



Der Wellnessbalkon

Den Sommer daheim geniessen – das ist doch viel erholsamer, als in dieser hektischen Zeit verreisen zu müssen. Mit den richtigen Pflanzen und ein paar gestalterischen Tricks entsteht auf Balkonien eine persönliche Wellnessoase.

Sabine Reber Schriftstellerin und Gartenexpertin

Wie schön, nirgendwo hinfahren zu müssen! Einfach hinaus auf den Balkon, Tür zu, Sonnenschirm aufspannen und sich genüsslich hinflätzen. Mediterrane Wohlfühlstimmung auf den Balkon zaubern ist nicht schwierig. Bei meiner Tochter in der WG haben wir mit einer Campingmatratze und ein paar Decken und Kissen eine gemütliche Ecke eingerichtet. In heissen Sommernächten ist es auch schön, draussen zu schlafen. Ein Mückennetz zaubert zusätzliche Ferienstimmung und bietet nachts den nötigen Schutz. Was natürlich auch nicht fehlen darf, sind Windlichter und eine Leuchtgirlande. Und natürlich die richtigen Pflanzen! Ich liebe die exotische Bougainvillea. Ihre magentafarben leuchtenden Blüten sind punkto Ferienstimmung durch nichts zu übertreffen. Dazu habe ich auf dem Balkon in Bern rankende Dipladenien und viel Essbares angesiedelt. Wenn der Platz knapp ist, dann muss man ihn doch geschickt nutzen!

Die robusten neuen Kartoffelsorten und die dunkellaubigen Süsskartoffeln haben inzwischen reichlich Laub gebildet. Dieses ist sozusagen die Grundlage, um einigen Stars eine Kulisse zu bieten. Einen grossen Auftritt haben heuer die Tomaten. Einige stattliche Exemplare dienen als Sichtschutz. Am liebsten haben die Teenies rote und gelbe Sorten mit nicht zu grossen Früchten, die sie direkt vom Strauch naschen. Auch mit Auberginen und Melonen versuchen wir es – sie haben jetzt schon ordentlich Früchte gebildet,

und wir sind guten Mutes, dass diese in absehbarer Zeit erntereif sind. Auf dem gedeckten Balkon ist zum Glück Hagel kein Problem – da sollte also eigentlich nichts schiefgehen. Vorausgesetzt, es wird fleissig gegossen, wenn ich weg bin! Die Chilis vertragen in dieser Hinsicht einiges, und vor allem schätzen meine Tochter und ihr Freund die scharfen Früchtchen zum Kochen. Auch mit den verschiedenen Kräutern, die ich ihnen gepflanzt habe, experimentieren sie gern in der



Küche. Was für das Ferienfeeling daheim auch auf keinen Fall fehlen darf: ein Kübel mit marokkanischer Minze *Mentha spicata*, die kompakt wächst und mit ihrem starken Minzgeschmack kühlend wirkt. Wenn

es heiss ist, geht nichts über einen frisch aufgebrühten Minztee, den wir alle zusammen aus Teegläsern vom Flohmarkt geniessen – gemütlich auf der Matratze herumlümmelnd, so als befänden wir uns im Süden.

Und wenn wir schon bei Urlaubsgetränken sind, warum nicht auch gleich noch eine Mojito-Minze dazugesellen? Das ist die *Mentha nemorosa*, sie wird bis zu achtzig Zentimeter hoch und braucht also auch einen recht grossen Kübel. Ihr Geschmack ist milder als bei den üblichen Minzsorten und hat eine zitrusartige Note. Prost allerseits auf einen schönen Sommerabend! ☕



«Der essbare Garten» von Sabine Reber und Markus Kobelt, mit Fotos von Stöh Grünig, LandLiebe-Edition, 2024, 208 Seiten, Fr. 39.-, für Abonnentinnen und Abonnenten Fr. 31.-