



Gemeinnütziger Kleingartenverein Sontra 1941 e.V.



Inhaltsverzeichnis

Liebstockel	1
Kulturanleitung	1
Nützlich vom Stängel bis zur Wurzel	1
Standort & Boden	2
Zufriedener Schattenparker	2
Aussaat & Pflanzung	2
Frostharter Freigänger	2
Drei gute Gründe Liebstockel anzubauen	2
Pflege	3
Eine fast bedingungslose Liebe	3
Ernte & Aufbewahrung	3
Im Winter nicht mehr ernten	3

Liebstockel



Kulturanleitung

Monat:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Aussaat:												
Ernte:												

Nützlich vom Stängel bis zur Wurzel

Liebstockel oder „Maggikraut“ ist der Beweis, dass einheimische Pflanzen alles andere als langweilig und zudem vielseitig nutzbar sind. Als eines der dankbarsten Kräuter, die du in deinem Kräutergarten pflanzen kannst, ist Liebstockel ausdauernd, gibt sich mit Schatten zufrieden und alle seine Teile, bis auf die Wurzeln, sind in der Küche



Gemeinnütziger Kleingartenverein Sontra 1941 e.V.



verwendbar. Überdies wird das Kraut in der Naturheilkunde wegen seiner stärkenden Wirkung geschätzt. Die Wurzelstöcke dienen in der Pflanzenheilkunde zur Therapie von Harnwegsinfekten. Übrigens: Die bekannte braune Würzsoße enthält entgegen ihrem Namen keinen Liebstöckel. Schön, wenn du eigene, frische Kräuter zur Verfügung hast!

Standort & Boden

Zufriedener Schattenparker

Liebstöckel ist ein winterhartes Kraut und liebt einen Standort in lockerer, tiefgründiger und feuchter Erde. Das Kraut toleriert Schatten und Halbschatten und kann damit hervorragend an für viele andere Pflanzen eher unbeliebte Orte im Garten gepflanzt werden. Er benötigt bei seiner Pflanzung eine Schaufel Kompost, Mist oder Dünger.

Aussaat & Pflanzung

Frostharter Freigänger

Liebstöckel wird bis zu zwei Meter hoch und wächst mit seinen großen, gefiederten Blättern ziemlich ausladend. Achte darum bei der Aussaat darauf, dem Kraut genug Platz zu gewährleisten. Für die Fensterbank ist Liebstöckel wegen seiner Größe eher nicht geeignet. Wenn dein Balkon groß genug ist, kannst du Liebstöckel aber dort in großen Kübeln kultivieren. Ein Topf mit 40 cm Durchmesser reicht dann für eine Pflanze. Liebstöckel kann man aus den Samen ziehen oder eine Pflanze mit dem Spaten teilen. Mitte Juni ist der richtige Zeitpunkt, um dein krautiges Allroundtalent ins Freiland zu säen. Es ist ein Vorteil dieser heimischen Art, dass sie Frost verträgt. Eine Vorkultur legst du im Freien an. Im Herbst oder im folgenden Frühling versetzt du die Setzlinge dann an ihren endgültigen Ort.

- Pflanztiefe: Furchen von 1 cm
- Pflanzabstand: 30 x 30 cm
- Auspflanzen ins Beet: keine Vorkultur im Haus möglich
- Direktsaat: ab Anfang März oder Ende September möglich
- Keimdauer: 11-14 Tage
- Kulturdauer/Erntereif: Blätter Mai-September, Wurzeln im Herbst. Liebstöckel treibt im Frühjahr aus und wird etwa vier Jahre alt

Drei gute Gründe Liebstöckel anzubauen

1. Alle Teile des Liebstöckels sind in der Küche und der Hausapotheke nutzbar
2. Liebstöckel gedeiht auch im Schatten
3. Liebstöckel ist winterhart und damit pflegeleicht



Gemeinnütziger Kleingartenverein Sontra 1941 e.V.



Pflege

Eine fast bedingungslose Liebe

Liebstock ist robust und pflegeleicht. Er erreicht seine endgültige Größe nach vier Jahren. Wenn du in der Zwischenzeit bis der Liebstock ausgewachsen ist, das Kraut auch nutzen möchtest, ziehe vier Pflanzen um ein halbes Jahr versetzt. So gewährleistest du, dass die Pflanzen nicht überstrapaziert werden. Jäte um die Pflanzen herum und lockere hin und wieder den Boden. Wenn du in erster Linie die großen, fächerförmigen Blätter des Krautes ernten möchtest, gönne dem Liebstock eine wöchentliche Extragabe an Wasser.

Ernte & Aufbewahrung

Im Winter nicht mehr ernten

Du kannst Liebstock den ganzen Sommer über ernten, frisch verwenden, trocknen oder tiefrieren. Ende September sollte dein Vorrat an Liebstock groß genug sein für die Wintersaison. Dann wirst du dich an seiner Würze in stärkenden Suppen erfreuen. Die Pflanze stellt im Herbst ihr Wachstum ein, darum ist es wichtig, nun nicht mehr zu ernten.

Die großen Blätter des Liebstocks werden am Liebsten in der Küche verwendet. Wie bei den meisten Kräutern, solltest du die Blüten abschneiden, bevor sich Samen gebildet haben, um ihr Aroma kräftig zu erhalten. Du kannst bis zu drei Mal im Jahr Liebstock von einer ausgewachsenen Pflanze ernten. Trockne die Blätter ausgebreitet auf Backpapier im Backofen bei bis zu 90 Grad bei angelehnter Tür. Anschließend kannst du sie fein hacken und in Schraubgläsern bis zu drei Jahren aufbewahren.