AUSGABE 2·2019

# Garten Visionen

MAGAZIN RUND UM DIE GARTENGESTALTUNG

Bild: BGL

WIDL GARTEN LANDSCHAFTS BAU

Wohlfühlen mit Natur.

Ihr Experte für Garten & Landschaft

# Einen GARTEN zu pflanzen bedeutet, an morgen zu glauben.

[ AUDREY HEPBURN ]

Egal, ob man sein Bad renovieren oder seinen Garten neu gestalten möchte – meist heißt es da, Geduld zu haben. Kreative, fachlich gute handwerkliche Arbeit ist in vielen Regionen Deutschlands ein begehrtes Gut. Wem im April einfällt, dass er gerne Anfang Mai in einem tollen neuen Garten sitzen möchte muss sehr, sehr viel Glück haben, um einen Experten für Garten- und Landschaft zu finden, der kurzfristig Zeit hat.

Besser ist es, ein wenig länger vorzuplanen. Wenn es draußen kälter wird, wird es auch bei uns im Garten- und Landschaftsbau etwas ruhiger. Von November bis Februar haben wir mehr Zeit für Planungen und Angebote. Keine Angst: das Gras muss nicht grün, die Bäume nicht belaubt sein und die Blumen müssen nicht blühen, damit wir uns ein Bild davon machen können, wie Ihr Garten aussieht und wie wir ihn gemeinsam mit Ihnen in eine Wohlfühl-Oase verwandeln.

Erzählen Sie uns jetzt, wie Sie sich das Leben in Ihrem Garten vorstellen. Inspirationen finden Sie hier in den *GartenVisionen*. Lassen Sie uns dieses Leben im nächsten Jahr so früh wie möglich realisieren, damit Sie eine lange und tolle Gartensaison haben!

*Viel Spaß beim Stöbern und Träumen wünscht Ihnen*

*Ihr Gärtnermeister Jürgen Widl*

Bild: simbildlich.net/Thomas in Garten von Appeltern(1); Widl privat(1)

# HERZLICH WILLKOMMEN

## INHALT




PFLANZEN
SPÄTAUFSTEHER 4

BAUMPFLEGE
WENIGER IST MEHR 6

DIGITALISIERUNG
ONLINE GÄRTNERN 8

SICHTSCHUTZ
DISKRETION BITTE! 10

PLANUNG
JE FRÜHER DESTO BESSER 13

WERKZEUGE
UND GRÄBT UND GRÄBT... 14

ESSBAR
LI-LA-LAUNE-GEMÜSE 16

REZEPTE
MIT AUBERGINEN 17

LESESTOFF
SEITENWEISE GARTEN 18



IMPRESSUM

sinnbildlich
TEXTE.BILDER.GRAFIK.

Redaktion, Organisation, Konzeption, Texte*: Susanne **Wannags**

Kreation, Art Director, Layout: Thomas **Pichler** • Kontakt: Straußbergstr. 11, 87484 Nesselwang

Tel. **08361 446060** oder **0831 69726544** · **www.sinnbildlich.net** · **mail@sinnbildlich.net**

**) Textausnahmen: Pflanzen, Seite 4-5, und alle Rezepte, Seite 17*

*Bild:* sinnbildlich/*Thomas bei Gärten von Appeltorn; Miniaturabbildungen: Siehe auf den jeweiligen Seiten der Originalbilder*

*Alle Stiche bzw. Illustrationen:* ©Dover Publications, *New York*

*Druck:* Richard Conzelmann Grafik+Druck, *Albstadt-Tailfingen*

# SPÄTAUFSTEHER

**Wer seinen Garten erst abends genießen kann, muss sich nicht grämen. Auch unter den Pflanzen gibt es Spätaufsteher und sogar Nachtschwärmer.**

Bei den meisten handelt es sich um Arten, die in den Sommernächten ihre Blüten entfalten. Schon im zeitigen Frühjahr kann man sich an halbschattigen Stellen über die Wander-Flammenblume (*Phlox stolonifera*) freuen, die ihren geißblattähnlichen Duft verströmt. Auch die Hohe Flammenblume (*Phlox paniculata*) entfaltet ihren Duft spätnachmittags und am frühen Abend. Ob es gut riecht oder eher unangenehm, kommt stark auf die Sorte und das subjektive Empfinden an.

Mehr oder weniger duftend, aber erst abends richtig schön sind die Polsternachtkerze (*Oenothera macrocarpa*), die Rotstängelige Nachtkerze (*Oenothera teragona*) mit gelben Blüten und die Rosa Nachtkerze (*Oenothera speciosa*). Mit etwas Geduld kann man beobachten, wie sich gegen Abend die Blüten langsam öffnen.

