

Wissenswertes rund um das Hochbeet

Frisches, selbstgepflanztes und geerntetes Gemüse aus dem eigenen Anbau ist genauso lecker wie gesund. Dabei wissen Sie, daß das Gemüse aus dem eigenen Anbau weniger mit Schadstoffen behandelt ist als gekauftes

→ Sie haben es selbst in der Hand, ob Sie zusätzlichen Dünger verwenden und wenn ja, welchen.

Viele Gemüsearten (z.Bsp. Brokkoli oder Tomaten) enthalten bioaktive Inhaltsstoffe, die sich positiv auf unsere Gesundheit auswirken. Sie unterstützen unser Immunsystem, halten zusätzlich Darm und Gefäße gesund, können mitunter auch Krebszellen abwehren.

Der weitere, durchaus angenehme Nebeneffekt ist die Freude, selbst gesätes und gepflegtes Gemüse, Obst oder auch Kräuter vom eigenen Beet zu ernten. Auch dies trägt zum Allgemeinen Wohlbefinden bei.

Welchen Vorteil hat ein Hochbeet?

- Die bequeme Arbeitshöhe entlastet die Rückenmuskulatur, die bei der Gartenarbeit in Erdhöhe unwillkürlich zu Verspannungen im Rückenbereich führt.
- Der Boden in einem Hochbeet erwärmt sich schon im Frühjahr eher und es kann früher gesät und gepflanzt werden. Zusätzlich kann (wenn das Hochbeet dafür ausgelegt ist) mit einem Frühbeetaufsatz sogar fast rund ums Jahr gesät und geerntet werden, was zur Folge hat, daß der Ertrag bzw. die Ernte oft zwei- bis dreimal so groß wie bei einem normalen ebenerdigen Beet.
- Beim Anlegen und Füllen eines Hochbeetes können pflanzliche Küchenabfälle, Rasenschnitt, allerlei Baumschnitt und andere Pflanzenreste aus dem Garten verwendet werden; sie liefern preiswert die meisten Nährstoffe für Ihr Gemüse
- Durch das Zersetzen der organischen Pflanzenmaterialien im Beet erwärmt sich der Boden und schafft so ein gutes Wachstumsklima für die Pflanzen.
- Die Gemüsekulturen auf einem Hochbeet lassen sich gezielter gießen. Dadurch spart man Wasser und schafft optimale Bedingungen für ein gutes Wachstum.
- In einem Hochbeet ist die Gefahr geringer, daß die Pflanzen von Schädlingen angefressen werden

Der richtige Standort ist wichtig

Um einen möglichst hohen Ertrag zu erzielen, sollten Sie das Hochbeet so aufstellen, daß genügend Sonneneinfall gewährleistet ist; gerade in der Morgensonne erwärmt sich der Boden frühzeitig und die Pflanzen können so schneller wachsen.

Weiterhin wäre es von Vorteil, wenn Sie das Hochbeet in Nord-Süd-Richtung aufstellen und idealerweise ein hoher Strauch oder Baum mittags einen Schatten auf das Beet wirft; so trocknet der Boden nicht so schnell aus.

Unser Hochbeet kann auch auf einer gepflasterten Fläche oder auf Betonuntergrund stehen, also zum Beispiel auf der Terrasse oder auf einem versiegelten Hinterhof. Überschüssiges Regenwasser wird allerdings bei starken Niederschlägen früher oder später am unteren Rand des Beetes herauslaufen.

Unsere Hochbeete sind nicht breiter als 1,20 Meter, da sich dieses Maß bewährt hat für beidseitiges, entspanntes Arbeiten; auch die Bauhöhe unserer Hochbeete haben wir auf max. 1,0mtr begrenzt.

Befüllung

Bevor Sie mit dem Füllen beginnen, müssen Sie ein Gitter (Mausgitter oder Kaninchendraht, Wühlmausgitter, oder ähnliches) an den Stellen befestigen, die bei unseren Hochbeeten dafür vorgefertigt sind.

Achten Sie bitte darauf, daß die Gitter relativ engmaschig ausgebildet sind.

1. Füllebene

Die erste Füllebene (ca. 20 - 25 cm) besteht aus Baum-, Strauch- oder Heckenschnitt. Dieser darf nicht zu fein ausgebildet sein.

Dies ist deshalb wichtig, um eine ausreichende Drainage zu gewährleisten.

2. Füllebene

Die zweite Füllebene (ca. 15 - 20 cm) besteht aus feineren Holzhäckseln, umgedrehter Rasensoden, Laubschnitt oder Rasenschnitt. Auch nicht verrotteter Kompost eignet sich als zweite Schicht.

ACHTUNG: Die beiden unteren Schichten gut verdichten, weil der Beetinhalte durch den Verrottungsprozess recht schnell in sich zusammensackt, so daß sie nach ca. einem Jahr durch den Verrottungsprozess um etwa 10 bis 20 Zentimeter zusammenfallen können.

(Dies können Sie dann wieder ausgleichen, in dem Sie oben wieder Gartenerde nachfüllen)

3. Füllebene

Die dritte Füllebene (ca. 20 cm) besteht aus grobem Kompost oder verrottetem Stallmist.

In diese Schicht können Sie noch etwas Hornspäne einarbeiten, um eine Langzeitdüngung vorzunehmen.

Zwischenschritt:

Drücken Sie die Schichten nochmals zusammen (hierzu steigen Sie in das Hochbeet und stampfen mit den Füßen runter); damit verhindern Sie etwas, daß die Füllung nicht so schnell durch den Verrottungsprozess absackt,

4. Füllebene

Die vierte und letzte Füllebene (ca. 20 cm) besteht aus Gartenerde

Wie lange hält eine Füllung?

Um unser Hochbeet lange Jahre im Einsatz zu haben, empfehlen wir alle 5 – 7 Jahre die komplette Füllung auszutauschen.

Dies hat den Vorteil, daß die anfangs eingebrachte bzw. natürliche Düngung in den einzelnen Schichten (Schicht 2 – 4) im Laufe der Jahre abnimmt und der Ertrag somit auch weniger wird.

Schematische Darstellung der Füllung

