

Sabine Reber, Schriftstellerin  
und leidenschaftliche Gärtnerin

# Neue Kräuter braucht der Balkon



FOTO: FLOREMEDIA

**Parakresse.** Das schön blühende Kräutlein, das aus Brasilien kommt, schmeckt prickelnd scharf.

## Prächtige Töpfe

Das schönste Buch für Topfgärtner, das ich je gesehen habe, heisst «Gartenpracht in Töpfen und Kübeln». Es wurde von Elisabeth de Lestrieux und Kees Hageman herausgegeben. Gerstenberg, Fr. 74.50.

Hätte ich statt eines Gartens nur ein paar Töpfe zur Verfügung, würde ich Küchenkräuter ziehen. Neu entdeckte Sorten wie die Parakresse aus Brasilien oder die mexikanischen Estragontagetes haben neben schmackhaften Blättern auch schöne orange beziehungsweise gelbe Blüten. Die Parakresse ist mit ihrem prickelnd scharfen Geschmack ein kulinarisches Muss. Die Blüten schmecken wie scharfes Brausepulver. Subtiler schmecken Estragontagetes, die mit den bekannten Sommerblumen nur den Namen teilen. Sie galten bereits bei den Azteken

als heiliges Kraut und wurden gegen Koliken und Schlangenbisse eingesetzt. Die nach Anis duftenden Blüten schmecken wie Estragon, sind perfekt zu Fisch und Vinaigrette.

Ein praktisches Allzweckmittel ist das Süsskraut Stevia, das auch Diabetiker problemlos geniessen können. In seinen Blättern bilden sich natürliche Stevioside, die süsser sind als Zucker, aber keinen Einfluss auf den Blutzuckerspiegel und praktisch keine Kalorien haben. Verwendet werden frische oder getrocknete Blätter wie Teeblätter.

Die meisten Kräuter kann man günstig und einfach aus Samen zie-

hen (Select, Tel. 032 - 686 68 68), oder man kauft beim Gärtner oder im Gartencenter Jungpflanzen. Südländische Sorten wie Rosmarin, Lavendel, Salbei, Ysop und Thymian mögen es voll sonnig, sie überstehen auch ein paar Tage ohne GiesSEN. Dafür reagieren sie empfindlich auf Staunässe. Sie werden also immer in Töpfe mit gut durchlässiger Erde und einer Drainageschicht gepflanzt – lehmhaltige Erde mit Sand ist ideal.

Die Hitze-Toleranz erkennt man unter anderem an den kleinen, oft grausilbrigen Blättern. Kräuter mit grösseren, fleischigen Blättern haben es im Allgemeinen lieber halb schattig und feucht, beispielsweise Minze, Bergamotte oder Melisse. In einem grossen, tiefen Topf kann man auch Maggikraut ziehen, das nach einigem Jahren zu einer meterhohen Staude heranwächst. Natürlich dürfen die Klassiker Peterli und Schnittlauch nicht fehlen. Schnittlauch ist mehrjährig und gedeiht problemlos in einem kleinen Gefäss. Mit Peterli jedoch scheinen manche Leute Mühe zu haben. Ich würde ihm immer in frischen, eher sauren Kompost säen (etwas Rhododendronerde beimischen), in den Halbschatten stellen und regelmässig giessen. Wer guten Kompost hat, sollte ihn für Peterli verwenden. Basilikum ist das andere Problem-Kraut – jeder isst es gern zu Tomaten, es gedeiht unter ähnlichen Bedingungen wie diese, am besten im Gewächshaus.

ISSN 0047-0709



Nr. 15, 92. Jahrgang, Erscheint montags  
Begleitbändige Auflage: 255 777 Exemplare  
Redaktion: Schweizer Illustrierte, 8008 Zürich, Dufourstrasse 23, Telefon 01 - 259 61 63, Fax 01 - 259 61 42  
Abonnements-Dienst: Telefon 0800 820 820, Mo bis Fr. 7.00 - 18.30 Uhr  
Abonnementspreise (Preis inkl. 2,4% MwSt.): 3 Monate 6 Monate 1 Jahr Fr. 49.- Fr. 93.- Fr. 175.-