Nicht regelmäßig blühen die winterharten Vertreter der Palmlilien (*Yucca*). Häufiger gepflanzt wird die Fädige Palmlilie (*Yucca filamentosa*) und die im Alter stammbildende Kerzen-Palmlilie (*Yucca gloriosa*). Die beeindruckenden Blütenstände älterer Palmlilien können bis zu zwei Meter hoch werden und sind mit unzähligen weißlichen Blüten besetzt, die besonders in den Abendstunden intensiv duften.

Unter den Klettergehölzen kommt man nicht an dem Gartengeißblatt (*Lonicera caprifolium*) und dem Waldgeißblatt (*Lonicera periclymenum*) vorbei, deren Duft abends geradezu überwältigend ist. Die Schlinger sind anspruchslos und gedeihen an vielen Standorten hervorragend. Allerdings benötigen sie eine Kletterhilfe wie zum Beispiel ein Rankgerüst, einen Pavillon oder auch einen abgestorbenen Baum. Das Gartengeißblatt kann bei schlecht durchlüfteten Standorten wie an Mauern ein Problem mit Mehltau bekommen.

Bei den Tabak-Arten gibt es zwei, die durch ihren abendlichen Duft auffallen. Das ist einmal der Waldtabak (*Nicotiana sylvestris*), zum anderen der Jasmin-Tabak (*Nicotiana alata*). In vielen Wechselflorbeeten auch auf Gartenschauen sieht man den Waldtabak. Er kann sich zu einer imposanten Höhe von

1

eineinhalb Metern entwickeln. Am Ende des Triebs erscheinen dann die schönen weißen Blüten, die auch tagsüber geöffnet sind, aber nur abends und nachts angenehm duften.

Aus der Familie der Ingwergewächse gibt es Vertreter, die sich gut als Kübelpflanzen eignen und jeden Abend den Aufenthalt auf Terrasse oder Balkon mit ihrem Duft verschönern. Vor allem zwei Arten seien erwähnt: der Gelbe Schmetterlingsingwer (*Hedychium gardnerianum*) und der Scharlach-Ingwer (*Hedychium coccineum*). Bei diesen Pflanzen handelt es sich um rhizombildende, mehrjährige Stauden aus Ostasien. Sie bilden bis zu 1,80 Meter hohe Scheinstämme, an denen zweizeilig bis zu 45 Zentimeter lange Blätter angeordnet sind. Im oberen Teil wachsen bis zu einem halben Meter lange Blütenrispen, an denen die kräftig gelb oder orange gefärbten Blüten erscheinen. Sie verbreiten abends ihren angenehmen Duft. Beide Arten lassen sich problemlos im Kübel kultivieren, sollten jedoch vor dem ersten Frost eingeräumt und ab März dann wieder langsam vorgetrieben werden. Ihre Blütezeit ist meist August bis Oktober.

*Text: Ulrich Herzog*

**1** Der Scharlach-Ingwer eignet sich hervorragend als Kübelpflanze.
**2** Einen feinen Duft verbreitet der Waldtabak.
**3** Geduldige können beobachten, wie die Rosa Nachtkerze abends ihre Blüten öffnet.
**4** Phloxe sind Garten- und Duftklassiker, hier die Hohe Flammenblume und …
**5** …die Wander-Flammenblume.
**6** Die Blütenstände der Palmlilien – hier *Yucca gloriosa* – können bis zu zwei Meter hoch werden.
**7** Geradezu überwältigend duftet das Waldgeißblatt.

*Bildnachweise: Ulrich Herzog (1, 2); iVerde (www.iverde.org) (3, 4, 5, 6, 7)*

# WENIGER IST MEHR

**Nicht alles, was im Garten grünt und blüht muss jährlich geschnitten werden. Bei Bäumen heißt die Devise: weniger ist oft mehr.**

Mindestens einmal im Jahr heißt es im Garten: einmal schneiden bitte. Hecken und Sträucher werden in Form gebracht, Gräser und Stauden geschnitten – nicht alles gleichzeitig, aber regelmäßig. Anders sieht es bei Bäumen aus, mit Ausnahme der Formgehölze. Bei ihnen kommt die Schere idealer Weise zweimal jährlich zum Einsatz: etwas kräftiger im Frühjahr, da dann die Form festgelegt wird, einmal „Spitzen schneiden“ im Sommer, um den Austrieb zu entfernen.

