wie Ginseng verwendet wird. Benötigt Spalier (hochwindend). Hübsche weiße Glockenblumenblüten. Kühl und frostfrei überwintern.

Goldfelberich (*Lysimachia punctata*); Höhe 80 cm

Stauden; Bauerngartenpflanze. Ist mit ihren vielen gelben Blüten recht schön anzusehen. Traditionell wird Goldfelberich verwendet bei Magen-Darm-Beschwerden.

Europäische Goldrute (*Solidago virgaurea*)

Die Pflanze wird bis zu einem Meter hoch und ist an ihren großen Blütenköpfen zu erkennen. Blühende Triebe werden als Tee bei Harnwegsinfektionen, Leber- und Nierenerkrankungen verwendet.



Hauswurz (*Sempervivum*)

Hauswurzeln wachsen als Horste (Rosetten-Polster); mehrjährige, immergrüne, sukkulente Pflanzen.

Herzgespann (*Leonurus cardiaca*); Höhe 150 cm

Das echte Herzgespann fällt durch seine charakteristischen Blüten und Blätter schnell ins Auge. Der imposante Lippenblütler, der auch als Löwenschwanz bezeichnet wird, ist ein wichtiges Heilkraut in der Naturheilkunde. Die im Kraut enthaltenen Inhaltsstoffe können u. a. nervös bedingte Herzbeschwerden, Beschwerden durch Schilddrüsenüberfunktion sowie leichte Angststörungen und Verstimmungen lindern. Früher wurden die Blätter des Herzgespanns sogar in der Küche verwendet. Winterhart.

Herzsame / Ballonrebe (*Cardiospermum halicacabum*); Höhe bis 250 cm

Indische Kletterpflanze mit dekorativen, herzförmigen Blättern und grünen, ballonartig aufgeblähten Früchten. Die Wurzel hat eine entwässernde und leicht abführende Wirkung. Blattsaft gegen Ohrenschmerzen. Wie ein eingraviertes Herz wirkt die Zeichnung auf den großen Samen. Verschenken Sie doch die reifen Samen als romantisches Zeichen Ihrer Liebe!

Hirschwurzel / Maralwurzel (*Rhaponticum carthamoides*); Höhe 120 cm

Flockenblume aus dem Altai; völlig winterhart, mit großen, rosa Korbblüten. Extrakte der Wurzel finden als Tonikum (ähnlich Ginseng) Verwendung.

J

Johanniskraut

Zitronenjohanniskraut (*Hypericum hircinum*); Höhe 45 cm

Standort: sonnig; Boden: durchlässig, locker.

Einheimische Heilpflanze. Aus den gelben Blüten lässt sich das bekannte rote Johanniskrautöl leicht selbst herstellen. Öl zum Einreiben bei Nervenschmerzen, Blutergüssen, etc. Tee wirkt u. a. gegen Depressionen.

K



Kamille 

Echte Kamille (*Matricaria chamomilla*); Höhe bis 50 cm

Anspruchslose, zierliche Pflanze mit typischen, mildem Duft und Aroma. Blüten für Tee und Salben. Einjährig.

Färberkamille (*Anthemis tinctoria*); Höhe 90 cm

Boden: anspruchslos; Standort: sonnig.

Zwei- bis mehrjährige Kamillenart mit dottergelben Korbblüten, die zum Gelbfärben von Wolle und Stoffen verwendet werden kann. Sehr gute Schnittblume.

Färber-Hundskamille (*Anthemis tinctoria*); Höhe 60 cm

Unkomplizierte, dichte, kompakte Staude. Die goldgelben Blüten erscheinen von Juni bis September in großer Zahl und werden vor allem von Schwebfliegen und Wildbienen besucht. Sie hat einen aromatischen Blatt- und Blüten-duft, die Blüten wurden früher als Färbemittel verwendet. Mehrjährig.

Römische Kamille (*Chama-emelum nobile*); Höhe 60 cm

Fruchtig duftende Badekamille. Sie ist sehr schön als Duftpflanze.

Strahlenlose Kamille (*Matricaria discoidea*); Höhe 30 cm

Die so unscheinbar wirkende Strahlenlose Kamille wächst auch auf verdichteten und befahrenen oder betretenen Böden. Ihre Heilwirkung ist bei der direkten Anwendung (Tee) ähnlich der echten Kamille. Mit ihrer beruhigenden und krampflösenden Wirkung lindert sie Blähungen und andere Beschwerden der Verdauungsorgane, die mit krampfartigen Zuständen zu tun haben.

Kampferkraut (*Tanacetum balsamita var. camphoratum* (*Balsamita vulgaris*); Höhe 120 cm

Die einzige vollkommen winterharte Pflanze, die ein reines Kampferaroma hat. Sehr gut sind die Blätter für Potpourri. Im Jahreslauf nimmt dann die Aromaintensität zu. Frostfest.

Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*); Höhe ca. 30 cm

Von Anfang Juli bis Oktober ausdauernd blühende Rankpflanze mit gelb-orangefarbenen, essbaren Blüten. Spar-sam düngen. Blüten als Farbtupfer im Garten oder Balkonkasten und hübsche Garnierung von Salat. Einjährig.
Tipp: Die Kapuzinerkresse unter Obstbäume pflanzen, dann ziehen die Kapuzinerkressen die Blattläuse von den Bäumen ab.

Katzenminze

Altai-Katzenminze (*Schizonepeta multifida*); Höhe 70 cm

Ihre leuchtend blauen Blütenkerzen sind ein Insektenmagnet und erfreuen durch eine sehr lange Blütezeit. Die geteilten, nach Minze duftenden Blätter ergeben einen aromatischen Tee.

Katzenminze (*Nepeta cataria*); Höhe je nach Standort 30-100 cm

Mehrjährige, weiß-rosa blühende Heil- und Duftpflanze. Katzen sollen durch den Minzeduft angezogen werden und in eine gewisse Unruhe versetzt werden. Verwendet werden die Blüten und Blätter; frisch oder getrocknet, als Tee-aufguss bei Erkältungen, Fieber und Magenverstimmungen.

Känguruh-Apfel

Nachtschattengewächs. Freilandsorte mit gelben bis orangeroten, aromatischen Früchten. Die Früchte sind schwer, dickwandig, geschmackvoll und besonders für den Frischverzehr zu empfehlen. Ihr Geschmack kann zwischen süß und leicht bitter variieren. Unreife Früchte sind giftig. Die Sorte kommt im Freiland schon sehr früh in Ertrag.

Kerbel

Kerbel – Verena (*Anthriscus cerefolium*); Höhe 60 cm

Standort: halbschattig; Boden: locker, mäßig feucht.

Einjähriges Küchenkraut mit anisähnlichem Aroma. Wenn man es aussamen lässt oder im Spätsommer ins Freiland sät, kann man den ganzen Winter über bis ins Frühjahr hinein ernten.

Kerbel ‚Commun‘ (*Anthriscus cerefolium*); Höhe 30 cm

Stark würziges, anisartiges, süßliches Aroma, Petersilienähnliche Blätter. Appetitanregend und blutreinigend.

Verwendung frischer, feingehackter Blätter für Suppen, Soßen, Salate und Kräuterbutter, auch getrocknet als Tee.

Die Blätter werden vor der Blüte geerntet. Einjährig.

Königskerze

Königskerze, großblütige (*Verbascum densiflorum*); Höhe 160-200 cm 

Schmuckstaude; Blüte zitronengelb mit dunkler Mitte. Zweijährig.

Purpurkönigskerze (*Verbascum phoeniceum*); Höhe bis 100 cm

Zierliche Stein- und Staudengartenpflanze, besonders für trockenwarme Standorte. Violette Blüten mit gelbem Grund.

Schaben-Königskerze (*Verbascum blattaria*); Höhe 120 cm

Die Schaben-Königskerze ist eine alte Nutzpflanze zum Vertreiben von Küchenschaben (Kakerlaken) und anderen Schadinsekten. Sie gilt in Deutschland als gefährdete Art. Die imposanten Blüten werden nur von Motten bestäubt und im Herbst erfreuen sich die Vögel an den Samen.

Schwarze Königskerze (*Verbascum nigrum*); Höhe 160 cm

Große Staude mit breiten, spitzen Blättern und großen kerzenartigen Blütenständen mit unzähligen gelben Einzelblüten. Die gelben Blüten sind mit violetten Staubgefäßen bestückt, die einen schönen Kontrast bilden.

Koriander

Koriander (*Coriandrum sativum*); Höhe 60 cm

Das einjährige Kraut ist in der scharfen und chinesischen Küche sehr beliebt. Es eignet sich als frisches Grün in Suppen, zu Fleischgerichten oder die gemahlene Samen auch zu Gemüse wie Rote Bete.

Blattkoriander Thai (*Coriandrum sativum*)

Einjähriges Küchenkraut. Typisch für die asiatische Küche. Darf in keinem asiatischen Gericht fehlen. Frisches Grün für Suppen und Fleischgerichte – immer erst kurz vor Garende den Speisen zugeben.

Winterkresse (*Barbarea praecox*)

Die Winterkresse ist eine wüdrige Salatpflanze mit kresseartigem, scharfem Geschmack. Auch Barbarakraut genannt. Kräftig grüne, wüchsige Blattrosetten, die mehrfach geschnitten werden können. Zweijährige, frostharte Pflanze.

Kümmel

Gemeiner Kümmel (*Carum carvi*); Höhe 30-40 cm

Klassisches Gewürz zu schweren Speisen. Zweijährig.

Schwarzkümmel (*Nigella sativa*); Höhe 40 cm

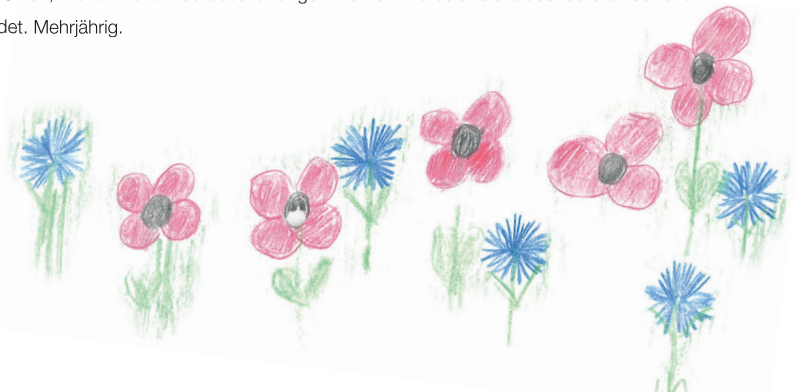
Von der Türkei über Russland bis nach Indien verbreitetes Gewürz. Mild nussig schmeckende Samen, die in größeren Mengen zum Würzen von Dhal (indische Linsensuppe), Bestreuen von Brot und vielen anderen Gelegenheiten gebraucht werden.

Kornblume (*Centaurea cyanus*); Höhe 100 cm

Einjährige Sommerblume für Acker und Garten, die in den Farben Blau, Rosa und Weiß blüht. Anspruchslose, gute Schnittblume und wertvolle Insektenweide.

Kurkuma (*Curcuma longa*); Höhe bis 120 cm

Die Kurkuma ist in ihrer Heimat Indien ein unentbehrliches Küchengewürz und Heilmittel. In der ayurvedischen Medizin dient sie als blutreinigendes, entzündungshemmendes und antiparasitäres Mittel. Auch zur Behandlung von Verdauungs- und Hautproblemen, Wunden und Hautabschürfungen. Ferner wird es anstelle des teureren Safrans als gelber Farbstoff verwendet. Mehrjährig.





