
Kräutertöpfe in der Küche

Beim Einkauf auf Frische schauen

Wählen Sie am besten Kräuter aus biologischem Anbau, welche ökologisch bzw. chemisch unbehandelt produziert wurden. Achten Sie darauf, dass die Pflanzen gesund aussehen und eine kräftige Farbe aufweisen. Die Blätter sollten nicht welk sein oder herunterfallen. Die Erde in den Töpfen darf nicht zu trocken oder ganz tropfnass sein.

Kräuter selber anbauen

Säen Sie selbst Kräuter aus und probieren Sie vielfältige Sorten und Raritäten. Die beste Zeit für die Vorkultur im Topf oder Kisterl ist von Februar bis April, jedoch sollte es nicht zu kalt sein. Nehmen Sie Kräuter-Saatscheiben zur Hilfe, dann können Sie ein zu dichtes Säen vermeiden.

Den geeigneten Standort suchen

Wichtig ist es, die unterschiedlichen Ansprüche an Licht und Wasser der Pflanzen zu beachten und den passenden Platz zu finden.

Für Kräutertöpfe in der Küche sind Sorten die an etwas schattigen Plätzen (Halbschatten) gedeihen gut geeignet. Dazu gehören Dill, Petersilie, Schnittlauch, Liebstöckel und Kresse.

Thymian, Rosmarin, Oregano, Basilikum, Salbei und Lavendel sind wärmeliebend und fühlen sich in einem sonnigen Balkonkisterl wohl. Minze und Melisse mögen es hell, wachsen etwas buschiger und sind in einem größeren Topf am Balkon oder im Garten gut aufgehoben.

Auch an Balkongeländern können Sie dekorative Hängekörbe befestigen und mit Kräutern bepflanzen.

Pflanzen regelmäßig gießen

Beim Einpflanzen sollten Sie den Kräutern ausreichend Platz zum Verbreiten geben und eine torffreie Anzuchterde für Gemüse wählen.

Regelmäßiges, maßvolles Gießen ist für ein gutes Wachstum von Bedeutung. Dazu gilt folgende Faustregel: Ungefähr 10 Prozent des Topfvolumens sollte an Wassermenge gegossen werden. Achten Sie auf den Feuchtigkeitsgehalt der Erde. Zu viel Gießen kann dazu führen, dass sich auf der Erde und an Stielansätzen Grauschimmel bildet und die Pflanzen absterben.

Kräuter richtig ernten

Am besten einzelne Blätter und Stiele per Hand oder mit einer Schere. Bei einigen Kräutern können Sie die

Triebe direkt am Stielansatz abschneiden wie z.B. bei Petersilie, Liebstöckel oder Schnittlauch, damit diese wieder neu austreiben können.

Bei Basilikum zwicken oder schneiden Sie die Spitze oberhalb einer Blattachsel ab, damit neue Triebe aus der Blattachsel wachsen können.

Bei Rosmarin und Thymian schneiden Sie einfach Zweige heraus. Bei Melisse, Minze und Salbei die Blätter samt Stängel ernten.

Kochen und Würzen mit Kräutern

Kräuter sind reich an Vitaminen, Mineralstoffen und ätherischen Ölen, welche auf unsere Gesundheit positiv wirken. Um die wertvollen Inhaltsstoffe zu schonen sollten Sie Kräuter immer frisch ernten, nur kurz unter fließendem Wasser spülen und trocken tupfen.

Beim Kochen erst gegen Ende der Garzeit zugeben oder am Teller darüber streuen. Wenn Sie mit frischen Kräutern würzen, können Sie mehr Geschmack erzielen und zudem weniger Salz verwenden.