Bei Hausbäumen sollte man sich mit der Schere eher zurückhalten. Wenn ein Schnitt nötig ist, ist in der Regel in der Jugend des Baumes etwas schiefgelaufen. Achten Sie daher beim Einpflanzen auf den richtigen Standort und eine ausreichend große Pflanzgrube. Stimmt dann noch die Ernährung – ausreichend Wasser und ab und an Dünger – steht dem gesunden Wachstum nichts im Wege. Alle zwei bis drei Jahre ein fachgerechter Erziehungsschnitt kann bei Jungbäumen sinnvoll sein.

Laubbäume wie Birke, Gingko, Esche, Magnolie, Goldahorn, japanischer Zwergahorn oder Buche sollte man möglichst gar nicht schneiden. Eine Ausnahme sind Sturmschäden – hier muss schnell gehandelt werden.

Auch Nadelgehölze mögen keinen Schnitt. Lediglich die Eibe zeigt sich unempfindlich. Besser, als selbst an einem Hausbaum herumzuschneiden ist es, einen Fachmann damit zu beauftragen. Falsch geschnittene Bäume leiden still.

Einen regelmäßigen Schnitt hingegen benötigen Obstbäume. Mit ihm lassen sich Wachstum und somit Ertrag steuern. Früh geschnitten treiben die Bäume im Frühjahr stärker aus, für die Blüten ist ein etwas schwächeres Wachstum aber besser. Auch hier steht der grüne Fachmann mit Rat und Tat zur Seite. Vielerorts werden auch Schnittkurse für Gartenbesitzer angeboten.

Gr. Bild: www.martinmaier.com; kl. Bild: ©Minerva Studio/Stock adobe.com

# ONLINE GÄRTNERN

**Der Garten wird digital. Wie im Haus lassen sich auch draußen viele Funktionen automatisieren – für mehr Komfort und Energieeffizienz.**

Der Mähroboter zieht zu festgelegten Zeiten seine Runden. Sensoren messen Bodenfeuchte und Außentemperatur und starten die Bewässerung, wenn es zu trocken wird. Ab einer bestimmten Sonneneinstrahlung öffnet sich automatisch die Markise. Pünktlich bei Einbruch der Dunkelheit gehen die Pollerleuchten an, die den Weg zum Haus heller und sicherer machen. Mit einer App kann die Teichpumpe gesteuert werden – neben vielen anderen Geräten im Hausgarten.

Nach dem Smart Home hat die Digitalisierung auch den Garten erreicht. Manches davon ist nicht gänzlich neu – Fernsteuerungen oder Zeitschaltuhren gibt es schließlich schon lange. Was neu ist, ist vor allem die Möglichkeit, Sensoren mit unterschiedlichen Geräten zu koppeln und über eine App zu steuern. Mit seinem Smartphone oder Tablet kann der Bewohner dann auf alle Einstellungen zugreifen und sie sogar von unterwegs ändern.

Schon bei der Gartenplanung (siehe auch Seite 13) hält mehr und mehr digitale Technik Einzug. Den dreidimensionalen CAD-Plan gibt es schon länger, mit einer Virtual-Reality-Brille steht man plötzlich mittendrin im zukünftigen Garten. Mittlerweile lässt sich sogar im Modell zeigen, wie

Bilder: ©foxyburrow/Stock.adobe.com; Husqvarna Werksbild

sich der Garten in den kommenden Jahren entwickeln wird – entsprechende Pflege vorausgesetzt, die sich mit Smart-Garden-Funktionen immer komfortabler gestaltet. Lediglich Unkraut zupfen müssen Sie noch von Hand – eine App kann Ihnen aber zumindest sagen, um welches Unkraut es sich genau handelt.

Wo smarte Geräte miteinander kommunizieren, geht es auch um Sicherheit. Die Geräte sammeln Daten, die von Herstellern weiterverwendet werden können. Ohne Einwilligung ist das zwar verboten, aber nicht immer ist klar, ob und wozu man nun seine Zustimmung gegeben hat. Noch gibt es keine einheitliche Richtlinie, die Gerätehersteller dazu verpflichtet, regelmäßige Sicherheitsupdates anzubieten. Wer Böses im Sinn hat, kann sich zum Beispiel über eine smarte Glühbirne in das hauseigene WLAN einhacken und bekommt so Zugriff auf alle möglichen privaten Daten – inklusive der Info, wann die Wohnung leer ist. Davor schützen komplexe Passworte – und vor allem ein sicheres Smart-Home-System.