L

Lauch-Scheibenschötchen (*Peltaria alliacea*); Höhe 50 cm

Ein leckeres Wildkraut mit dem Geschmack von Kresse, Senf und Knoblauch. Eines der wenigen Kräuter, die sogar im Winter grün bleiben. Schon im zeitigen Frühling ernten sie frische, knackige Blätter. Nach der Blüte sollte man die Pflanze zurückschneiden, damit sie wieder neu austreiben kann. Für Salate geeignet.

Lavendel

Lavendel (*Lavandula officinalis*), Höhe 30 – 60 cm

Ausdauernder Halbstrauch mit lila-blauen Blüten. Aromatische Duft- und Bienenpflanze. Sonniger, geschützter Standort, Boden durchlässig, kalkhaltig. Mehrjährig.

Lavendel "Hidcote Blue" (*Lavandula angustifolia*); Höhe 40 cm

Ein kurzer, kompakter Lavendel mit relativ kurzen dunkelvioletten Blütenstängeln; bestimmt eine der dunkelsten überhaupt. Durch die intensive Färbung schön zum Trocknen geeignet. Wärmeliebend und mag es windgeschützt. Frosthart.

Lavendel Ametyst (*Lavandula angustifolia*); Höhe 20-60 cm

Halbstrauch, der zahlreiche, verzweigte, teils auch verholzende Stängel besitzt. Die graugrün gefärbten Blätter sehen schmal und lanzett-ähnlich aus. Lavendel bildet blau-violette Blüten, die sich in ährenartigen Scheinquirlen anordnen. Echter Lavendel riecht aromatisch, gehört zu den Lippenblütlern und blüht von Juni bis August. Er bevorzugt trockene und sonnige Plätze.

Lein mehrjährig, Himmelszelt (*Linum perenne*); Höhe ca. 50 cm

Dauerblüher für Rabatte und Steingarten, auch an trockenen, sandigen Standorten. Blüte hellblau. Hauptblütezeit von Juni bis Juli. Die einzelnen Blüten halten nicht lange, aber es werden laufend neue nachgeschoben. Rückschnitt nach Blüte oder Samenbildung.

Liebstöckel (*Levisticum officinale*); Höhe 130 bis 200 cm

Ausdauerndes Suppen- und Würzkräuter, wegen seines charakteristischen Geschmacks auch Maggikraut genannt. Bienenpflanze mit unscheinbaren gelb-grünen Doldenblüten. Standort sonnig bis halbschattig. Mehrjährig.

Lungenkraut (*Pulmonaria officinalis*)

Im Mittelalter ein wichtiges Heilkräuter gegen Lungenleiden. Im Frühjahr März / April blühen sie wunderschön lila-rosa.

M

Maca (*Lepidium peruvianum*); Höhe bis 20 cm

Wurzelknolle aus den peruanischen Anden. Das Gewächs wächst als zwei- oder selten einjährige krautige Pflanze. Schmeckt wie Kresse, wirkt wie Ginseng.

Mexikanischer Wegerich (*Plantago subnuda*)

Wegerichart mit schönen, breit-elliptischen Blättern, diese sind nicht bitter und haben ein Steinpilzaroma, für Wildkräutersalate. Auf trockenen Standorten auch mehrjährig.

Majoran und Oregano

Standort: sonnig, warm; Boden: trocken und durchlässig.

Wilder Majoran oder Dost (*Origanum vulgare*); Höhe 45 cm

Wintergrüne Pflanze. Blätter und Blüten zum Würzen vieler Speisen und für Tee. Blüten ziehen Schmetterlinge und Bienen an.

Französischer Majoran (*Origanum onites* „French“)

Einjährige Würz- und Bienenpflanze; als Gemüse frisch oder getrocknet in Kartoffelgerichten und in Fleischgerichten sehr aromatisch.

Griechischer Oregano (*Origanum heracleoticum*); Höhe 30 cm

Mehrjährige Pflanze; Blütenfarbe weiß-rosa. Typisches Gewürz für Pizza und Saucen. Ertragreiche Selektion mit besonders intensivem Aroma.

Libanesischer Oregano ‚Babilje‘ (*Origanum syriacum*)

Blumig, scharf und herb zugleich. Der libanesische Oregano hat relativ zarte Blätter, dafür aber ein umso kräftigeres Aroma. Im Vergleich zu anderen Arten ist der besonders blumige Duft der Blätter auffallend. Nicht ganz winterhart.

Würzoregano (*Origanum samothrake*)

Gewürzpflanze; typisches Gewürz für Pizza und Saucen.

Malven

Aibika (*Abelmoschus manihot*)

Eine enorm schnell wachsende Strauchmalve. Blüten und Blätter sind essbar, sowohl roh als auch gekocht. Die großen Blätter lassen sich als „Wrap“ wie Wein- oder Kohlblätter nutzen. Man kann die Pflanze kühl überwintern, dabei verliert sie die Blätter. Bei warmer Überwinterung bleibt sie grün.

Gemüsemalve, chinesisches (*Malva verticillata crispa*)

Salat- und Blattgemüsepflanze. Die gekrausten Blätter können gedünstet oder wie Spinat zubereitet werden. Beerntet werden die grünen Blätter der Rosette.

Trichtermalve (*Malope trifida*); Höhe bis zu 90 cm

Die Trichtermalve ist eine wunderschöne einjährige Pflanze. Die trichterförmigen Blüten der Trichtermalve sind mit ihren leuchtenden Farben in Rosa, Rot, Violett und/oder Weiß ein echter Blickfang. Buschiger Wuchs.

Margeriten

Margarite Frühling (*Chrysanthemum leucanthemum*); Höhe ca. 80 cm

Ausdauernde, früh blühende Margarite mit festen, unverzweigten Stielen. Großblumige, weiße Blüten mit gelber Mitte, reichblühend. Hervorragend zum Schnitt geeignet.

Bergmargerite (*Ursinia calendulifolia*); Höhe 25 cm

Zierlicher Sommerblüher mit leuchtend gelben und orangefarbenen Blüten. Nach dem Abblühen werden die Samen zu vielen kleinen Schirmchen – fast wie eine neu erblühende Blume, weiß mit beigefarbenen Sternen. Eignet sich gut als Beetbegrenzung, entlang von Wegen und Zäunen oder auch in einem Blumenkasten. Einjährig.

Marienblatt (*Balsamita major*); Höhe 120 cm 

Eine Heil- und Würzpflanze aus mittelalterlichen Klostergärten. Gelbe unscheinbare Blütenköpfe entwickeln sich im Hochsommer. Breitet sich kriechend durch Ausläufer aus.

Marien-Glockenblume (*Campanula medium*); Höhe 50-70 cm 

Wunderschöne Bauerngartenpflanze mit großen, glockenförmigen blau/rosa/weißen Blüten. Bildet im ersten Jahr Blattrosetten und erst im zweiten Jahr Stängel und Blüte. Blüte im Juni und Juli. Sonniger Standort. Zweijährig.

Marokkanisches Leinkraut (*Linaria maroccana*); Höhe 30-50 cm

Das Marokkanische Leinkraut ist ein filigranes Wegerichgewächs, dessen Blüten kleinen Löwenmäulchen ähneln. Die anspruchslose, einjährige, zierliche Pflanze blüht den ganzen Sommer ab Juni bis zum Frost in herrlichen Farbkombinationen von rosa/rot bis violett/blau. Sie eignet sich gut als Schnittblume.

Meerträubel (*Ephedra*)

Das Meerträubel mit seinem außergewöhnlichen, bizzaren Wuchs ist eine wichtige Heilpflanze der TCM. Das Aussehen ist etwa eine Mischung aus Schachtelhalm und Ginster. Meerträubel ist winterhart und gut an Hitze und Trockenheit angepasst. Achtung: Giftig!

Meerzwiebel, Heilzwiebel (*Ornithogalum caudatum*)

Liliengewächs. Heilpflanze aus Südafrika. Wie Aloe Vera ist der Saft aus den dicken Zwiebeln zu gebrauchen: Wenn Sie einfach ein Stück mitten aus der Zwiebel herauschneiden, wird sie ungestört weiterwachsen. Die Meerzwiebel gehört schon seit langer Zeit zu den bewährten Hausmitteln in Deutschland und im Ausland wird sie sogar ‚German Onion‘ genannt. Verträgt viel Trockenheit und auch die meist trockene Zimmerluft. Nicht winterhart.

Melissen 

Türkischer Drachenkopf (*Dracocephalum moldavicum*); Höhe 80 cm

Zitronen-aromatische Gewürz- und Teepflanze, deren Blüten und Blätter getrocknet oder frisch verwendet werden. Die großen violetten Lippenblüten sind eine Freude für Bienen und Hummeln. Einjährig.

Weißer Melisse (*Nepeta cataria* ssp. *Citriodora*)

Das Aroma ist mild-zitronig mit etwas Rose und hält sich im Gegensatz zur echten Melisse auch nach dem Trocknen erstaunlich gut. Der Tee, vor allem frisch, schmeckt viel besser als von Zitronenmelisse und wirkt leicht entspannend und hat eine wohltuend entspannende Wirkung auf den Solarplexus.

Zitronenmelisse (*Melissa officinatis*); Höhe ca. 60 cm

Wurz- und Heilkraut mit starkem, frischem Zitronenaroma. Blätter für Tee (verleiht auch Mischungen eine zitronige Note), frisch als Küchenkraut. Standort sonnig bis halbschattig, humoser, durchlässiger Boden. Mehrjährig.

Minzen (Alle Arten sind bienenfreundlich!)

Die meisten Minzen lieben feuchten Boden und sind mit Halbschatten zufrieden. Sie breiten sich stark aus, deshalb evtl. in Behältern im Boden versenken oder Ausdehnungsdrang durch eingegrabene Bretter o. Ä. eindämmen.

Ananasminze (*Mentha suaveolens* *Variegata*); Höhe 70 cm

Leuchtend weiß gefleckte, haarige Blätter; frische kopfige Duftnote.

Apfelminze (*Mentha suaveolens*); Höhe 60 cm

Blassgrüne, flaumige Blätter, fruchtiger Geschmack, gut für Tee und zu Gemüsegerichten und Saucen.

Amerikanische Bergminze (*Pycanthemum pilosum*) 

Angenehm minzartiges Teekraut. Weiße Blüten in halbkugeligen Blütenständen in mehreren Wirteln übereinander.

Bananen-Minze (*Mentha arvensis* ,*Banana*); Höhe 30 cm

Die Blätter der Bananen-Minze schmecken erfrischend. Ab Juli bringt sie lilafarbene Blüten hervor.

Birnenminze (*Mentha species*)

Das süße Minze Aroma mit einem Schuss fruchtiger Birnennote und wenig Menthol prädestiniert diese robuste Art für den Einsatz in Süßspeisen und Tees.

Echte Bergminze (*Calamintha nepeta*); Höhe 30-80 cm 

Gewürzstaude mit Kampferminzenaroma, zum Würzen von z. B. Salaten und Gurken. Liebt sonnigen, auch kargen Standort (Mauerfugen).

Englische oder Schwarze Pfefferminze (*Mentha x piperita*); Höhe 45 cm

Dunkelgrüne Blätter, rötliche Stengel. Frisch oder getrocknet sehr gut für Tee; Hoher Menthol-Gehalt.

Erdbeerminze (*Mentha species*); Höhe 50 cm

Diese zierliche Minze beglückt uns mit einem Dufterlebnis nach Erdbeeren; eine schöne Duftminze für Tees und Süßspeisen. *Tipp: Einen Zweig Erdbeerminze in eine Karaffe mit kaltem Wasser geben; schmeckt an warmen Tagen wunderbar erdbeurig; probieren Sie es ganz ohne Erdbeeren!*

Grapefruit-Minze (*Mentha suaveolens* ,*Grapefruit*); Höhe 50 cm

Grapefruitminze vereint das herbe Aroma der Grapefruit mit echtem Pfefferminz. Eine sehr aromatische Teepflanze und gut für die asiatische Küche geeignet.