**Chefredaktor:** Marc Walder **Verlagsdirektor:** Urs Heller **Stv. Chefredaktor:** Andreas C. Engler **Art Director:** Jean-Robert Schaffner **Nachrichtenchefin:** Monique Ryser **Unterhaltungschefin:** Paola Biazon **Büchhof:** Markus Schmetzer **Chef vom Dienst:** Felix Aeberli **Stv. Textchefin:** Marie von Büren **Nachrichten:** Edith Estermann (stv. Nachrichtenchef, Chefredaktor), David Becker, Harry Bredies (Leitung Wirtschaft), Marcel Hüwyler, Thomas Kutschera, Christine Zwiggart **Unterhaltung/Leute:** Susanne Timm (stv. Unterhaltungschefin/Leitung People), Sandra Casalini, Giuseppe Cerrato (Mode), Silvan Grütter, Caroline Micaela Hauger (Kunst), Andrea Vogel **Sport:** Marc Lindegger **Koordination Sonderhefte:** Isabel Notari **Kultur, Die Besten:** Manuela Sames (Leitung), Isolde Schaffner-Wieland, Susanne Strässle, Isabell Teuwissen **Shopping:** Beatrice Schönhaus (Leitung), Ursula Borer, Ana-Maria Halldmann **Gesundheit:** Dr. med. Samuel Slutz, Verena Thurner, Stefan Reinhardt **Bildredaktion:** Reto Hügin, Rosmarie Mattes, Maya Segg, **Fotografen:** Rolf Edelmann, Katja Grossi, Hervé Le Curty, Marcel Nicker, Kurt Reichenbach, Arsène Sahurs, Charles Seiler, Willy Spiller, Bruno Voser, Dirk Vredenburg **Layout/Produktion:** André Frensch (stv. Art Director), Maria Carlucci, Dominik Koch, Christoph Spärgin, Olmar Staubli, Moritz Ulrich, Gerrit van Vliet, Doris Wühlinch (Leitung Technik) **Korrektur:** Hannes Trüb

**Sekretariat:** Claudine Buri, Margrit Hunziker **Buchhaltung:** Mirella Vignoni **Ständige Mitarbeiter:** Urs Bärtschi (Auto), Peter Birschl, Stephan Bosh, Zeno van Esstel, Kurt Felix (TV-Beobachter), Pierre A. Graenicher, Helmut Hubacher, Peter Hürzeler, Zoë Jenny, Hanspeter Künzler, Dieter Müller (Geld), Sabine Reber, Peter Scholl-Latour, Susy Utzinger **Büro Paris:** Suisse Presse Médias, Annemarie Mahler, 5, quai Voltaire, F-75007 Paris, Tel. 0033-1-42 60 34 61, Fax 0033-1-42 60 54 69 **New York:** Swiss Press Inc., 13 East 47th Street, New York, N.Y. 10017, Telefon (212) 755 5268, Fax (212) 755 5371 **Verlag:** Ringier AG, 4800 Zolingen **Verlag der Ringier-Zeitschriften:** Dufourstrasse 23, 8008 Zürich, Telefon 01 - 259 61 11, Fax 01 - 259 68 44 **Leiter Werbemarkt Zeitschriften:** Nick Hügli **Marketingleiterin:** Verena Baumann **Brand Manager:** Marco Valà **Produktionsleiter:** Roland Winkler **Anzeigenverkauf International:** Fax +41-1-259 68 96 **Syndication und Nachdruckrechte:** RDZ Syndication - Ursula Steingger, Dufourstrasse 23, CH-8008 Zürich, Tel. 01 - 259 61 60, Fax 01 - 259 86 69

**Druck:** Ringier Print Zolingen AG, 4800 Zolingen, Tel. 062 - 746 31 11  
**Vertrieb im Ausland:** Ringier SA, BP 228, F-68806 St-Louis Cedex; Illustrierte-Zeitschriften-Vertriebs-GmbH, Turmstrasse 4, D-78467 Konstanz  
**Auslands-Abonnementspreise:** Anfragen an den Verlag richten **Bekanntgabe von namhaften Beteiligungen i. S. von Art. 322 SGB:** Addictive Productions AG, Balmédia AG, Betty Bossi Verlag AG, Fastnet SA, Good News Productions AG, Investhaus AG, 2R Media SA, Mediamat AG, Pressevertriebs GmbH, Prewon AG, Rincovision AG, SAT 1 (Schwarz) AG, SMD Schweizer Mediendatenbank AG, SMH Schule für Medienintegration AG, Teleclub AG, ZHOL Zürich Online AG, Ringier France SA, Paris, B.V. Tabora, Amsterdam, Hakindar B.V., Amsterdam, Ringier Pacific Ltd., Hongkong, Ringier (Niederland) B.V., Amsterdam, Ringier Print (HK) Ltd., Hongkong  
**Der Nachdruck sämtlicher Artikel und Illustrationen ist verboten. Für den Verlust nicht verlangter Reportagen kann die Redaktion keine Verantwortung übernehmen.**