# DISKRETION BITTE!

**Heute sind es nicht mehr nur Hecke und Zaun, die den Garten blicksicher machen. Objekte aus unterschiedlichsten Materialien umhüllen das private Refugium.**

1

Frühstücken auf der Terrasse, grillen auf der Wiese, Sonnenbaden auf der Liege, Schwimmen im Pool oder Füße kühlen im Wasserbecken – der Garten ist ein großes Zimmer, in dem man leben, arbeiten und feiern kann. Die meisten Menschen möchten selbst bestimmen, wer ihnen dabei zusieht. Wer Geld in seinen Garten investiert, sollte am Sichtschutz nicht sparen. Über die Ästhetik und Standsicherheit der in vielen Baumärkten angebotenen Sichtschutzelemente lässt sich trefflich streiten. Die bessere und haltbarere Lösung ist es, den Sichtschutz gemeinsam mit dem Gartengestalter auf die Umgebung abzustimmen. Der natürlichste und gleichzeitig ökologischste Sichtschutz, der allerdings auch am längsten dauert, ist eine Hecke. Wenn es das Budget erlaubt, kann man die Wartezeit mit großen Heckenpflanzen um Jahre verkürzen. Eine einfach, aber durchaus wirkungsvolle Lösung kann es sein, Weiden- oder Haselnussruten zu Matten zu flechten oder einfach Holzscheite zu einer Mauer aufzustapeln.

**1** Vor den blauen Wänden wirkt die Pflanzung fast wie ein Gemälde.
**2** Futuristisch ist der Sichtschutz aus Aluminiumschaum.
**3** Hier bilden Natursteine einen Wall um den Garten.
**4** Die Signalfarbe Rot ist auf jeden Fall ein Hingucker.
**5** Sichtschutz mit Guckfenster aus Cortenstahl und Plexiglas.

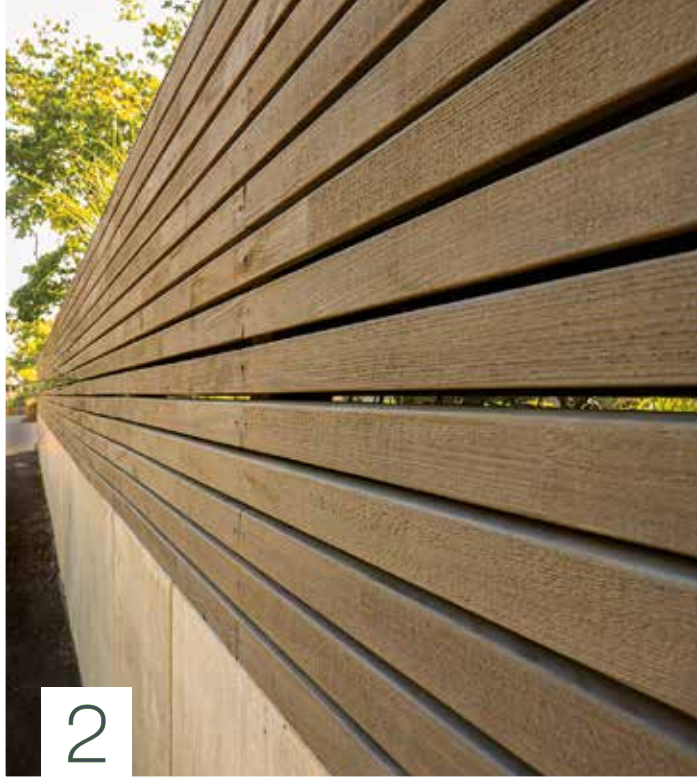
*Bilder: Sinnbildlich.net/Thomas bei «Gärten von Appeltern» (1, 4) und Haarmann (3, 5); Sinnbildlich.net/Susanne auf der BGS Heilbronn (2)*

2

3

4

5



**1** Fast wie ein Kunstwerk sieht die Betonmauer aus.
**2** Schlicht und edel: Sichtschutz aus Holz.
**3** Die unterschiedlichen Paneele bringen Abwechslung in eine schlichte weiße Holzwand.

*Sinnbildlich.net/Thomas bei «Gärten von Appeltern» (1, 3) und bei Messner (2)*

Viele Sichtschutzlösungen sind aus traditionellen Materialien wie Holz oder Naturstein, immer häufiger wird aber auch mit modernen Werkstoffen experimentiert, beispielsweise Glas, Beton, Metall oder Kunststoff. Natürlich lassen sich Pflanzen und Sichtschutzobjekte auch vortrefflich kombinieren – so bringen beispielsweise rostbrauner Cortenstahl oder grauer Beton das Grün der Pflanzen noch mehr zum Leuchten.

