

KNACKIG!



Grüne Welle bei Sabine Reber: Die annabelle-Gärtnerin genießt die reiche Ernte im neuen Gemüsegarten und freut sich über den perfekten Kopfsalat.

Hellgrün und knackig war er, von der Schnittstelle tropfte milchig-klebriger Saft, und sein Herz war butterweich und zart – gestern habe ich einen **Kopfsalat** geerntet, wie er perfekter nicht sein könnte! Salat zu ziehen, ist ja etwas vom Einfachsten, und doch habe ich mich über diesen gefreut, als wäre er eine Sensation. So gern ich Stauden und Rosen und andere anspruchsvolle Gewächse mag, ist doch der eigene Salat der vielleicht grösste Luxus im Garten.

Bereits seit Wochen haben wir verschiedene Schnittsalate: **Rucola, Nüssli- und Hirschhornsalat** (ein würziges Wegerichgewächs), **japanische Mizuna- und Pak-Choi-Blätter, Forellensalat** und einige rote und grüne **Lollos**, von denen ich stets nur die äusseren Blätter ernte, sodass die Pflanzen weiterwachsen. Den Sommer über gibts schüsselweise Salat, und ich genieße es, im Überfluss zu schwelgen und jeden Tag eine neue Mischung zu kreieren. Sogar die Hühner kriegen nun frischen Salat, und die Kaninchen freuen sich über das Kraut der jungen **Karotten**.

Derweil reifen auch die ersten **Zucchini** – das kalte Wetter von Ende Mai hatte ihnen einen Dämpfer verpasst. Ich ernte sie, sobald die Blüten abgefallen sind,



Die erste Sommerernte: Zarte Salate und junges Gemüse

und esse die Zucchini ganz jung. Dann sind sie so zart, dass man sie auch roh geniessen kann. Auch die **Erbsen** sind nun gut, es ist immer eine Freude, eigene Erbsen zu ernten, und sie schmecken so süss, dass man sie ebenfalls roh essen kann. Die breiten **Bohnen** hingegen dämpfe ich kurz, und auch die **Kohlrabi** mag ich lieber gekocht. Die ersten **Krautstiele** sind auch

schon in der Pfanne gelandet – ich habe sie dicht gepflanzt und ernte nun jede zweite Staude, sodass die übrigen Platz haben, um schön gross zu werden. Und überall dort, wo durch das Ernten Lücken entstehen, säe oder pflanze ich sofort neue **Salate, Randen, Fenchel und Spinat**, damit wir dann auch im Herbst noch etwas zu ernten haben. ★ www.rosamundi.net



HAUTSACHE

Handcrème mit zwanzig Prozent Sheabutter von L'Occitane. ★ 150 ml
28 Fr., www.loccitane.com



HOCHFORM

Espadrilles mit Keilabsätzen vom US-Edellabel Brooks Brothers. ★ Ca. 110 Fr., www.brooksbrothers.com



KUGELFEST

Boules-Spiel aus hart verchromtem Stahl von Artedona. ★ 98.40 Fr., www.artedona.de

SALAT-TIPP

Bei Salatsorten wie Lattich und Kopfsalat, die man ganz erntet, mit dem Messer ein Kreuz in den Strunk schneiden. Meist treiben dann nochmals vier kleinere Salate aus, zwar nicht mehr ganz so dicht wie der erste, aber essbar. Funktioniert übrigens auch beim Kohl.