Ingwerminze (*Mentha x gracilis* ,*Variegata*); Höhe 40 cm

Hat wenig Menthol: darum vielfältig verwendbar. Weiche, gelbbunt panaschierte Blätter vermitteln ein dezentes, fruchtiges, entfernt an Ingwer erinnerndes Aroma. Passt gut an Joghurtsoßen und kalte Marinaden.

Japanische Tigerölminze (*Mentha arvensis* var. *piperascens*)

Schon beim Zerreiben der Blätter steigt ein reiner Mentholduft auf, der durch die Reizung der nasalten Kälterezeptoren das Gefühl einer erleichterten Atmung entstehen lässt. Daher ist diese Minze auch Ausgangsstoff des japanischen Tigeröls. Ein absolutes Muss bei Erkältungen!

Kamminze (*Elsholtzia ciliata*)

Das unbekannte, aber ausgezeichnete Würzkräut hat viel Ähnlichkeit mit der Vietnamesischen Melisse. Aromabeschreibung: wie Gurkendill, d. h. Dillblüten und -samen. Angenehm und vielfältig in Würzzubereitungen, Kräutersalz usw. Ausgezeichnet in Currygerichten. Einmal angesiedelt, sät es sich immer wieder aus, doch wird wegen der Zierlichkeit nie zur Plage.

Kümmel-Bergminze (*Calamintha nepeta*, *Carum*); Höhe 50 cm

Überzeugend auch für den Kümmelmuffel. Probieren Sie mal ein paar der weichen Blätter auf Käsebrot! Der Kümmel-Minze-Geschmack erinnert stark an die türkische Minze. Der Neuaustrieb im Frühjahr beginnt immer mit einer leichten Gelbfärbung. Deswegen wird sie auch Goldene Bergminze genannt. Im Sommer erfreut sie uns mit filigranen rosa Blüten. Frosthart.

Lavendelminze (*Mentha species*)

Die ersten Blätter im Frühjahr, wenn das Wetter noch recht kühl ist, schmecken ganz ähnlich wie Basilikum und sind gerade in dieser Zeit ein willkommener Ersatz. Später bei wärmerer Witterung wandelt sich der Duft und geht dann mehr ins Fruchtlige, Blumige.

Marokkanische Minze (*Mentha spicata v. crispata*); Höhe 45 cm

Arabische, sehr aromatische Sorte mit krausen Blättern.

Mentholminze (*Mentha spicata*); Höhe 80 cm

Typische Teeminze, die oft feldweise für getrockneten Tee angebaut wird. Aroma wie die Spearmint und Pfefferminze.

Mojito-Minze (*Mentha species Nemorosa*); Höhe 60 cm

Die ideale Minze für den berühmten Mojito-Cocktail. Sehr gesunde wüchsige Sorte.

Orangenminze (*Mentha piperita v. citrata*)

Fruchtiges Aroma, das an Bergamotte-Orange oder Earl-Grey-Tee denken lässt. Dieser Minze fehlt ganz eindeutig der betäubende Mentholgeschmack. Dafür können andere Duftkomponenten mehr in den Vordergrund treten. Gut für Teemischungen. Vitale Pflanze, die sich rasch ausbreitet. Rot-grüne Blätter.

Römische Minze (*Calamintha species*)

Passt durch ihr feines, liebliches Aroma gut zu mediterranen Gerichten, aber auch zu Süßspeisen wie Mousse au Chocolat.

Schokoladenminze (*Mentha x piperita var. Piperita*); Höhe 40cm

Diese Schokoladenminze riecht wie das berühmte Schokotäfelchen mit Minzfüllung. Sie ist besonders gut für Desserts geeignet. Natürlich kann man auch einen ganz normalen Pfefferminztee von dieser außergewöhnlichen Sorte kochen. Da sie eine echte Pfefferminze ist, enthält sie viel Menthol. Dies gibt Geschmack und sorgt bei Magenverstimmung für Linderung.

Spearmint (*Mentha spicata*); Höhe 60 cm

Grüne Minze mit Kaugummigeschmack

Teeminze (*Mentha spicata*); Höhe 50-70 cm

Die Marokkanische Teeminze ist eine der beliebtesten Teesorten für den traditionellen, nordafrikanischen Minztee. Sie blüht blass-lila, hat lindgrüne, ovale, raue Blätter. Mehrjährig.

Türkische Minze (*Mentha spicata v. crispata*)

Es gibt wohl kaum eine bessere Würzminze für salzige Speisen. Fruchtiger, an Kümmel erinnernder Geschmack. Stark gekrauste, dunkelgrüne Blätter.

Mohn

Mohn, fransig (*Papaver somniferum var. laciniatum*)

Einjährige, attraktive Sommerblume mit dicht gefüllten, fransigen Blüten in Weiß-, Lachs- und Rottönen, die sich knospig geschnitten, auch als Schnittblume eignet.

Ziermohn, gefüllt (*Papaver somnif. var. paeonifl.*)

Große, gefüllte Blüten in Rosa; bildet laufend frische Knospen. Blühdauer mehrere Wochen im Frühsommer, reife Kapseln sind offen.

Monarde

Indianernessel (*Monarda didyma*); Höhe bis 60 cm

Auch Goldmelisse genannt. Blüte von Juni bis September. Die schönen rosa bis lilafarbenen (fast pinkfarbenen) Blüten locken Bienen und Hummeln an. Blätter und Blüten gut für Tee oder Goldmelissensirup. Mehrjährig.

Bergamott-Monarde (*Monarda fistulosa*); Höhe ca. 120 cm

Indianernessel. Blätter und blassrosa Blütenköpfe geben einen erfrischenden, zitrusartigen Tee.

Monarde, Mischung (*Monarda spec.*)

Sorten mit purpur, veilchenrosa, blassrosa und scharlachroten Blütenköpfen; Blätter und Blütenköpfe ergeben einen erfrischenden, thymian- bis zitronenartigen Tee.

Oswegokraut (*Monarda fistulosa ssp. Menthifolia*); Höhe 100 cm

Eine robuste, herb duftende Spielart der Monarda. Die Blätter schmecken wie eine Mischung von Oregano und Thymian und eignen sich als Würze für mexikanische Gerichte mit Bohnen, Chili oder Fleisch. Aber auch als Heilkraut wird das Kraut geschätzt. Es wirkt schweißtreibend, antiseptisch und bei Pilzinfektionen. Ein Dampfbad hilft bei verstopften Nebenhöhlen. Pulverisiert werden die getrockneten Blätter angewendet gegen Kopfschmerzen. Frosthart.

Präriebergamott (*Monarda citriodora*)

Herrliche Blüten für leckeren Tee. Sehr leckere Teepflanze mit besonders schönen rosa Blüten. Heißt im Englischen auch „Lemonmint“. Herbes, würziges Zitronenaroma.

Zitronenmonarde, duftende (*Monarda citriodora*)

Die Blätter können roh und gegart gegessen werden. Sie haben einen hervorragenden zitronigen Geschmack, klein geschnitten verfeinern sie jeden Fruchtsalat.

Mondviole, Silberpfennig (*Lunaria annua*); Höhe 50-100 cm

Wildpflanze mit violetten (mitunter auch weißen) Blüten und attraktiven durchscheinenden Fruchtschoten, wegen denen sie auch Mondviole, Silbertaler oder Silberpfennig genannt wird. Ein wunderschöner Frühlingsblüher, der in Bauerngärten weit verbreitet ist. Einjährig.

Mondwinde (*Calonyction album (Ipomoea alba)*); Höhe bis 600 cm

Nachtduftende Rankpflanze. Die weißen, großen Blüten duften nachts ganz köstlich, aber kaum geht die Sonne wieder auf, schließen sich die Blüten. Die Blütenknospen werden in Südostasien und Teilen Südamerikas als Gemüse, in Curries oder Suppen genutzt. Frostfrei überwintern.

N



Nelken

Amur-Nelke (*Dianthus amurensis*); Höhe 10-30 cm

Die violett-rosa Polsternelke mag sonnige, und nicht zu feuchte Standorte und kann sowohl in Töpfen als auch in Naturgärten gepflanzt werden. Bei Bienen ist sie sehr beliebt. Mehrjährig.

Bartnelke „Chris“ (*Dianthus barbatus*)

Wunderschöne, robuste Bauerngartensorte mit ausdauernder Blütezeit und langer Vasenhaltbarkeit. Die tiefroten Blüten mit weißem Auge duften dezent nach Nelken. Bartnelken blühen erst im zweiten Jahr und kommen auch gut mit halbschattigen Standorten zurecht.

Heidenelke (*Dianthus deltoides*); Höhe 10-15 cm

Niedrige Polsterpflanze mit dunkelrot/rosa-farbenen, feinen Blüten. Gut für Steingärten oder Trockenmauern geeignet. Sonnige Standorte. Blüte Juni bis September. Mehrjährig.

Kronenlichtnelke (*Silene coronaria*)

Langanhaltende Blüte, auch für Schnitt geeignet

Karthäusernelke (*Dianthus carthusianorum*); Höhe 30 cm

Die Kultur der Karthäusernelke im Garten ist recht einfach. Tagfalterblume mit hohem Zierwert und langer Blütezeit. Gute Kübelpflanze. Winterhart.

Nelken-Leimkraut (*Silene armeria*)

Schmetterlingsmagnet mit zartrosa bis kräftig leuchtenden, pinkfarbenen Blüten.



P

Pelargonien

Duftgeranien

Der Duft entsteht durch ätherische Öle, die sich in der Pflanze bilden. Das Naturparfum entfaltet sich beim Reiben der Blätter zwischen den Fingern. Man geht davon aus, dass die Pflanzen diesen Duftmechanismus als Schutz vor pilzlichen und tierischen Schädlingen sowie als Schutz vor dem "Gefressen werden" (Wild, Raupen, Schnecken usw.) entwickelt haben. Der Mensch hat sich diese Eigenschaft zum Schutz vor Mücken zu eigen gemacht. Die Blätter lassen sich verwenden für Duftschalen, Duftlampen, Parfum. Ausdauernd, jedoch frostfreie Überwinterung nötig.

Duftgeranie "Clorinda" (*Pelargonium x Clorinda*); Höhe 120cm

Die alte Sorte Clorinda verströmt über die Blätter einen fantastischen Duft. Das bonbonartige Aroma passt garantiert an alles, was süß schmecken soll. Ausladender Wuchs.

Cola-Duftgeranie (*Pelargonium sp. Torento*); Höhe 80 cm

Herrliches Cola-Aroma, auch für Tees.

Rober's Lemon Rose Duftgeranie (*Pelargonium graveolens*); Höhe 120 cm

Starker, aufrechter Wuchs. Frischer Rosenduft mit einer fruchtigen Note. Sehr gut für aromatisierten Tee!

Heil-Pelargonie / Kapperanie (*Pelargonium sidoides*); Höhe 40 cm

Diese Pelargonie kommt aus Südafrika und hat große Bedeutung erlangt, weil aus ihr das Arzneimittel Umckaloabo hergestellt wird. Die Pflanzen wachsen etwas langsamer, aber es ist auch eine sehr schöne, dekorative Art. Überwintern ist ideal an einem hellen Ort (Wintergarten).

Pfefferminzgeranie / Kuschelgeranie (*Pelargonium tomentosum*); Höhe 90 cm

Die flauschigen Blätter wachsen enorm schnell; große, ovale, sehr fein und dicht behaarte Blätter, die der ganzen Pflanze einen samtigen Glanz geben. Kann als Tee verwendet werden. Reines Pfefferminzaroma. Überwintern an einem kühlen, dunklen Ort.