Statt sich unauffällig im Hintergrund zu halten, sind immer mehr Sichtschutzelemente Hingucker, die für Farbe und Abwechslung im grünen Outdoor-Zimmer sorgen. Eine rot gestrichene Holzwand bringt Feuer und Temperament in den Garten, eine in hellblau gehaltene Betonwand erinnert an Wasser und lässt sonnige Plätzchen gleich ein paar Grad kühler wirken.

Raffiniert wird es, wenn die Sichtschutzelemente je nach Standort des Betrachters Ein- und Durchblicke erlauben. Steinstelen, Holzlatten oder Metallelemente lassen sich so arrangieren, dass sie von einem bestimmten Standpunkt aus blickdicht sind. Läuft man beispielsweise daran vorbei, lässt sich der einen oder andere Blick in den Garten erhaschen.

Für jeden Sichtschutz gilt: ohne Pflege geht es nicht. Was bei Pflanzen Gartenschere und Dünger sind bei Sichtschutzelementen – je nach Material – Pinsel, Lacke und Öle oder auch einfach ein Lappen und etwas Wasser.

# JE FRÜHER DESTO BESSER

**Wer den Sommer im neuen Garten genießen möchte, sollte sich rechtzeitig an den Landschaftsgärtner seines Vertrauens wenden. Am besten dann, wenn die Gartensaison gerade vorbei ist.**

Geht es um den Bau und Ausbau von Haus und Garten, sind Wartezeiten an der Tagesordnung. Die Auftragsbücher der Fachfirmen sind voll – viele Terminkalender sind ein halbes, manche sogar ein Jahr im voraus schon gefüllt. Das gilt auch für den Garten- und Landschaftsbau. Wer da kurzfristig mehr haben möchte als einen Heckenschnitt, muss oft lange warten. Kleine Aufträge als Lückenfüller für Unvorhergesehenes sind immer willkommen, schwierig wird es bei Umbaumaßnahmen. Wenn einem bei den ersten warmen Sonnenstrahlen einfällt, dass man ja eigentlich in dieser Gartensaison gerne eine neue Terrasse, ein Wasserspiel oder gar einen Schwimmteich haben möchte, sind gute Fachfirmen wie die Experten für Garten- und Landschaft kaum noch zu haben. Besser ist es, sich im Spätsommer zu überlegen, was im Garten verändert werden soll – und für den Herbst oder Winter auf jeden Fall einen ersten Termin zu vereinbaren.

Da bei Bodenfrost keine Bauarbeiten ausgeführt werden, bleibt den Landschaftsgärtnern mehr Zeit für die individuelle Planung und Gestaltung. Als Kunde können Sie in Ruhe Kataloge blättern, verschiedene Materialien anschauen, Bepflanzungsvarianten testen, alles ohne Eile. Wenn Ihnen die Idee gefällt und das Angebot für Sie in Ordnung ist, kann für das Frühjahr oder den Frühsommer ein Bautermin festgelegt werden. Anschließend bleibt noch genug Zeit, um den Sommer auf der neuen Terrasse zu genießen und sich im Schwimmteich abzukühlen!

*Bild: Sinnbildlich.net/Thomas bei Uihlein; Plan: Janssen*

# UND GRÄBT UND GRÄBT

**Lockern, umdrehen, ausheben – Spaten müssen im Boden ganze Arbeit leisten.**

Woran erkennt man einen guten Spaten? Eine Faustregel lautet: Finger weg von allem, was poliert ist. Das ist fast immer bei Waren aus Fernost der Fall. Dabei wird meist ein Blech in Form gepresst und anschließend auf Hochglanz gebracht. Ebenso schnell, wie es gepresst ist, ist es allerdings auch verformt.

Besser sind geschmiedete Spatenblätter. Beim Schmieden verändert sich das Gefüge des Metalls – es wird dichter und widerstandsfähiger. Ein weiteres Augenmerk muss beim Spaten auf dem Stiel liegen. Empfehlenswert ist Esche, weil sich das Holz nicht verdreht. Außerdem lässt sich der Stiel auch mit feuchten Händen gut greifen – bei Kunststoff oder Fiberglas muss man schon mal Handschuhe bemühen, um nicht abzurutschen.

