



Carina Pürer, Pressesprecherin  
Tel.: 0043 676 848 790 737  
carina.puerer@naturimgarten.at

## Speisekammer Garten – Kräuter ernten & trocknen

Die Speisekammer Garten steht jetzt im Hochsommer sowohl im Gemüse- als auch im Kräuterbeet in voller Pracht. Samtige Salbeiblätter, duftender Rosmarin, aromatisches Basilikum, leuchtende Ringelblumenblüten – nicht alle Schätze aus der grünen Speisekammer können frisch verbraucht werden – gut, dass sich viele Kräuter trocknen lassen. Das gilt für Thymian, Zitronenverbene und -melisse, Oregano, Lavendel, Ringelblume, Rosmarin, Salbei, Bohnenkraut, Minzen und viele mehr. Schonendes Trocknen konserviert das Aroma optimal. So ist der Würz- und Wohlfühl-Pflanzenvorrat für das ganze Jahr und insbesondere für den Winter gesichert. Jetzt ist zum Glück noch Sommer – verwöhnen Sie sich mit köstlichem Kräuteröl, würzigem Stockbrot, frischem Kräuterdip und gesunder Kräuterlimo aus der grünen Speisekammer – frische Kräuter schmecken natürlich am besten und sind perfekt für die Grillparty.

„Die Kräuter sollen bei der Ernte sauber und trocken sein. Ein z.B. dünn mit angetrocknetem Rasenschnitt gemulchter Boden im Kräuterbeet tut den Pflanzen und dem Bodenleben gut. Die Mulchschicht beugt bei Regen oder Wind zudem der Verschmutzung mit Erde oder Staub vor. So steht bester Erntequalität nichts im Wege“, so Katja Batakovic, fachliche Leiterin der Bewegung „Natur im Garten“.

### Den Geschmack von Sommer für die Speisekammer sichern

- Ernten Sie bis zum späten Vormittag eines warmen, trockenen Tages saubere, ganze, gesunde und frische Triebe. Achten Sie bei verholzenden Kräutern (Halbsträuchern) wie Rosmarin, Thymian oder Lavendel stets darauf, den Schnitt oberhalb des verholzten Triebabschnitts zu setzen. Sammeln Sie Ihre Gartenschätze in einem flachen Korb und nicht in einem Plastikgefäß, damit gut Luft dazukommt.
- Das Aroma ist bei Gewürzkräutern vor der Blüte am intensivsten. Nach der Blüte werden die Blätter oft zäh und bitter. Bei manchen Wohlfühl-Kräutern wie der Gewöhnlichen Schafgarbe oder dem Echten Johanniskraut können sowohl Blüten als auch Blätter getrocknet werden. Petersilie wiederum sollte ab der Blüte nicht mehr verzehrt werden. Das Aroma von Basilikum lässt sich durch Trocknen oder Einfrieren nur mäßig gut erhalten – als Pesto ist es dafür herrlich.

- Binden Sie 5–8 ganze Triebe mit einer Schnur an den Stielen zu einem lockeren Bündel zusammen. Hängen Sie die Bündel kopfüber an einem schattigen und luftigen, aber windstillen Platz, z.B. auf einen an der Decke befestigten Stock oder eine Wäscheleine in der Wohnung, im Haus oder auf dem Dachboden auf.
- Machen Sie nach etwa einer Woche die Trocknungsprobe. Wenn die Kräuter so trocken sind, dass sie beim Berühren rascheln und sich zwischen den Fingern zerbröseln lassen, sind sie fertig getrocknet und werden abgenommen.
- Streifen bzw. schneiden Sie die Blätter und je nach Kräuterart auch die Blüten möglichst im Ganzen von den Stängeln. Das „Abrebeln“ funktioniert am besten über einem Bogen Backpapier. Füllen Sie die Aromaschätze in saubere, trockene und mit Datum und Pflanzenart beschriftete Schraubgläser.
- Bewahren Sie die Gläser an einem dunklen, trockenen Ort auf. Vermeiden Sie Hitze, Sonne und Feuchtigkeit, dann behalten die getrockneten Kräuter bis zu einem Jahr ihre Geschmacks- und Inhaltsstoffe.
- Würzige, duftende oder wohltuende Naturgarten-Kräuter sind in allen Varianten – ob als Küchengewürz, feiner Tee, selbst gemachtes Kräuter-Blütensalz, entspannendes Badesalz oder Duftkissen – schöne, selbstgemachte Geschenke für die Winterzeit, die sich jetzt in Ruhe vorbereiten lassen.

Unter [www.naturimgarten.at/infoblaetter](http://www.naturimgarten.at/infoblaetter) finden Sie unter „Essbares aus dem Garten“ im Infoblatt „Ernten, Lagern, Konservieren“ verschiedene Möglichkeiten, um die Gartenschätze Ihrer grünen Speisekammer haltbar zu machen. Wer sich jetzt die Mühe macht, kann auch im Winter den Geschmack des Sommers genießen.

