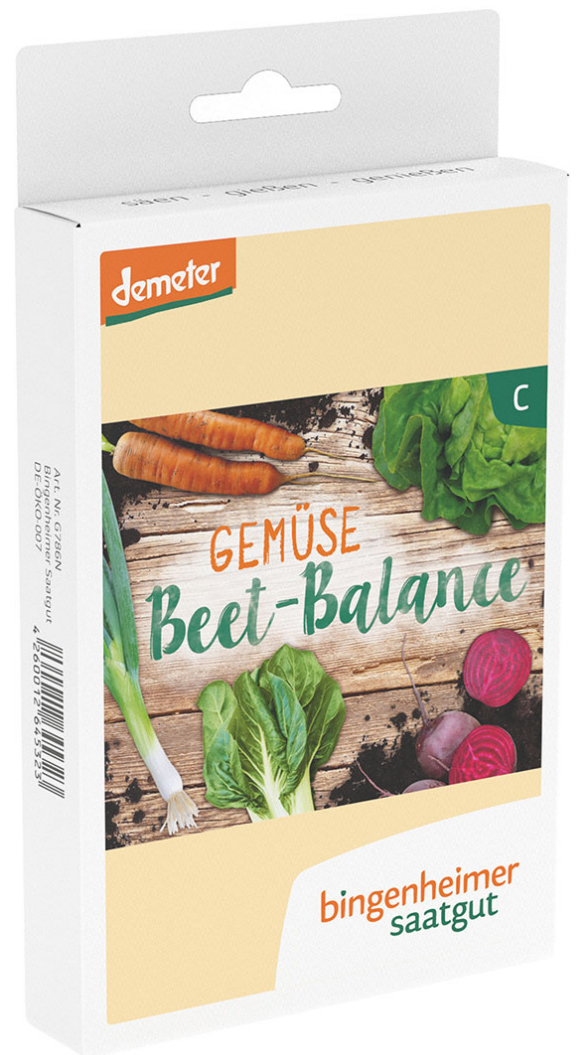


BINGENHEIMER SAATGUTBOX: GEMÜSE BEET-BALANCE

Artspezifische Anbauhinweise:

Säen – Tipps für eine erfolgreiche Anzucht:

- Alle Sorten können ab April direkt ins Beet gesät werden.
- Die Erde sollte feinkrümelig und das Beet unkrautfrei sein. Beikrautsamen laufen oft viel schneller auf und verdrängen die jungen Keimlinge.
- Aussaattiefe in Verbindung mit Samengröße beachten: Doppelt so dick wie der Samen ist, so tief sollte er in die Erde, nicht tiefer.
- Nach der Aussaat Samen gut andrücken, vorsichtig gießen und bis zur Keimung feucht halten. Dabei darf die Erde nicht mit einem harten Wasserstrahl verschlämmt werden.
- Die Effekte der Mischkultur-Partnerschaften sind umso größer, je dichter die Gemüsearten beieinanderstehen.



Gießen – Tipps für die weitere Pflege:

- Besonders bei den langsam wachsenden Zwiebeln und Karotten im Jugendstadium auf das Beikraut achten.
- Rote Bete- und Mangold-Pflänzchen müssen vereinzelt werden. Diese Samen sind nur optisch Samenkörner, tatsächlich aber ein Knäuel aus bis zu fünf Samen.
- Eine regelmäßige Bodenlockerung ist wichtig. Besonders nach Starkregen, damit wieder Luft an die Wurzeln gelangen kann.
- Idealerweise die Pflanzen immer mulchen.
- Häufiges Gießen ist beim zarten Kopfsalat entscheidend, da die Blätter sonst hart werden, die Pflanzen langsam wachsen und schnell in die Blüte gehen.

Genießen – Tipps für die Kräuternernte:

- Mangold aus der Pfanne: Kurz in Olivenöl mit Pinienkernen und Ischikrona Lauchzwiebelröllchen anbraten. Zu Nudeln oder Reis genießen.
- Salat sollte möglichst in den frühen Morgenstunden geerntet und rasch verzehrt werden. Am besten hält er sich, wenn er gewaschen und geschleudert in einem feuchten Tuch im Kühlschrank gelagert wird.
- Rote Bete und Möhren vom Blech mit Schmand Dip: Rote Bete und Möhren in Spalten schneiden und in einer Schüssel mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und Sesamkörner vermengen. Auf ein Backblech geben und im Ofen garen. Dazu einen Schmand-Dip mit frischen Kräutern aus dem Garten reichen!