Während bei gepressten Spaten das Blatt an jeder Stelle gleich dick ist, entsteht beim Schmieden eine konische Form – es ist oben dicker als unten. Das erleichtert zum einen das Eindringen des Spatens in die Erde, zum anderen schärft

# UND GRÄBT...

**Daher lohnt es sich, ein paar Euro mehr in vernünftiges Werkzeug zu investieren.**

sich der Spaten so immer wieder selbst. Bei der Griffform kann der Nutzer zwischen dem Knopfgriff, also dem oben abgerundeten Stiel, dem T-Griff und dem D-Griff wählen. Mit den T- und D-Griffen lässt sich erheblich mehr Kraft auf den Spaten ausüben als mit dem Knopfgriff.

Überall dort, wo zwei Materialien zusammentreffen, kann etwas brechen oder reißen. Beim Spaten ist das der Übergang vom Spatenblatt zum Stiel. Der Stiel steckt in einem Spatenheft (auch Dülle genannt) und wird dort befestigt. Schritt eins zu einer stabilen Verbindung ist die Fertigung von Spatenblatt und Dülle aus einem Stück – da kann keine Schweißnaht brechen. Schritt zwei ist die stabile Befestigung des Stiels. Ideal geeignet sind hier Nieten. Da Holz arbeitet, können Schrauben mit der Zeit locker werden. Ist ein Stiel einmal beschädigt, lässt er sich ganz schnell austauschen. Dazu werden die Nieten abgefeilt oder abgeschliffen und die Bolzen mit Hilfe eines Dorns ausgeschlagen. Dann lässt sich ein neuer Stiel im Spatenheft befestigen.

## INFO box
## SPATENPFLEGE

- *Lagern Sie den Spaten nicht direkt neben der Heizung.*
- *Waschen Sie den Spaten nach der Arbeit mit Wasser ab.*
- *Trocknen Sie ihn kopfüber, damit sich kein Wasser in der Dülle sammelt und dort stockt.*
- *Reiben Sie den Stiel ab und zu mit einem feuchten Lappen ab.*
- *Ölen Sie das Spatenblatt ab und zu ein. Sie können dazu alle Pflanzenöle außer Olivenöl verwenden.*
- *Flugrost, der sich eventuell am Spatenblatt festsetzt, verschwindet beim Arbeiten von selbst.*

Bilder: ©Butch/Stock.adobe.com; Krumpholz; www.krumpholz1799.de

# LI-LA-LAUNE-GEMÜSE

**Die Aubergine mag es warm und hell. Am passenden Standort wächst das vielseitige Gemüse auch in deutschen Gärten.**

Geboren ist sie im subtropischen Klima: die Aubergine. Von China und Indien verbreitete sie sich ab dem 15. Jahrhundert über Spanien nach Italien und schließlich nach Deutschland.

Zunächst waren die weißfrüchtigen Sorten bekannt, etwa so groß wie ein Hühnerei, was der Aubergine auch den Namen Eierfrucht einbrachte. Die Früchte variieren von Eiergröße in weiß über eher rundliche, weiß-lila und grün-lila Formen bis zu den bei uns wohl bekanntesten glänzenden, dunkellila, keulenförmigen Sorten. Die Aubergine gehört wie Kartoffeln, Tomaten und Paprika zu den Nachtschattengewächsen.

Ein Dach über dem Kopf und angenehme Temperaturen – das ist für die Anzucht von Auberginen fast unverzichtbar. Ein Gewächshaus, idealerweise mit einer Leuchte, leistet hier gute Dienste. Ausgesät werden müssen Auberginen von Ende Januar bis spätestens Anfang März bei Temperaturen von 20 bis 25 Grad Celsius. Pro Töpfchen genügt ein Same, der ein bis zwei Zentimeter tief in die Anzuchterde gesteckt wird. Diese muss ein bisschen angedrückt werden. Etwas zwei bis sechs Wochen später sollten sich die ersten Keime zeigen. Die Jungpflanzen freuen sich über Licht.

Nach den Eisheiligen können die Auberginenpflanzen ins Freiland. Dort sollte es unbedingt warm und windgeschützt sein, zum Beispiel an einer Hauswand – sonst sind sie im Gewächshaus besser aufgehoben. Der Pflanzabstand sollte mindestens 50 cm, besser 60 cm zu allen Seiten betragen. Ein Stützstab schützt die Pflanzen vor dem Abknicken. Auberginen benötigen viel Wasser. Sie werden ähnlich gedüngt wie Tomaten. Manche Gärtner schwören darauf, nur zwei bis drei Haupttriebe stehen zu lassen und die Seitentriebe zu entfernen.

Geerntet werden die Früchte, wenn sie schwarzviolett glänzen – das dauert in der Regel mindestens bis Ende Juli. In Folie verpackt halten sich Auberginen im Kühlschrank etwa eine Woche.