Zitronenduft-Pelargonie (*Pelargonium var. graveolens*)

Immergrüne Zimmerpflanze, hält Fliegen fern. Standort: Sonniges Fensterbrett. Wegen ihres kompakten Wuchses und der vielen relativ großen, rosa Einzelblüten eine sehr schöne Sorte. Überwintern im Zimmer oder Wintergarten.

Petersilie

Petersilie, kraus (*Petroselinum crispum*); Höhe: 20 cm

Standort: Feucht, halbschattig. Boden nahrhaft, durchlässig, humusreich. Zweijähriges Küchenkraut.

Petersilie, glatt (*Petroselinum crispum*)

Zweijährig. Der Geschmack ist intensiver als bei der krausblättrigen Art.

Phlox ‚Märchenzauber‘ (*Phlox drummondii*); Höhe 40 cm

Dieser einjährige Phlox ist eine wunderbare Beet- und Balkonblume mit niedrigem Wuchs und langer Blühdauer.

Passt besonders gut als Farbtupfer zwischen Gemüsereihen. Die Farbvielfalt dieser Mischung bezaubert mit Weiß-, Rot-, Rosa- und Violetttönen. Alle Blüten sind mit einem dunklen Auge versehen. Der Duft erinnert an Flieder, kombiniert mit Honigmelone.

Physalis

Lampionblume (*Physalis alkekengi*); Höhe ca. 60 cm

Verwandt mit Tomatillo; essbare orangefarbene Beeren. Wachsen in einer laternenartigen Hülle; auch wirksam bei Fieber und Gicht. Winterhart. Mehrjährig.

Schönbrunner Gold (*Physalis peruviana*); Höhe 100-200 cm

Diese Andenbeeren, im Handel als Physalis bekannt, bilden besonders große, goldgelbe Beeren von süß-säuerlichem, aromatischem Geschmack. Als Frischobst, aber auch als Kompott oder Marmelade köstlich! Geben Sie der Pflanze eventuell eine Stütze. Sie wird sehr ausladend. Auf Spätfröste achten, da nicht frostfest!

Pilzkraut (*Rungia klossii*); Höhe 60 cm

Ernten Sie knackige, dicke, glänzende Blätter mit einem delikaten, zarten Pilzaroma! Das Pilzaroma wird bei kurzem Mitgaren verstärkt, sodass es sinnvoll ist, es erst am Ende des Kochvorgangs mitziehen zu lassen. Im Winter ist es ideal auf dem Küchen-Fensterbrett aufgehoben. Oder im Keller ohne Licht.

Pimpinelle (*Sanguisorba minor*); Höhe 40 cm

Boden: trocken, kalkhaltig; einheimische Pflanze. Die gezähnten Blättchen passen mit ihrem gurkenähnlichen Geschmack z. B. zu Kartoffelsalat oder Kräuterquark und sind Bestandteil der „Frankfurter Grünen Sauce“. Gut zum Garnieren geeignet. Standort: Sonnig.

Porree, Wilder (*Allium scorodoprasum*)

Die Porreeestangen sind winterhart und können im zweiten Herbst bis ins Frühjahr bei Bleistiftstärke geerntet werden. Im darauffolgenden Jahr bilden sich an nicht geernteten Pflanzen neue Brutzwiebeln und im Boden knoblauchgroße Zehen mit Porreegeschmack.

Prachtkerze (*Gaura lindheimeri*) 

Insekten- und Bienenpflanze. Schon im ersten Jahr blühende Staude mit lilienartigen, weißen Blüten, die an langen Blütenstielen über der Blattrosette sitzen. Lange Blühzeit bis in den Herbst. Auch für den Schnitt geeignet.

Prachtscharte (*Liatris spicata*); Höhe 100 cm 

Wird oft verwendet, um Trockensträuße und Gebinde zu verschönern und ist daher in der Floristik eine beliebte Pflanze. Auch als langlebige Schnittblume.

Q

Quastenblume/Emilie Scarlet Magic (*Emilia coccinea*); Höhe 60 cm

Viele kleine, orangerote Blüten bringen leuchtende Farbtupfen in den Garten. Einjährig.



R

Rauke = Rucola 

Standort: Sonnig bis halbschattig.

Salatrauke (*Eruca sativa*)

Salat- und Würzgemüse mit kurzer Kulturzeit. Sehr anspruchslos. Ungewöhnlicher, aber angenehmer, leicht pikanter Geschmack. Einjährig.

Rucola Red Streaks (*Diplotaxis tenuifolia*)

Die ausdauernde Rucola-Spezialität zeichnet sich durch ihr rot geädertes Blatt aus, das besonders dekorativ auch in der Gastronomie Verwendung findet. Das fein-würzige, leicht scharfe Aroma wird in der italienischen Küche sehr geschätzt.

Rhabarber (*Rheum rhabarbarum*)

Saatgut aus der Sorte „Elmsblitz“, die sich durch einen niedrigen Gehalt an Oxalsäure auszeichnet. Die unterschiedlichen Sämlinge können zur Auslese im eigenen Garten genutzt werden.

Ringelblume (*Calendula officinalis*); Höhe 50 cm

Standort und Boden: Anspruchslos. Einjährig.

Die leuchtend gelben und orangefarbenen Blütenblätter lassen sich vielseitig verwenden, z. B. als Dekoration für Salate und Reisgerichte, Bestandteil von Kräutertee und zur Herstellung von Ringelblumensalbe.

Rittersporn

Lanzenrittersporn (*Delphinium ajacis*)

Der Lanzenrittersporn bildet lange, filigrane, wunderschöne Blütenrispen in blauen, weißen oder rosa Farbtönen. Er wächst auf sonnigen und halbschattigen Standorten. Nach der ersten Blüte auf etwa 10-15 cm kürzen, dann blüht er ein zweites Mal. Besonders attraktiv für Hummeln! Nicht für den Verzehr geeignet.

Sichuan Rittersporn (*Delphinium tatsienense*)

Die blaue Staude bildet viele Verzweigungen aus. Die Blütezeit ist zwar recht kurz, jedoch sät sich die Pflanze gut von selbst wieder aus.

Staudenrittersporn (*Delphinium cultorum*); Höhe 100-140 cm

In verschiedenen Blautönen von Mai bis Juni blühende Staude. Gute Schnittblume für große Sträuße. Sonniger Standort. Mehrjährig.

Rainfarn silber (*Tanacetum niveum*); Höhe ca. 60 cm

Die Blüte ist weiß und die Pflanze mehrjährig. Ihren Lieblingsstandort hat sie in der Sonne. Allerdings kann sie auch Halbschatten vertragen.

Römischer Bertram (*Anacyclus pyrethrum*); Höhe 30 cm

Für Hildegard von Bingen gehört er zu den wichtigsten Kräutern. Wegen seiner angenehm milden Schärfe wurde er einstmal oft als Geschmacksverbesserer in verschiedensten Speisen angewendet. Kleine Staude aus der Kamillenfamilie mit margeritenartigen, hübschen Blüten.

S



Salbei (*Salvia officinalis*); Höhe 60 cm

Viefältige Anwendungsmöglichkeiten in der Küche und zu Heilzwecken, z. B. Tee zum Gurgeln gegen Halsschmerzen. Standort: Sonnig; Boden: trocken, durchlässig.

Afrikanischer Gelber Salbei (*Salvia glutinosa*); Höhe 180 cm

Es ist der einzige Salbei, der gelb blüht. Die gelben, klebrigen Blätter sind mit ihrem süßen Duft gut für Tee. Milder Geschmack. Überwintern kann die Pflanze an einem hellen kühlen Ort.

Ananassalbei (*Salvia rutilans*); Höhe 200 cm

Die karminroten Blüten erscheinen meist im Spätsommer; sie sind essbar wie die Blätter und ein unaufdringliches Gewürz, das zu vielen süßen wie salzigen Speisen passt. Schon bei leichter Berührung entströmt ein zartes Aroma – wie frische Ananas. Da die Pflanze schnell sehr groß werden kann, ist anzuraten, jedes Jahr neue Pflanzen aus Stecklingen oder Ausläufern zu ziehen. Nicht frosthart!

Dalmatinischer Salbei (*Salvia officinalis* ssp. *Major*); Höhe 130 cm

Ideale Sorte für Saltimbocca; ausladender Wuchs und sehr ertragreich.

Eisenkraut-Salbei (*Salvia verbenaca*)

Kleiner Bruder des Wiesensalbeis. Blüten und junge Blätter duften angenehm und können zum Würzen von Salaten verwendet werden. In Marokko nimmt man die ganzen Blütenstängel für einen Tee, der Bauchweh und Verdauungsbeschwerden lindert und sogar bei Diabetes helfen soll. Frosthart.

Guaven-Salbei (*Salvia darcyi*); Höhe 80 cm

Die Blätter riechen so wie die tropische Frucht! Echtes Guavenaroma verströmen die harzigen Blätter dieses im Sommer rot blühenden Strauchsalbeis. Gut in Teemischungen, wenn Sie keine Abneigung gegen den leicht bitteren Geschmack haben. Überwintern im Wintergarten, lauwarm bei ca. 15 °C.

Johannisbeersalbei (*Salvia ovrhamis*); Höhe 80 cm

Aus Mexiko stammt dieser strauchig wachsende Duftsalbei. Die bezaubernden rosaroten Blüten erscheinen unauffällig bis in den späten Herbst. Blätter und Blüten duften deutlich nach schwarzen Johannisbeeren und können in kleinen Mengen für Süßspeisen und Salate verwendet werden. Teemischungen bekommen ein dunkel-fruchtiges Bukett. Wächst sehr schnell.

Johannisbeersalbei "Hot Lips" (*Salvia microphylla*); Höhe 100 cm

Die peppige Farbkombination in der Blüte aus Weiß mit roter „Unterlippe“ ist es, die in den Bann zieht. Sowohl die Blüten als auch die Blätter sind essbar und eignen sich hervorragend als dekorative Elemente in Salaten oder Desserts. Die Blätter können auch für die Zubereitung von Tee verwendet werden, der einen leicht bitteren, aber magenstärkenden Geschmack hat.

Kanarischer Salbei (*Salvia canariensis*); Höhe 120 cm

Schöne rosa Blütenstände, die sehr an die des Muskatellersalbeis erinnern. Pfeilförmige Blätter. Benötigt durchlässigen Boden. Blüht den ganzen Sommer bis in den Herbst hinein. Ausdauernd, nicht frosthart.

Marokkanischer Salbei (*Salvia taraxicifolia*); Höhe 30 cm

Ein sehr aromatischer, zitronig duftender Salbei aus den Bergen Marokkos; im Garten ideal für Steingärten oder in Töpfen und Kübeln; schöne rosa Blüten über einen langen Zeitraum.

Muskatellersalbei (*Salvia sclarea* var. *turkestanica*); Höhe 150 cm

Schöne weiß blühende Blüten mit herb-frischem Duft, gut in Potpourries. Schön für den mediterranen Garten. Salbei wird eine antibakterielle, schmerzstillende, krampflösende und verdauungsfördernde Wirkung zugeschrieben. Mit Tee und Tinkturen auf der Basis von Muskatellersalbei kann man Verdauungsstörungen, Frauenleiden, Zahnfleischentzündungen und viele weitere Beschwerden behandeln. Standort: Sonnig. Boden: Gut entwässert. Zweijährig.

Pannonischer Salbei (*Salvia austriaca*); Höhe 60 cm

Robuste, nektarreiche Wildstaude mit entzündungshemmenden Inhaltsstoffen. Kerzengerade aufrecht wachsende, weiße oder cremegelbe Blütenstängel. Sie eignen sich besonders als Schnittblumen, aber auch Bienen und Schmetterlinge freuen sich über die nektarreichen Blüten. Frosthart.

