



Kraftvolle Stangen

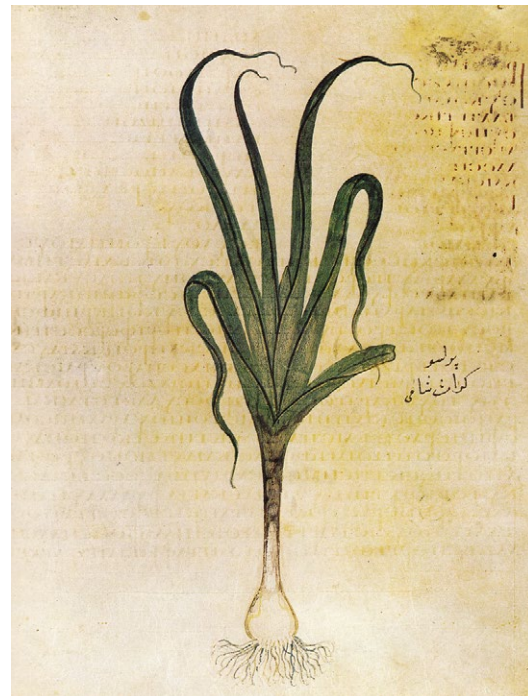
Von den alten Ägyptern über nordeuropäische Schamanen bis zur Waliser Garde: Der **Gemüselauch** zieht sich mit seinen grünen Stangen symbolbeladen und kräftigend durch die Weltgeschichte.

Sabine Reber Autorin, Gartenberaterin und Bloggerin

Der Gemüselauch gilt als grosser Bruder von Zwiebeln und Knoblauch. Mit seinen eleganten und robusten Stangen ist er aus Garten und Küche nicht wegzudenken. Klug angebaut, kann er praktisch das ganze Jahr frisch geerntet werden. Mit seinem süss-würzigen Aroma und der eleganten Zwiebelnote ist er zusammen mit Karotten und Sellerie das klassische Würzgemüse. Auch als Suppengrün und als Gemüse in zahlreichen Zubereitungsarten ist Lauch aus der europäischen Küche nicht wegzudenken.

Die Sorten für Herbst und Winter werden ab März im Freilandbeet ausgesät und ab Ende April an ihren endgültigen Standort verpflanzt. Die Sorten für die Sommerernte werden im kalten Gewächshaus ab Januar gesät und im März ausgepflanzt. Lauchsetzlinge erfordern Fingerspitzengefühl: Die zarten weissen Wurzeln sanft auseinanderzupfen, tendenziell etwas tiefer pflanzen und gut einschwemmen. Der Winterlauch verträgt Temperaturen bis minus zwölf Grad. Er kann im Mittelland den Winter über auf dem Beet stehenbleiben und nach Bedarf frisch geerntet werden. Das erlauchte Gemüse mit den bis zu achtzig Zentimeter langen Stangen sollte man nicht forcieren und auch kaum düngen. Langsam wachsend, bildet der Lauch dünne, zarte Blattschichten und wird viel aromatischer.

Der zarte Lauch schmeckt leider auch den Viechern. Zwiebelthripse, auch Tabakthripse genannt, saugen die Blätter aus, bis sie grau und fahl sind. Lauchmotten fressen Löcher in die Stangen. Auch Zwiebelfliegen und Zwiebelminierfliegen kommen gelegentlich zu Besuch. Zudem kann Lauch von diversen Fleckenkrankheiten heimgesucht werden. Im Hausgarten lohnt es sich daher, gut auf die Mischkultur zu achten. Geeignete Partner sind Kamille, Erdbeeren, Kohl und Kohlrabi, Kopfsalat, Rübli, Sellerie und Tomaten. Ungünstig wirken sich Bohnen, Erbsen und Randen aus. Zudem sollte der Standort jedes Jahr gewechselt werden, damit sich Viren und Pilze im Boden nicht zu sehr ansammeln. Im Garten pflanze ich gerne etwas mehr Lauch und lasse einen Teil davon blühen. Die weissen Kugeln recken sich keck aus dem Beet. Sie sind



FOTOS STÖH GRÜNIG, ZVG

Lauch ist eine zweijährige krautige Pflanze. Im Gegensatz zur Wildform hat der Gemüselauch keine Zwiebel.

bei den Bienen beliebt und sehen ebenso dekorativ aus wie der viel teurer zu kaufende Zierlauch.

Gemüselauch *Allium porrum* ist eine Kulturform des Ackerlauchs *Allium ampeloprasum*. Dieser wurde schon vor über viertausend Jahren von den Sumerern und den alten Ägyptern angebaut. Lauch stärkte Arbeiter und Sklaven für den Pyramidenbau. Überhaupt gilt Lauch als wichtiges Kräftigungsmittel, zumal er viele Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe enthält. Die nordeuropäischen Schamanen verehrten den Lauch so sehr, dass sie ihm eine eigene Rune widmeten. Und in Wales hat es die kräftige grüne Stange bis aufs Wappen geschafft. Früher trugen die walisischen Krieger echte Lauchstangen an den Hüften. Die legendären Waliser Garder, die mit roten Uniformen und schwarzen Bärenfellmützen das britische Königshaus bewachen, tragen bis heute einen Lauch am Kragen und eine Lauchbrosche an der prägnanten Mütze. 🍷