## INFO box AUBERGINEN

- **Allgemeines**

  *Auberginen haben nur wenig Eigengeschmack, der sich zudem erst beim Backen, Kochen, Braten oder Grillen entwickelt. Auch wenn sie sich fest anfühlen, bestehen die Früchte zu 93 Prozent aus Wasser. 100 Gramm haben gerade mal 17 Kalorien - was Auberginengerichte so gehaltvoll macht ist die Menge an Fett, in dem die Auberginen gebraten werden.*

- **Gesundheit (Nährwerte und Vitamine)**

  *Kalium, in der Schale auch Vitamin B und Vitamin C*

- **Zubereitung**

  *Dem Fruchtfleisch werden die Bitterstoffe entzogen, indem man es vor dem Zubereiten salzt und das Salz nach einiger Zeit gründlich abwäscht.*

Bilder: ©W.R.Wagner (gr. Bild); Brigitte Heinen (Bild Infobox); Moorhenne (Blüte); alle: ©pixelio.de

# AUBERGINEN-HACKFLEISCH-ZOPF

Einkaufszettel
(für 4 Personen)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 EL Olivenöl
250 g Rinderhackfleisch
200 g stückige Tomaten (aus der Dose)
100 g Aubergine
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL gemahlener Koriander
400 g Pizzateig (Kühlregal)
100 g Feta
1 Ei
Salz / Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen. Hackfleisch zugeben, bei großer Hitze unter Rühren in ca. 5 Min. krümelig braten. Zwiebel und Knoblauch unterrühren. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. weiterbraten. Tomaten zufügen. Alles unter Rühren erhitzen, etwa 15 Min. offen köcheln lassen.

Rezept: Hildegard Möller; Foto: Wolfgang Schardt

2 Inzwischen die Aubergine putzen, waschen, ca. 1/2 cm groß würfeln. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, die Auberginenwürfel darin unter Rühren bei großer Hitze in ca. 5 Min. hellbraun anbraten. Salzen und pfeffern.

3 Die Hacksauce mit Kreuzkümmel und Koriander würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auberginen in die Sauce rühren. Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Teig auf Backpapier zu einer ovalen Platte formen. Darauf die Hackfleisch-Auberginen-Mischung mittig als breiten Strang auslegen, dabei rundum einen ca. 5 cm breiten Rand lassen. Den Feta über die Mischung bröckeln.

4 Teigränder links und rechts der Füllung schräg alle ca. 2 cm breit einschneiden, oben beginnend (erinnert an einen dicken Stamm, mit Zweigen, die schräg nach unten zeigen). Oberen und unteren Rand nach innen schlagen. Teigstreifen von oben beginnend schräg von beiden Seiten abwechselnd zur Mitte legen, sodass sich die Enden ca. 1 cm überlappen. Fest, aber dennoch behutsam andrücken.

5 Das Ei verquirlen, Zopf damit einpinseln. Mit dem Papier auf ein Backblech ziehen, im heißen Ofen (Mitte) in ca. 35 Min. goldbraun backen. Warm genießen.

# AUBERGINEN-PILZ-CURRY

Einkaufszettel
(für 4 Personen)
2 Auberginen
600 g Champignons
1 Zwiebel
3 EL Rapsöl
1 TL Bockshornklee
3 TL Garam Masala (indische Gewürzmischung)
2 Dosen stückige Tomaten (à 400 g)
4 Stängel Koriandergrün
2 gehäufte EL Sahnejoghurt
Salz, Pfeffer

Rezept: Bettina Matthaei/Bild: Wolfgang Schardt

1 Die Auberginen waschen, putzen und in 2 cm große Würfel schneiden. Die Pilze trocken abreiben und nach Belieben vierteln oder in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln.

2 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und Bockshornklee und 2 TL Garam Masala ca. 1 Minute darin anbraten. Die Zwiebel dazugeben und eine weitere Minute mitbraten. Dann Auberginen und Champignons hinzufügen und bei großer Hitze 5–8 Minuten anbraten. Die Tomaten dazugeben, das Curry zum Kochen bringen und 10 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen.

3 Inzwischen das Koriandergrün waschen, trocken schütteln und samt der zarten Stängel hacken. Das Curry mit dem restlichen Garam Masala, Salz und Pfeffer abschmecken, auf vier Schalen verteilen, mit Joghurt toppen und mit Koriander bestreut servieren.