Pfirsichsalbei (*Salvia greggii*); Höhe 200 cm

Die karminroten Blüten sind essbar wie die Blätter und ein unaufdringliches Gewürz, das zu vielen süßen wie salzigen Speisen passt; schon bei leichter Berührung entströmt ein zartes Aroma wie frische Pfirsiche. Überwintern kann die Pflanze an einem hellen, kühlen Ort.

Salbei ‚Salvador‘ (*Salvia officinalis*)

Salbei ‚Salvador‘ lässt sich in der Küche vor allem gut mit anderen intensiven Aromen kombinieren oder als Tee verwenden. Bevorzugt warme, windgeschützte Lagen mit guter Kalkversorgung. Trockenheitstolerant und winterhart.

Wiesensalbei (*Salvia pratensis*); Höhe 50-60 cm

Mehrhährige Pflanze mit leuchtend dunkelblauen Blüten; relativ anspruchslos. Schnittblume.

Sauerampfer

Blutampfer (*Rumex sanguineus*); Höhe 60 cm

Rote, „blutgefüllte“ Blattadern machen diese Art zu einer ausgesprochen blattzierenden Art, wenn auch die Blätter nicht so schön sauer sind wie bei anderen Ampfern. Standort: Halbschattig bis sonnig.

Kulturampfer (*Rumex acetosa*)

Im Frühjahr die jungen Blätter in Salate, zu Suppen oder Kräutermix. Blutreinigend und appetitanregend. Standort: Auch schattig; Boden: feucht, humusreich. Mehrjährig

Sauerklee, brasilianisch (*Oxalis triangularis* ssp. *triangularis*)

Als Zierpflanze überall auf der Welt in Gärtnereien gezogen, ist dieser Sauerklee einsetzbar in der Küche. Die jungen Blätter geben eine hübsche, schön saure Salatdeko und mancher Kräutertee wird durch etwas Sauerklee etwas peppiger im Geschmack. Die Pflanzen sind erstaunlich robust und vertragen viel Trockenheit.

Schabzigerklee (*Trigonella caerulea*); Höhe 40 cm 

Schabzigerklee, auch bekannt als Blaues Wunderkraut oder Blauer Fenchel, ist eine einjährige Pflanze aus der Familie der Hülsenfrüchte. Herzhaftes Kräutergewürz für Brot, Quark und Teigwaren. Blau blühend. Standort: Sonnig.


Schafgarbe ‚Rosella‘ (*Achillea millefolium*); Höhe 60 cm

Die bunte Schafgarbenmischung ‚Rosella‘ bereichert mit ihrem Charme jedes Staudenbeet und ist eine wertvolle Bienenweide. Die Blütezeit erstreckt sich über mehrere Wochen, bei rechtzeitigem Rückschnitt treibt sie eine zweite Blüte im Spätsommer, Herbst. Besonders für den Schnittblumenanbau empfohlen. Mehrjährig.

Schildkresse (*Fibigia clypeata*); Höhe 60 cm

Essbare Pflanze aus der Mittelmeerregion mit einem milden, würzigen, kresseartigen Geschmack. Verwendet werden die jungen Blätter. Die Samenstände sind beliebt als Trockengesteck, sie erinnern an das Silberblatt.

Schlüsselblumen

Duftende Fröhjahrs-Schlüsselblume (*Primula veris*); Höhe ca. 20 cm 

Eine der bekanntesten Fröhjahrsblüher, die an sonnigen und leicht-schattigen Standorten gut gedeihen. Duftende Blüten.

Frühlings-Schlüsselblume rot (*Primula veris*); Höhe 20-30 cm

Rote Blüten. Die Pflanze enthält Saponine und wird in geringen Anteilen Hustentees beigemischt.

Schnittknoblauch (*Allium tuberosum*); Höhe 50 cm

Wie Schnittlauch zu verwenden, aber mit mildem Knoblauchgeschmack. Auch die weißen Blüten sind essbar.

Standort: Sonnig; Boden: nährstoffreich.

Schnittlauch (*Allium schoenoprasum*); Höhe 35 cm

Standort: Sonnig bis halbschattig. Boden: Kalkhaltig, feucht.

Wächst am besten nach, wenn man die einzelnen Büschel bei der Ernte bis auf den Grund zurückschneidet.

Schnittsellerie (*Apium graveolens var. secalinum*); Höhe 8 cm

Die zarten Blätter können bis zum Jahresende genutzt werden für Suppen, Kräuterquark, Salate. Einjährig.

Schöngesicht / Mädchenauge (*Coreopsis grandiflora*); Höhe 50-80 cm 

Kräftig orange-blühende, hübsche Gartenstaude. Gut als Schnittblume geeignet. Mehrjährig.

Schwertlilie, Deutsche (*Iris Germanica*); Höhe 30-80 cm

Die Schwertlilie ist eine mehrjährig wachsende, heimische Wildpflanze. Wunderschöne blau-violette Blüte im Mai und Juni. *Iris Germanica* wächst gern in voller Sonne und liebt sandig-lehmigen Boden und durchlässigen Untergrund.

Shisokraut, rotes (*Perilla frutescens*); Höhe bis 80 cm

Sehr dekorative violett-lila Büsche. Japanisches Würzkräut mit exotischem Geschmackserlebnis in Richtung Cumin, Koriander, Zimt und Anis. Einjährig.

Sibirischer Tee (*Bergenia crassifolia*); Höhe 40 cm

Als immergrüne, auch schön blühende Staude ist die *Bergenia* in vielen Zuchtformen in deutsche Gärten gekommen. Sowohl Blätter als auch Rhizome gelten als Anti-Stress-Mittel.

Skabiose (*Scabiosa atropurpurea*); Höhe ca. 90 cm 

Bienenpflanze. Sommer- und Schnittblume; schöne Farbmischung in Purpur, Rosa und Weiß. Voranzucht: März / April. Ab Ende April Direktsaat. Blüte von Juli bis November. Zum Schnitt sollten die Blütenköpfe halb geöffnet und gut durchgefärbt sein.

Sommeraster rot, gefüllt (*Asteraceae Callistephus chinensis*); Höhe 40 cm

Freiland-Schnittblumen dunkelrot für Sommer- und Herbsternste. Sie zeichnen sich durch große, dicht gefüllte Blüten mit relativ früher Blütezeit aus. Die gelbe Blütenmitte bis zum vollen Aufblühen ist typisch. Einjährig.

Sonnenblume Velvet Queen (*Helianthus annuus*); Höhe 170 cm

Außergewöhnliche Sonnenblume mit ausdrucksstarker, samtig rotbrauner Farbe. Ein besonderer Blickfang für den Bauerngarten. Der Blütendurchmesser beträgt ca. 20 cm. Besonders für den Schnittblumenanbau empfohlen. Einjährig.

Sonnenhut (*Echinacea*)

Roter Sonnenhut (*Echinacea purpurea*); Höhe 120 cm

Wertvolle, im Spätsommer blühende Garten- und Heilpflanzen; fantastische Schmetterlingsmagnete.

White Swan (*Echinacea purpurea*)

Ausdauernde Staude mit grünlich-weißen Strahlenblüten und grünlich braunen Blütenscheiben. Der Stängel trägt lanzettliche, raue Blätter. Blüte von Juli bis September. Mag frischen, durchlässigen Boden und sonnigen Standort. Bienenweidepflanze.

Sonnenhut (*Rudbeckia*)

Sonnenhut – Irish Eyes (*Rudbeckia hirta*); Höhe max. 150 cm

Dieser einjährig gezogene Sonnenhut erstrahlt mit leuchtend gelben, einfachen Blüten mit hellgrünem Mittelpunkt. Die pflegeleichte Sorte liebt vollsonnige, heiße Standorte und findet Verwendung in der Floristik. Blütezeit von Juli bis zum ersten Frost.

Sonnenhut – Herbstwald (*Rudbeckia hirta*); Höhe 80 cm

Goldgelbe Blüten; Schnittblume für Spätsommerschnitt, keine Heilpflanze. Einjährig.

Spanischer Ginster (*Spartium junceum*)

Die großen gelben Blüten verströmen über weite Strecken einen jasminartigen Duft und sind nicht nur bei Menschen, sondern auch bei Bienen sehr beliebt. Die für Ginster typischen, rutenförmigen Stiele eignen sich zum Flechten oder zur Herstellung von Tauen.

Spargelsalat (*Lactuca sativa var. angustana*)

Ostasiatische Salatvariante; die Stängel werden als delikates, spargelähnliches Gemüse genutzt; dafür Stängel entblättern, schälen und dünsten.

Spinat

Chinesischer Baumspinat (*Fagopyrum cymosum*); Höhe 200 cm

Einmal pflanzen – immer ernten! Der Traum eines jeden faulen Gärtners. Dekorative, pflegeleichte, mannshohe Pflanze, die schöne blau-pinkfarbene Blätter hat. Die Blätter sind hervorragend für die Salatdeko oder für Spinat geeignet. Medizinisch wirkt die Pflanze blutdrucksenkend. Winterhart.

Malabarspinat, rot (*Basella rubra*)

Salat- und Dünstgemüse aus Indien. Die Massen an fleischigen, nach zarten Maiskolben schmeckenden Blättern werden als Spinat zubereitet oder Blattsalaten beigegeben. Einjährig.

Neuseeländer Spinat (*Tetragonia tetragonioides*); Höhe 50-100 cm

Neuseeländer Spinat schmeckt ein bisschen intensiver und ist saftiger als unser heimischer Spinat. Er lässt sich in allen Spinat-Rezepten ganz genauso verarbeiten und einsetzen. Auch für grüne Smoothies, sowie für Salate sind die Blätter und Triebe sehr gut geeignet. Neuseeländer Spinat ist eine sehr ertragreiche Pflanze. Je mehr geerntet wird, desto stärker verzweigt sie sich. Gern wächst Neuseeländer Spinat in der Nachbarschaft von Tomaten, Blumenkohl und Salat. Einjährig.

Spindelstrauch (*Euonymus*); Höhe 100 cm

Auch als Pfaffenhütchen bekannt. Die meisten Pfaffenhütchen sind sommergrüne Sträucher oder kleine Bäume. Der Spindelstrauch bevorzugt sonnige bis halbschattige Standorte mit humus- und nährstoffreichen, eher schweren Böden. Giftig!

Strauch-Levkoje (*Matthiola arborescens var. alba*)

Duftende Levkoje mit essbaren Blüten. In England wird diese ausdauernde, duftende Levkoje gelegentlich in Bauergärten gepflanzt. Die weißen Blüten duften süß, angenehm und intensiv. Die Blüten sind sogar essbar und haben einen würzigen Rettich-Geschmack.

Stevia (*Stevia rebaudiana*); Höhe ca. 80 cm

Das wärmeliebende Süßkraut hat eine 30-mal stärkere Süßkraft als Rübenzucker. Man kann die Steviablätter selbst ernten und entweder die ganzen Blätter verwenden oder diese weiterverarbeiten, um Gerichten und Getränken die optimale Süße zu verleihen. Bevorzugt warme, nährstoffreiche und nicht zu heiße Standorte. Eine kompakte Pflanze wird erreicht durch die Ernte der Triebspitzen. Mehrjährig, nicht frosthart.

Stockrosen

Stockrose dunkelrot (*Alcea rosea*); Höhe 200 cm 

Standort: Sonnig bis halbschattig. Blüht Juli – September. Alte Bauergartenpflanze. Mehrjährig.

Stockrose gelb (*Aleca rugosa*); Höhe bis 200 cm

Gelappte Blätter, einfach blühend, Bienen- und Hummelpflanze, Bauern- und Hausgartenpflanze. Mehrjährig.

