



Aussaatinfo

ECHTER BALDRIAN

Valeriana officinalis



Ausdauernde Staude, die bis zu 2 m hoch werden kann. Die Baldrianwurzel ist das traditionelle Hausmittel gegen Einschlafbeschwerden und bei Erschöpfung.

Standort:	sonnigen bis halbschattig, gut durchlässiger, nährstoffreicher Boden
Saatvorbereitung:	Vor der Aussaat sollten die Samen für etwa 24 Stunden in warmem Wasser eingeweicht werden, um die Keimung zu fördern.
Aussaat in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	April/März
Aussaat im Freiland:	Idealerweise im Frühling, sobald die Frostgefahr vorüber ist. In einigen Klimazonen kann die Aussaat auch im Herbst erfolgen.
Saattiefe beim Aussäen:	0,5 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	15 - 25 °C
Keimdauer in Tagen:	14 - 28 / Lichtkeimer
Pflanzabstand:	50 x 40 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Oktober



Aussaatinfo

ECHTER BEINWELL

Symphytum officinale



Der als Knochenheiler bekannte Beinwell hat eine Wuchshöhe von 30 – 60 cm. Das Besondere ist das Wurzelsystem, das aus fleischigen bis zu 50 cm langen Hauptwurzeln besteht. Vereinzelt können die Wurzeln bis in Tiefen von 180 cm vordringen.

Standort:	sonnigen bis halbschattigen Standort. Er gedeiht gut in feuchten, gut durchlässigen Böden.
Saatvorbereitung:	Eine spezielle Vorbehandlung der Samen ist nicht notwendig, obwohl das Einweichen über Nacht die Keimung beschleunigen kann.
Aussaat in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	März
Aussaat im Freiland:	Beinwell wird typischerweise im Frühjahr ausgesät, sobald die Frostgefahr vorüber ist. In einigen Klimazonen kann auch eine Aussaat im Herbst erfolgen.
Saattiefe beim Aussäen:	0,5 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	5 °C
Keimdauer in Tagen:	21 - 28
Pflanzabstand:	50 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Juni – Oktober



Aussaatinfo

ECHE ENGELWURZ

Angelica archangelica



Die aromatische Wurzel der heimischen Angelika gilt als allgemein stärkendes Mittel. Die Pflanze blüht nur ein Mal und stirbt danach ab. Meistens sät sie sich jedoch selbst wieder aus.

Standort:	sonnige, feuchte Standorte
Saatvorbereitung:	Samen sofort aussäen, da nur frisches Saatgut keimt. Und gut zureden, denn die Pflanze aus dem Samen säen ist anspruchsvoll.
Aussaat in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	Januar - März
Aussaatzeit im Freiland:	Februar/März und August/September
Saattiefe beim Aussäen:	1 – 2 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	5 °C
Keimdauer in Tagen:	unregelmäßig / Kaltkeimer
Pflanzabstand:	50 – 100 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Wurzel im Frühling und Herbst



Aussaatinfo

BAIKAL-HELMKRAUT

Scutellaria baicalensis



Die mehrjährige Staude ist eine der wichtigsten Heilpflanzen in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und umfasst etliche Einsatzgebiete. Sie ist auch eine sehr gute Futterquelle für nützliche Insektenarten und darf in keinem Garten fehlen.

Standort:	eher trockene und sonnige Standorte
Saatvorbereitung:	Vorkultur ab März im Haus oder Direktsaat ins Freiland ab Mitte Mai. Samen nur auf die Erde streuen und gut andrücken. Keimt schnell und unkompliziert.
Aussaait in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	März - Mai
Aussaaitzeit im Freiland:	April - Juni
Saattiefe beim Aussäen:	0,5 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	16 - 18 °C
Keimdauer in Tagen:	unregelmäßig
Pflanzabstand:	30 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Kraut, Juni - September



Aussaatinfo

ECHTE KAMILLE

Matricaria chamomilla



Die Kamille ist eine der wichtigsten heimischen Arzneipflanzen. Das aus den Blüten gewonnene, leuchtend-blaue ätherische Öl hat eine Vielzahl medizinischer Eigenschaften. Weniger bekannt ist, dass ihre Blüten auch gut gekocht als Suppenwürz oder roh in Salaten zur Geltung kommen. Die gesamte Pflanze ist essbar.

Standort:	liebt sonnige Standort und bevorzugt eher feuchte, nährstoffreiche Böden
Saatvorbereitung:	Lichtkeimer - Beim Säen das Saatgut nur auf das Substrat streuen und leicht andrücken, nicht mit Erde bedecken.
Aussaat in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	März - April
Aussaatzeit im Freiland:	Mai - Juni
Saattiefe beim Aussäen:	0 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	16 - 25 °C
Keimdauer in Tagen:	7 - 14
Pflanzabstand:	10 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Mai - Oktober



Aussaatinfo

ECHE SCHLÜSSELBLUME

Primula officinalis



Die Echte Schlüsselblume ist eine sehr dekorativ blühende Wiesenblume und gleichzeitig die medizinisch wirksamste Art unter den Primelgewächsen. Eine Kultur im Hausgarten oder Balkon empfiehlt sich, weil das Sammeln der Pflanze verboten ist, da wild vorkommende Schlüsselblumen vom Aussterben bedroht sind und entsprechend unter Naturschutz stehen.

Standort:	liebt halbschattige Plätze mit humosen, nährstoffarmen durchlässigen Böden
Saatvorbereitung:	Die Samen im Herbst dünn am Ort oder im Saatkasten aussähen. Sie brauchen Kälte zum Keimen und gehört damit zu den Kaltkeimern.
Aussaat in Vorkultur (Pflanzen vorziehen):	Januar - März
Aussaatzeit im Freiland:	August - Oktober
Saattiefe beim Aussäen:	0 cm
Optimale Temperatur zur Keimung:	5 °C
Keimdauer in Tagen:	-
Pflanzabstand:	15 - 20 cm
Zeitpunkt Haupternte:	Mai – Juni (Blüten, Blätter), Frühjahr und Herbst (Wurzeln)