*Die Rezepte wurden den Büchern »*LOW CARB SEELENFUTTER*« (Auberginen-Pilz-Curry) und »*ZUPFBROTE*« mit freundlicher Genehmigung des Verlagshauses* GRÄFE&UNZER *entnommen.*

# SEITENWEISE GARTEN

Über Gärten zu lesen ist fast so schön wie im eigenen Garten zu sitzen. Noch besser, wenn sich beides verbinden lässt.
Wir haben hier ein paar Lesetipps, die sich für warme Sommertage ebenso eignen wie für die kälteren Monate – schließlich kann man ja schon mal träumen...

**Didier Willery**

## WAS WÄCHST WO?
### 1900 Gartenpflanzen für jeden Standort

Ulmer Verlag | 384 Seiten | 29,95 €
ISBN 978-3-8186-0551-3

Welche Pflanzen passen zu welcher Gartensituation? Wer dazu mehr wissen möchte, findet die Antworten bei Didier Willery. Er sortiert in »*WAS WÄCHST WO?*« Pflanzen nach verschiedenen Kriterien: Blütezeit und -farbe, Duft, Blatt- und Rindenfarbe sowie nach Standort und Verwendung.

**Peter Richard**

## DER GESTALTETE NATURGARTEN –
### Wildromantische Gärten planen und bauen

Haupt Verlag | 256 Seiten | 49,00 €
ISBN 978-3258080246

Dass ein Naturgarten durchaus elegantes Design mit einheimischen Pflanzen, nachhaltigen Materialien und den Bedürfnissen von Mensch und Tier verbinden kann, zeigt der Schweizer Landschaftsgärtner Peter Richard. Im Buch gibt er viele Anleitungen und Anregungen für naturnahe Gärten.

**Manfred Lucenz/Klaus Bender**

## VERRÜCKT NACH GARTEN:
### Ideen und Erfahrungen kreativer Gärtner

Callwey | 192 Seiten | 29,95 € €
ISBN 978-3766723451

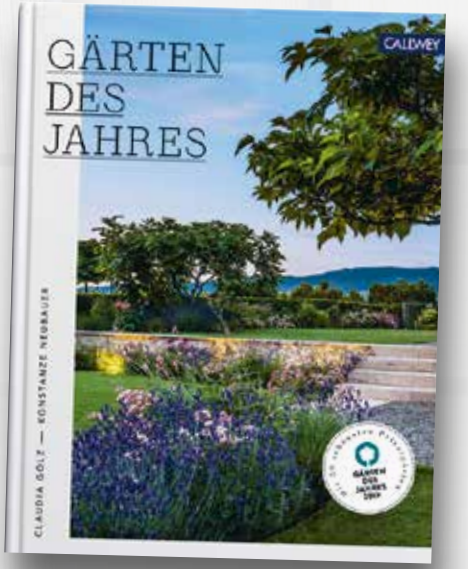
Manfred Lucenz und Klaus Bender sind selbst gartenverrückt – und haben zehn andere leidenschaftliche Gärtner besucht, um deren Paradise vorzustellen und ihnen Gartenwissen zu entlocken. Der Leser lernt nicht nur wundervolle Gärten kennen, sondern auch das dafür nötige Erfolgsrezept: Leidenschaft und Einsatz!

**Claudia Gölz/Konstanze Neubauer**

## GÄRTEN DES JAHRES:
### Die 50 schönsten Privatgärten 2019

Callwey | 280 Seiten | 59,95 € €
ISBN 978-3766723949

400 Fotos der 50 schönsten Privatgärten sind in der Dokumentation zum Wettbewerb »*GÄRTEN DES JAHRES 2019*« zu sehen. Zu jedem Garten gibt es detaillierte Angaben zu Konzepten, Materialien und Pflanzen. Ein Muss für Gartenliebhaber!




*Bücherabbildungen: Verlage (4); Hintergrund: Lupo ©pixello.de*

WIDL GARTEN LANDSCHAFTS BAU
Wohlfühlen mit Natur.

Bilder: Widl Werksbilder (1); ©Hannes Hochsmann (2)

Ihr Experte für Garten & Landschaft

Bild: ©goodluz · stock.adobe.com

## KONTAKT

# Mit VERGNÜGEN Ihren GARTEN GENIESSEN.

WIDL GARTEN LANDSCHAFTS BAU

Wohlfühlen mit Natur.

Jürgen Widl Garten- & Landschaftsbau
Ed 4, 84389 Postmünster
Fon 08561.71956 | eMail info@widl-garten.de
www.widl-garten.de

Ihr Experte für Garten & Landschaft