Stockrose gefüllt (*Alcea rosea Plena*), Höhe 200 cm

Stockrosen dürfen in keinem Garten fehlen. Mit je einer Pflanze in den Farben Gelb, Rosa, Kirschrot, Weiß und Schwarzrot geht es bei Ihnen so richtig bunt zu. Hohe, aufrechte Stauden für einen warmen, sonnigen Standort.

Stockrose Lene (*Alcea rosea*); Höhe 180 cm

Einjährige Stockrose ‚Lene‘ mit schönen großen Blüten. Farbspiel von hell- bis dunkel-rosa und weiß. Die Farbmi- schung blüht von Juli bis Ende September. Die Pflanzen sind sehr standfest. Einjährig.

Süßdolde (*Myrrhis odorata*); Höhe 90 cm,

Standort: Sonnig bis schattig; Boden: nährstoffreich, feucht. Große Staude mit farnartigen Blättern, die im Geschmack Kerbel ähneln. Weiße Blütendolden, große Samen, die einen süßen Lakritzgeschmack haben und, frisch gepflückt, besonders beliebt bei Kindern sind.

T

Tagetes / Studentenblume

Aztekische Würztagetes (*Tagetes lucida*); Höhe 40 cm

Hübsche Blume, die nicht nur das Auge erfreut, sondern auch den Gaumen. Die kleinen, leuchtend gelben Blüten sind essbar und das Kraut besticht mit seinem intensiven Duft nach Anis und Estragon. Es kann als Gewürz oder für Teeaufgüsse verwendet werden.

Färbertagetes (*Tagetes erecta*); Höhe ca. 80 cm

Reich verzweigte Blume. Mischung gefüllter und ungefüllter, leuchtend goldorangefarbener Blüten, die zum Färben von Stoffen und Wolle geeignet sind.

Gewürztagetes, Huacatay (*Tagetes minuta*); Höhe ca. 150 cm

Würzkraut aus Südamerika mit vielen kleinen, gelben Blüten. Die aromatischen frischen Blätter sind geeignet für Würzpasten, Pesto und Soßen.

Gewürztagetes ‚Lemon Gem‘ (*Tagetes tenuifolia*); Höhe bis 40 cm

Duftende, gelbe Gewürztagetes mit einer langen Blühdauer. Wächst buschig. Die kleinen, zitronengelben Blüten können zum Verfeinern von Dessert und Getränken sowie getrocknet in Potpourris verwendet werden. Einjährig.

Hohe Tagetes (*Tagetes erecta*)

Ihr anderer Name ist unter anderem „aufrechte Studentenblume“. Sie ist eine beliebte Pflanze mit gefüllten, duftenden Blüten.

Lakritztagetes (*Tagetes filifolia*)

Bei Kindern besonders beliebt. Das feine, dillartige Laub dieser buschigen Pflanze hat ein intensives Lakritzaroma für süße wie salzige Speisen und Kräutertees. Lecker an Salaten. Erst ab Oktober zeigen sich die unscheinbaren weißen Blüten.

Polsterstudentenblume (*Tagetes tenuifolia*)

Zierliche, gelbe Blütenpolster von Mai bis November; sehr gut für Balkonkästen. Einjährig.

Tagetes „Tangerine Flämmchen“ (*Tagetes tenuifolia*); Höhe 30 cm

Gut geeignet für den Gewürzgarten! Fein gefiedertes Laub, zahlreiche rote 1-1,5 cm große Blüten und ein intensives, südamerikanisches Aroma nach Mandarine und Tangerine. Zum Dekorieren, Würzen und Aromatisieren. Ganze Pflanze verwendbar. Einjährig.

Thymian

Aromatischer Thymian (*Thymus odoratissimus*); Höhe 15 cm

Niedriger, aufrechter Wuchs.

Deutscher Winter (*Thymus vulgaris Labiatae*); Höhe 30-40 cm

Unentbehrlich für die mediterrane Küche, aber auch als Hustentee, frisch oder getrocknet. Trockenheitstolerant. Ausdauernder immergrüner Halbstrauch.

Französischer Thymian (*Thymus vulgaris*); Höhe 30 cm

Kleine Pflanze mit starkem, aber lieblicheren Aroma als die Ursprungsart. Wird in der Französischen Küche bevorzugt.

Orangenthymian (*Thymus fragrantissimus*)

Stark nach Orangen duftende Auslese, graugrünes Blatt, blüht weiß mit rosa Schimmer. Für trockenen, sonnigen Standort. Verwendung in Tees und Duftmischungen.

Quendel (*Thymus pulegioides*)

Quendel wird in der Literatur und als Pflanze dem echten Thymian oft gleichgesetzt. Tatsächlich handelt es sich aber um zwei verschiedene Pflanzen, die botanisch und auch vom Aroma her einige Unterschiede aufweisen. Quendel oder Feldthymian kann in der Küche wie der echte Thymian verwendet werden. In der Volksheilkunde hat er jedoch eine höhere Bedeutung als der echte Thymian. Die Pflanze ist bienenfreundlich.

Spanischer Königsthymian (*Thymus longiflorus*); Höhe 30 cm

In der Blüte ist er wahrscheinlich einer der hübschesten Thymiane überhaupt mit langröhriigen, lila Blüten. In Spanien wird der Königsthymian als starkes Würzkräut, aber auch als Heilpflanze geschätzt. Frosthart.

Spanischer Winterthymian (*Thymus hyemalis*); Höhe 40 cm

„Winterthymian“ heißt hier, dass dieser Thymian sogar im Winter blüht, sofern das Wetter es zulässt. Das Aroma: wie eine Mischung von normalem Thymian und Zitronenschale. Er wird wie viele andere Arten zum Würzen verwendet. Es wird auch ein ätherisches Öl aus den Blättern mit dem Namen „Spanisches Verbenaöl“ gewonnen. Frosthart.

Zitronenthymian (*Thymus pulegioides*)

Eine Selektion verschiedener, nach Zitrone duftender Thymianpflanzen aus Ostdeutschland, die prächtige Blüten-teppiche für Insekten hervorbringt.

U

Unsterblichkeitskraut / Jiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*)

Im fernen Asien ist das Unsterblichkeitskraut als Heilpflanze begehrt. Außerdem ist sie eine dekorative Kletterpflanze, die mit ihren Blättern exotisches Flair in den Garten zaubert. Das Unsterblichkeitskraut verfügt über eine große Bandbreite von positiven Wirkungen auf den menschlichen Körper. Zunächst ist das Kraut entzündungshemmend, entgiftend, immunstimulierend sowie antimykotisch. Es bindet Cholesterin (Blutfett). Zahlreiche Antioxidantien (Flavonoide) fangen freie Radikale ein. Das Unsterblichkeitskraut unterstützt die Zellregeneration. Viele chronische Erkrankungen lassen sich mit diesem Naturmittel lindern (chronische Bronchitis). Es kann gegen Stress (Entspannen oder Anregen der Nerven) und bei Schlafproblemen helfen. Es werden ihm auch krebshemmende Eigenschaften nachgesagt. Kann als Gemüse, Salat oder Tee zubereitet werden. Die Bandbreite des Geschmacks reicht über Lakritz ähnlich bis leicht bitter oder süßlich mit einem Hauch von Anis. Nur bedingt winterhart.





Veilchen

Hornveilchen (*Viola cornuta*); Höhe 15 cm

Die essbaren Blüten mit mildem, süßen Geschmack dienen zur Garnierung in Suppen, Frucht- und Kartoffelsalat, Ravioli und Desserts; blüht in verschiedenen Farben. Alle Veilchenarten enthalten außergewöhnlich viel Vitamin C.

Parmaveilchen (*Viola suavis* „*Duchesse de Parme*“); Höhe 10 cm

Sehr intensiver Veilchenduft. Eignet sich schön zum Kandieren und in Obstsalaten als Verzierung. Es ist an geschützten Stellen winterhart, wer aber auf Nummer sicher gehen will, sollte es lieber ausgraben.

Verbene

Australische Minz-Verbene (*Lippia species*); Höhe 100 cm

Die Pflanze ist äußerlich von der bekannten Zitronenverbene nicht zu unterscheiden, der Duft ist jedoch ein ganz anderer. Der Tee hat ein gehaltvolles Aroma. Überwinterung wie die Zitronenverbene. Kühl und dunkel.

Orangenverbene (*Lippia citriodora*); Höhe 100 cm

Eine Spielart der Zitronenverbene mit einem köstlichen Aroma – wie eine Mischung von Zitronen- und Orangenschalen. Die Blätter sind etwas breiter. Sehr gut für einen leckeren Kräutertee.

Zitronenverbene (*Aloysia triphylla*)

Die Zitronenverbene wird vor allem wegen ihres starken Zitronenduftes und -aromas geschätzt, das beim Zerreiben der Blätter ausströmt. Kann als Tee verwendet werden, der beruhigend wirkt und zudem förderlich für die Verdauung ist. Frostfrei überwintern.



Vergissmeinnicht (*Myosotis alpestris*); Höhe ca. 25 cm

Beliebte Gartenpflanze mit himmelblauen Blüten für die Frühjahrsbepflanzung. Standort: Sonnig bis schattig. Zweijährig.

Verpiss-Dich-Pflanze (*Coleus canina*)

Zur Blütezeit im Mai/Juni erblüht der Lippenblütler mit hellvioletten Blütenständen. Der intensive, strenge Duft ist für den Menschen nur aus unmittelbarer Nähe wahrnehmbar. Für Hunde und Katzen mit ihren sehr viel empfindlicheren Geruchsorganen soll dieser Duft der Pflanze abschreckend wirken. Frostfrei überwintern.

Virginisches Helmkraut (*Scutellaria lateriflora*); Höhe 90 cm

Die amerikanische Entsprechung zur Melisse. Eines der besten Mittel bei vielen Nervenleiden (z. B. Neuralgien). Hilfreich auch bei Kopfschmerzen sind Teeaufgüsse und Tinkturen vom Kraut dieses Lippenblütlers. Kleine blaue Blüten im Sommer. Mehrjährig und winterhart.

W

Waldmeister, Echter (*Galium odoratum*); Höhe 30 cm

Duftender Bodendecker, beliebt bei Bienen und Nachtfaltern, lecker in Limonaden und unverzichtbar für Mai-Bowlen, aber bitte unbedingt bei der Verwendung auf Rezeptangaben achten! Nicht in die pralle Sonne pflanzen! Winterhart.

Waldrebe Radar Love (*Clematic tangutica*)

Sehr robuste Waldrebe mit leuchtend gelben Blüten. Blüht bereits drei Monate nach Aussaat. Kann einjährig in Hän-geschalen oder als ausdauernde hochrankende Kletterpflanze verwendet werden. Blüht unermüdlich vom späten Frühjahr bis zum Spätherbst.

Weinraute (*Ruta graveolens*); Höhe 80 cm

Verholzende dekorative Staude mit gelben Blüten. Altes Heilkraut, das wegen seiner giftigen Wirkstoffe jedoch nicht von Laien verwendet werden sollte. In kleinen Mengen wird Weinraute z. B. in der italienischen Küche auch zum Würzen verwendet. Standort: Sonnig. Boden: Mager.

Wermut (*Artemisia absinthium*)

„Mutter aller Heilpflanzen“: Stärkt das Immunsystem, reinigt und wirkt gegen Infektionen. Die wertvollen Antioxidan-tien können z. B. als Tee aufgenommen werden. Mit seinem stark bitteren Aroma gehört der Wermut zu den wich-tigsten Bitterkräutern, die zur Stärkung der Verdauung verwendet werden. Einjährig.

Winterheckenzwiebel (*Allium fistulosum*); Höhe 100 cm

Wie Schnittlauch zu verwenden. Kann bei mildem Wetter auch im Winter geerntet werden. Standort: Sonnig bis halbschattig. Boden: Humusreich.

Wirbeldost (*Clinopodium vulgare*); Höhe 30 cm

Ein Aufguss aus den milden, thymianartig schmeckenden Blättern wird als Haustee getrunken. Medizinisch gegen Magenverstimmung.

Wollziest (*Stachys byzantina*); Höhe 50 cm

Schöne Staude für den mediterranen Garten. Sieht aus wie ein Schafohr wegen der weißfilzigen Blätter.

Würzsilie (Muskatkraut) (*Sison amomum*); Höhe bis zu 200 cm

Vergessene, alte Würzpflanze. Die Samen entfalten das Aroma von Muskatnuss. Sie können frisch oder getrocknet verwendet werden. Die Anfangsentwicklung der Pflanzen erfolgt langsam.

Y

Ysop (*Hyssopus officinalis*); Höhe 90 cm 

Verholzender Strauch mit blauen, rosa oder weißen Blüten. Für Tee und als Gewürz in der Küche. Gute Bienenpflanze. Standort: Sonnig. Boden: Locker, trocken.



Z

Zimmerlauch (*Tulbaghia violacea*), Höhe 90 cm

Leicht als Zimmerpflanze zu halten und sieht auch noch sehr hübsch aus. Eine immergrüne Pflanze mit lila, duftenden Blüten. Einfach frisch in der Küche zu verwenden und die Speisen mit dem Geschmack von Knoblauch und Lauch verfeinern. Eine frisch aus ihr gemachte Knoblauchbutter mit Blättern und Blüten schmeckt sehr gut.

Zinnie

Buschzinnien (*Zinnia angustifolia*); Höhe ca. 40 cm

Kleinwüchsige Buschzinnie, reich blühend in gelb-braunen Farbtönen. Unkomplizierte Sommerblume, die auch bei schlechtem Wetter blühwillig ist. Je häufiger geschnitten wird, desto mehr Seitentriebe mit neuen Blüten sprießen.

Old Mexiko (*Zinnia haageana*); Höhe 50 cm

Reich verzweigte, kleinblütige Zinnie, welche in farbenreicher Nuancierung von orange bis rotbraun mit gelben Sitzen blüht. Einjährig.

Zirmet, Apulischer (*Tordylium apulum* (*Concylocarpus apulus*); Höhe 50 cm

Würze vom Mittelmeer. Blüten und Blätter werden in der mediterranen Küche roh für Salate oder auch kurzgedünstet in Suppen und Gemüsegerichten verwendet. Das milde, komplexe, aber ausgeglichene Aroma erinnert an Petersilie. Es ist die Schönheit der Fruchtstände und der Samen, die einen sofort in den Bann zieht. Sie wirken wie Miniaturen aus der Zuckerbäckerei. Einjährig.

Zulu Kraut (*Plectranthus zuluensis*)

Dekorative Pflanze aus Südafrika, trägt im Sommer lange Rispen mit auffallenden himmelblauen Blütenquirlen. Die aromatischen, weichbehaarten Blätter dieser angenehm duftenden Art kennt man in Südafrika als Fleischwürze. Die Blätter werden außerdem getrocknet zum Räuchern verwendet und auch die hübschen Blüten sind essbar und locken mit einem süßen Nektartropfen. Wunderschöne aromatische Kübelpflanze. Nicht winterhart.

Zwerglupine (*Lupinus nanus*); Höhe 40 cm

Zierliche, niedrigwüchsige Lupine mit fülligen, herrlich duftenden Blütenständen in Weiß, Rosa, Lila und Violett. Auf kargen Böden bleibt die Pflanze schön kompakt. Besonders attraktiv als Füllpflanze in Staudenbeeten oder in Pflanzgefäßen.

Zypressenkraut

Zypressenkraut, Heiligenkraut (*Santolina chamaecyparissus*)

Immergrüne Pflanze mit schönem, silbrigem Laub. Typisch sind die weißen bis gelben Blütenköpfe ohne Zungenblüten im Hochsommer. Korbblütler. Alle Zypressenkräuter sind auch gut zum Räuchern geeignet.

Zypressenkraut, blau-grün (*Santolina rosmarinifolia*); Höhe 30 cm

Wie eine frische Meeresbrise duften die Zweige bei leichter Berührung. Blaugrünes, feines Laub. Leuchtendgelbe Blütenknöpfe im Sommer. Mag einen eher trockenen Standort in voller Sonne. Passt wie alle Zypressenkräuter hervorragend in den mediterranen Garten. Frosthart.

Sämereien aus dem Samenbau

Heil- und Küchenkräuter

Bohnenkraut (*Satureja hortensis*); Höhe ca. 30 cm

Rosa-violett blühendes Würzkräuter. Aussaat Mitte Mai an sonnigem Standort. Frostempfindlich. Einjährig.

Borretsch (*Borago officinale*); Höhe bis 100 cm

Gute Bienenpflanze mit leuchtend blauen, essbaren Blüten. Aussaat April bis Juni an Ort und Stelle. Einjährig.

Dill (*Anethum graveolens*); Höhe 60-100 cm,

Direktsaat ab März, sonniger, windgeschützter Standort. Blätter (vor Blüte) und Samen als Gewürz. Einjährig.

Indianernessel, Goldmelisse (*Monarda didyma*); Höhe ca. 60 cm

Rosa bis lilafarbene (fast pinke) Blüten von Juni bis September. Insektenpflanze. Mehrjährig.

Johanniskraut (*Hypericum perforatum*); Höhe ca. 70 cm

Vieleitiges Heilkräuter mit gelben Blüten von Juni bis August für Tee und Johanniskrautöl. Mehrjährig.

Echte Kamille (*Matricaria chamomilla*); Höhe bis 50 cm

Anspruchslose, zierliche Pflanze mit typisch mildem Duft und Aroma. Blüten für Tee und Salben. Einjährig.

Lavendel (*Lavandula officinalis*); Höhe 30-60 cm

Ausdauernder Halbstrauch mit lila-blauen Blüten. Aromatische Duft- und Bienenpflanze. Mehrjährig.

Liebstock (*Levisticum officinale*); Höhe 130-200 cm

Suppen- und Würzkräuter (auch „Maggikraut“). Bienenpflanze mit unscheinbaren gelb-grünen Doldenblüten. Mehrjährig.

Wilder Majoran (*Origanum majorana*); Höhe ca. 60 cm

Wärme liebendes Küchenkräuter mit kleinen rosa Blüten. Bienen- und Schmetterlingspflanze. Mehrjährig.

Pimpinelle, Kleiner Wiesenknopf (*Sanguisorba minor*); Höhe ca. 40 cm

Anspruchsloses Kräuter, sonnig bis halbschattiger Standort. Blätter z. B. als Salatbeigabe nutzbar. Zweijährig.

Ysop (*Hyssopus officinalis*); Höhe 30-60 cm

Kleiner, blau blühender Schmetterlings- und Bienenstrauch. Herbintensives Würzkräuter für viele Gerichte. Mehrjährig.

Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*); Höhe ca. 60 cm

Tee- und Würzkräuter mit starkem, frischem Zitronenaroma. Standort sonnig bis halbschattig. Mehrjährig.

Zweijährige Blumen und Stauden

Bartnelken (*Dianthus barbatus*); Höhe ca. 30 cm

Weiß, rosa und rot blühende Bauerngartenpflanze. Schutz vor Kahlfrösten. Verträgt auch Halbschatten. Zweijährig.

Brennende Liebe (*Lychnis chalcedonica*); Höhe 80-100 cm

Schöne Bauerngartenstaude mit leuchtend scharlachroten Blüten von Juni bis August. Standort sonnig. Mehrjährig.

Fingerhut, Roter (*Digitalis purpurea*); Höhe ca. 90 cm

Wunderschön rosa/rot blühende Zier- und Insektenpflanze. Pflanze und Samen hochgiftig! Zweijährig.

Gänsekresse (*Arabis alpina*); Höhe 10-20 cm

Bodendecker z. B. für Steingärten. Blüte im Frühjahr (April-Mai) in zartem Weiß bis Hellviolett. Mehrjährig.

Gartenakelei (*Aquilegia vulgaris*); Höhe 40-60 cm

Typische Bauerngartenpflanze. Anspruchslose Schnittblume. Blüht von Mai bis Juni in Rosa/Blau/Weiß. Mehrjährig.

Gelbes Steinkraut (*Alyssum saxatile*); Höhe ca. 25 cm

Gut für Steingärten und Trockenmauern geeigneter Bodendecker mit kleinen gelben Blüten im Mai. Mehrjährig.

Goldlack (*Cheiranthus cheirii*); Höhe ca. 50 cm

Im Mai-Juni goldgelb bis braun blühende Duftpflanze. Vor Kahlfrösten schützen. Zweijährig.

Heidenelke (*Dianthus deltoides*); Höhe 10-15 cm

Niedrige Polsterpflanze mit dunkelrot/rosa-farbenen feinen Blüten. Für Steingärten und Trockenmauern. Mehrjährig.

Jakobsleiter, Himmelsleiter (*Polemonium coeruleum*); Höhe ca. 60 cm

Wunderschön blau blühende Bienenpflanze. Standort sonnig bis halbschattig. Mehrjährig.

Kleine Stiefmütterchen (*Viola tricolor*); Höhe ca. 25 cm

Anspruchsloser violett-gelb blühender Frühlingsblüher. Voranzucht Juni/Juli. Auspflanzen im Herbst. Zweijährig.

Kronenlichtnelke (*Lychnis coronaria*); Höhe ca. 80 cm

Leuchtend kaminrot blühendes, anspruchsloses Nelkengewächs. Sonnig bis halbschattiger Standort. Zwei- bis mehrjährig.

Marien-Glockenblume (*Campanula medium*); Höhe 50-70 cm hoch

Wunderschöne Bauerngartenpflanze mit großen, glockenförmigen blau/rosa/weißen Blüten im Juni/Juli. Zweijährig.

Nachtviole (*Hesperis matronalis*); Höhe ca. 90 cm

Anspruchslose Duft- und Bienenpflanze mit blauviolett Blüten. Duft v. a. abends bis in die Nacht hinein.

Zweijährig.

Schöngesicht (*Coreopsis grandiflora*); Höhe 50-80 cm

Dunkelgelb blühende, hübsche Gartenstaude. Gut als Schnittblume geeignet. Mehrjährig.

Silberblatt, Judassilberling (*Lunaria annua*); Höhe ca. 70 cm

Kreuzblütler mit hübschen violetten Blüten und namensgebenden silberblättrigen Samenständen. Zweijährig.

Staudenlein (*Linum perenne*); Höhe ca. 40 cm

Zierliche Staude, die ab Mai ihre wunderschönen, zart himmelblauen Blüten entfaltet. Sonniger Standort. Mehrjährig.

Staudenrittersporn (*Delphinium cultorum*); Höhe 100-140 cm

In verschiedenen Blautönen von Mai bis Juni blühende Staude. Gute Schnittblume für große Sträuße. Mehrjährig.



Straußmargerite (*Chrysanthemum corymbosum*); Höhe ca. 80 cm

Hervorragende, anspruchslose Schnittblume. Weißgelbe Blüten von Juli bis September. Mehrjährig.

Vergissmeinnicht (*Myosotis alpestris*); Höhe ca. 25 cm, zweijährig

Beliebte Gartenpflanze mit himmelblauen Blüten für die Frühjahrsbepflanzung. Standort sonnig bis schattig. Mehrjährig.

Einjährige Sommerblumen

Atlasblume, Sommerazalee (*Godetia ssp.*); Höhe ca. 30 cm

Reichblühende Beetpflanze mit rosa Blüten von Juni bis September. Sonniger, humoser Standort.

Aufrechte Winde (*Convolvulus tricolor*); Höhe ca. 60 cm

Trichterförmige blau/weiß/gelbe Blüten Juni bis August. Aussaat direkt ins Beet ab Anfang April.

Bechermalve (*Lavatera trimestris*); Höhe ca. 80 cm

Rosa und weiß blühende, anspruchslose Bauerngartenpflanze. Direktsaat ab Anfang April. Sonniger Standort.

Buschzinnien (*Zinnia angustifolia*); Höhe ca. 40 cm

Haltbare Schnittblume mit gelb/braunen Blüten von Juni bis Oktober. Warme Voranzucht, frostempfindlich.

Cosmea, Schmuckkörbchen (*Cosmos bipinnatus*); Höhe bis 120 cm

Ausdauernde Sommerblume mit großen, hübschen, rosa und weißen Blüten von Juni bis November.

Orange Cosmea (*Cosmos sulphureus*); Höhe 50-60 cm

Cosmea mit leuchtend orangen Blüten, etwas niedriger und kleinblütiger als Schmuckkörbchen.

Edelwicke (*Lathyrus odoratus*); Höhe 90-120 cm

Weiß/rosa/blau blühende Duftpflanze. Reiser oder Maschendrahtzaun als Kletterhilfe. Direktsaat ab Anfang März, nach Auflaufen anhäufeln. Sonnig bis halbschattiger Standort.

Garten-Mohn (*Papaver rhoeas*); Höhe ca. 70 cm

Anspruchslose Sommerblume mit weiß/rosa/roten Blüten. Direktsaat September/Oktober oder März.

Gartenwinde, violett (*Ipomoea purpurea*); Höhe bis 300 cm

Rankpflanze mit intensiv rot-violetten Blüten. Anbau im Freiland oder Pflanzkübel an einem vollsonnigen Standort. Schnüre, Stangen o. Ä. als Rankhilfe.

Gefleckte Hainblume (*Nemophila maculata*); Höhe 15-20 cm

Sehr hübscher Bodendecker mit leuchtend weißen, lila gefleckten Blüten. Auch für Balkonkästen geeignet.

Goldkamille (*Chrysanthemum parthenium*); Höhe ca. 30 cm; mehrjährig

Hübsche, üppig blühende Beetpflanze mit weißen Blüten von Juni bis Oktober. Gute Schnittblume.

Goldmohn, Schlafmützchen (*Eschscholzia californica*); Höhe 40-50 cm

Reichlich und lange blühende, anspruchslose Sommerpflanze mit leuchtend orangen Blüten Juni-Oktober.



Husarenknöpfe (*Sanvitalia procumbens*); Höhe ca. 15 cm

Niedrige, bodendeckende Beetpflanze. Gelbe Blüten mit brauner Mitte von Juni bis Oktober.

Jungfer im Grünen, Gretel im Busch (*Nigella damascena*); Höhe 40-60 cm

Anspruchslose Bauerngartenpflanze mit blau, rosa und weißen Blüten und sehr dekorativen Samenständen.

Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*); Höhe ca. 25 cm

Von Anfang Juli bis Oktober ausdauernd blühende, rankende Sorte mit gelb-orangen, essbaren Blüten.

Kletterlöwenmäulchen, violett (*Asarina scandens*); Höhe bis 300 cm

Zarte Kletterpflanze mit violetten Blüten von Juni bis November. Auch für Pflanzkübel geeignet. Feine Schnüre als Rankhilfe. Standort sonnig bis halbschattig. Grün bis zum Frost.

Kornblume, bunt (*Centaurea cyanus*); Höhe ca. 80 cm

Blau, rosa und violett blühende anspruchslose Sommerblume. Direktsaat im Herbst oder März/April.

Kornrade (*Agostemma githago*); Höhe ca. 60 cm

Strahlend rosa-hellviolett blühende, anspruchslose Wildpflanze. Direktsaat im März-April. Samen giftig!

Lanzenrittersporn (*Delphinium ajacis*); Höhe ca. 80 cm

Einjähriger Rittersporn mit filigranen rosa, blauen und weißen Blüten. Direktsaat im Herbst oder Frühjahr, nach Auflaufen vereinzeln.

Leinkraut, marokkanisch (*Linaria maroccana*); Höhe ca. 25 cm

Hübsche, zarte Sommerblume mit pastellfarbenen Blüten. Sonniger Standort.

Löwenmäulchen (*Anthirrinium majus*); Höhe ca. 50 cm

Rot, rosa, weiß und gelb blühende Schnittblume für sonnige und halbschattige Standorte. Voranzucht ab März.

Löwenohr (*Leonotis leonurus*); Höhe bis 200 cm

Imposante Pflanze. Orangerote Lippenblüten vom Frühherbst bis in den Winter. Kurzzeitige Frosttoleranz.

Mädchenaugen (*Coreopsis tinctora*); Höhe 50-60 cm

Von Juli bis Anfang Oktober blühender, anspruchsloser Korbblütler. Gelbe Blüten mit braunem Auge.

Mignon-Dahlien (*Dahlia Variabilis*); Höhe ca. 50 cm

Niedrige Dahlie mit ungefüllten, rot, orangen oder gelben Blüten, die von Juni bis Frostbeginn blühen.

Papierblumen (*Xeranthemum annuum*); Höhe ca. 60 cm

Zarte Schnittblume mit pastellweißen und -rosa Blüten von Anfang Juli bis Ende September.

Portulakröschen (*Portulaca grandiflora*); Höhe 15-20 cm

Einjähriges Portulakgewächs mit niederliegenden bis überhängenden Trieben und röschenartigen Blüten.

Ringelblumen (*Calendula officinalis*); Höhe ca. 50 cm

Vielseitige Heil- und Blütenpflanze mit gelben und orangenen, essbaren Blüten. Anspruchslos.

Schleierkraut, weiß (*Gysophila elegans*); Höhe ca. 40 cm

Ab Anfang Juni weiß blühendes Schleierkraut. Hübsch in bunten Sträußen. Direktsaat April bis Juli.

Schleierkraut, rosa (*Gysophila elegans*); Höhe ca. 60 cm

Höher und großblumiger als Weißes Schleierkraut. Rosa Blüten von Ende Juni bis September.

Schopfsalbei (*Salvia viridis*); Höhe ca. 50 cm

Gute Beetpflanze mit violetten Lippenblüten. Blüht ab Anfang Juli bis zum Frost.

Schwarzäugige Susanna (*Thunbergia alata*); Höhe bis 150 cm

Wunderschöne, üppige Rankpflanze, die von Juni bis Oktober blüht. Orangegelbe Blüten mit schwarzem Auge. Als Kübelpflanze mit Rankhilfe oder hängend für Ampeln geeignet. Sonniger, geschützter Standort.

Sommeraster (*Callistephus chinensis*); Höhe ca. 60 cm

Von Juli bis Oktober in pastelligen Rot- und Blautönen blühende Schnittblume. Direktsaat im April.

Sonnenblumen (*Helianthus annuus*); Höhe 140-180 cm

Großer, gelber Sonnengruß im Haus- und Bauerngarten. Voranzucht oder Direktsaat April-Juni.

Sonnenhut (*Rudbeckia hirta*); Höhe ca. 70 cm

Haltbare Schnittblume mit hutförmigen gelben Blüten mit dunkler Mitte. Voranzucht März-April.

Spinnenpflanze (*Cleome spinosa*); Höhe ca. 90 cm

Ungewöhnliche rot, rosa oder weiße Blüten mit langen abstehenden Staubfäden, die an Spinnenbeine erinnern. Blüte Juli bis Oktober. Sonnige Standorte, warmer, guter Boden.

Strohblumen (*Helichrysum ssp.*); Höhe ca. 50 cm

Ideale Trockenblume (knospig abschneiden) mit rosa, gelben und braunen Blüten, Anfang Juli bis September.

Studentenblume, Hohe (*Tagetes erecta*); Höhe ca. 50 cm

Hohe Studentenblume mit gelb-orangen, großen Blüten. Voranzucht. Standort sonnig bis halbschattig.

Studentenblume, Kleine (*Tagetes tenuifolia*); Höhe ca. 20-30 cm

Niedrige Studentenblume mit vielen kleinen dunkelgelben Blüten den ganzen Sommer über. Voranzucht.

Trichtermalve (*Malope trifida*); Höhe ca. 70 cm

Schöne, dunkelrosa Blüten von Anfang Juli-Oktober. Direktsaat ab Anfang April, gut in Mischungen zu säen.

Wucherblume (*Chrysanthemum carinatum*); Höhe ca. 60 cm

Margeritenähnliche weiß/gelb/rosa Blüten von Juli bis Oktober. Voranzucht oder Direktsaat April-Mai.

Wunderblume (*Mirabilis japala*); Höhe 60-80 cm

Duftet und blüht in allen Farbkombinationen von gelb/rosa/weiß vom Abend bis zum Morgen ab Anfang Juli bis Oktober. Sonniger Standort.



Allgemeine Informationen

All unsere Pflanzen und Sämereien bieten wir in Bio-Qualität an.

Da unsere Bewohner*innen in unserem Arbeitsbereich selbstständig arbeiten, kann es gelegentlich zu Verwechslungen kommen. Dafür bitten wir um Verständnis.

Witterungsbedingt kann es zudem vorkommen, dass in manchen Jahren nicht alle Pflanzen aufgehen oder nur in kleinen Mengen vorhanden sind. Manche Pflanzen haben auch erst später im Jahr Saison. Wir kultivieren auch nach dem Kräutertag weiter und stehen Ihnen rund ums Jahr zur Verfügung. Rufen Sie uns gerne an oder schreiben uns eine E-Mail.



Telefonnummern:

Kräutergarten: 09354-9099 277

Gärtnerei & Samenbau: 09354-9099 280

E-Mail-Adressen:

Kraeutergarten-Hohenroth@sos-kinderdorf.de

Samenbau-Hohenroth@sos-kinderdorf.de

Website:

www.sos-dg-hohenroth.de

Ihre Hohenrother Bio-Kräutergärtnerei

Weitere Informationen über unsere Dorfgemeinschaft finden Sie auf unserer Website. Einfach den QR-Code mit dem Smartphone scannen.



KREUTER

TAG

Denise P



Basilikum



Petersilie



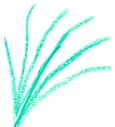
Thymian



Salbei



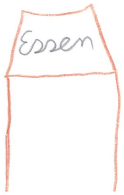
Kresse



Schnittlauch



Lauch




Kontakt

SOS-Dorfgemeinschaft Hohenroth
Hohenroth 4
97737 Gemünden a.Main

Telefon: 09354 9099-0
dg-hohenroth@sos-kinderdorf.de
www.sos-dg-hohenroth.de

Montag bis Freitag 08:00 – 12:00
Dienstag und Donnerstag 13:00 – 16:30

 www.facebook.com/sosdorfgemeinschaftshohenroth
 [@sosdorfgemeinschaftshohenroth](https://www.instagram.com/sosdorfgemeinschaftshohenroth)

Bankverbindung für Spenden
Raiffeisenbank Main-Spessart
IBAN DE68 7906 9150 0000 9131 70
BIC GENODEF1GEM

Impressum

Herausgeber: SOS-Dorfgemeinschaft Hohenroth
Bilder: Gemalt von Bewohner*innen der Dorfgemeinschaft Hohenroth
Illustrationen: Stefanie Duckstein, Clker-Free-Vector-Images (Pixabay)
© 2025 SOS-Kinderdorf e. V., München

Schutzgebühr: 1,00 Euro