



7.7.2012

06/2012

Gültstein



seit 1992

Heilendes Gemüse - Gurke

Dieses Fruchtgemüse enthält viel Wasser, kaum Kalorien und einiges an Biostoffen für die Schönheit. Gurken zählen zu den wenigen Gemüsesorten, die sowohl innerlich als auch äußerlich gesund bzw. schön machen. Es gibt sie in unterschiedlichen Arten.

Herkunft: Ganz genau weiß man es nicht, aber Experten meinen, die Gurke (auch Kukumber genannt) stamme aus Ostindien. Dort erscheint sie nämlich schon in uralten Schriften aus dem 3. Jahrtausend vor Christus. Rund 500 Jahre vor Christus bauten dann Griechen und später auch die alten Römer die Gurke an. Weil die Gurke Wärme braucht und frostempfindlich ist (sie keimt erst bei ca. 10°C), wurde sie bei uns erst zögernd im späten Mittelalter heimisch. Inzwischen ist sie aus unseren Mischsalatellern nicht mehr wegzudenken. Gurken werden heute in der ganzen Welt angebaut und exportiert.

Wirkstoffe: Wichtiger Bestandteil ist Erepsin, ein Enzym, das Eiweiß spaltet und Bakterien sowie Würmer im Darm tötet, außerdem darmreinigend wirkt. Dazu trägt der Wasserreichtum bei (Gurken bestehen bis zu 95% aus Wasser), in dem die Wirkstoffe in physiologisch idealer Form aufgelöst sind. Außerdem ist die Verweildauer im Magen sehr kurz, Gurken erreichen sehr schnell ihren Hauptwirkungsort, die Darmschleimhäute. Wer etwas gewicht verlieren will, findet in Gurken hilfreiche Verbündete: In 100 Gramm sind nur rund 14 Kilokalorien enthalten.

Liebe Mitglieder , Leserinnen und Leser

Landesgartenschau Nagold

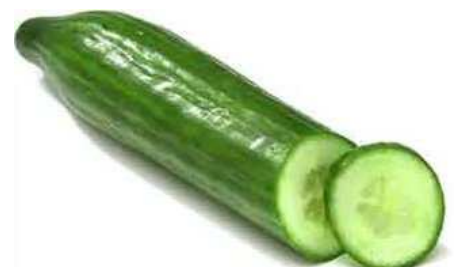
Karten für die Landesgartenschau können weiterhin bei Helmut Plaz geordert werden. Zum Vorzugspreis von 12,50 €

Im Zuge der neuen Medien wie Internet und E-Mail wird der OGV Gültstein eine neue Mitgliederliste erstellen. Um diese zu optimieren bitte ich alle Mitglieder uns eine gültige E-Mali Adresse mitzuteilen. Natürlich nur wenn eine vorhanden ist. Dies erleichtert unsere Arbeit in Zukunft enorm. Vielen Dank für eure Unterstützung.
Andreas Glasbrenner

Baumwiese im Baumfeld gegen Pflege zu verpachten
Telefon: 07032/816054 oder 0152/28765411

LOGL Mitgliederversammlung in Wäschenbeuren

Ein fast voll besetzter Bus und weitere Teilnehmer, die selbst ange-reist sind, trafen sich in der Bürenhalle zur Versammlung. Mit 57 Teilnehmern waren wir eine große Gruppe. Neben Grußworten und den üblichen Regularien war der Vormittag kurzweilig und spannend. Der Top Wahlen brachte eine Neuerung im Vorstand des LOGL. Schatzmeister und Vizepräsident Alfred Schaz kandidierte nicht mehr für dieses Amt. Als sein Nachfolger wurde der bisherige Kassenprüfer und uns allseits bekannter Roland Gommel vom OGV Flacht einstimmig gewählt. Wiedergewählt für eine weitere Periode wurde Sigrid Erhard als unsere Regionenvreterin, sowie Sigrid Jetter in dasselbe Amt für den ausscheidenden Herbert Müller. Helmut Plaz wurde als deren Stellvertreter für eine weitere Periode bestätigt. Bewirtet wurden wir vom OGV Wäschenbeuren in hervorragender Weise. Das Nachmittagsprogramm im Kräuterhaus Sanct Bernhard mit Einführung im Auditorium, Führung im Garten, Verkostung von Tee und Einkauf im Shop war dann eine willkommene Abwechslung zum langen Sitzen am Vormittag. Neben Kräutern und auch vielen andern Gewächsen gabs noch einige Bänker der Sorte „Extra“. Die ließen sich nicht aus der Ruhe bringen.



Der Garten im Juli

Im Juli und August wird der Sommerschnitt an Obstgehölzen durchgeführt. Bei Jungbäumen und Spalieren werden vor allem Konkurrenztriebe sowie kranke und störende Triebe entfernt. Bei stark tragenden Bäumen wird nur ausgelichtet, nicht tragende können durch einen stärkeren Sommerschnitt gefördert werden. Sauerkirschen werden nach der Ernte ausgelichtet und ihr abgetragenes Fruchtholz auf kleine Nebenäste zurückgesetzt. Der Juli ist auch die Zeit für die Himbeerpflege: Abgeerntete Himbeerruten werden bis zum Boden zurückgeschnitten. Von den Neutrieben lässt man etwa 10 Stück pro laufendem Meter stehen

Der Juli ist oft "Blattlausmonat". Nimmt der Blattlausbefall überhand und sind nicht genügend natürliche Gegenspieler wie Florfliegenlarven, Marienkäfer, Schlupfwespen etc. vorhanden, kann mit einem nützlingsschonenden Mittel wie beispielsweise Neudosan (Wirkstoff: Kaliseife) gespritzt werden. Die beste Wirkung wird bei Tropfnassspritzung morgens oder abends bei trockener Witterung erzielt.

Um wertvolles Trinkwasser zu sparen und um seinen Pflanzen weiches Wasser bieten zu können, wird in den Gärten vermehrt Regenwasser aufgefangen. Stehende Gewässer - und dazu gehören Pfützen, Teiche und die Inhalte von Regentonnen - dienen allerdings Stechmückenlarven als Kinderstube, bevor sie sich zu diesen Plagegeistern entwickeln, die uns den Grillabend verderben können. Ein biologisches Präparat auf Bacillus thuringiensis-Basis (z. B. Steckmückenfrei von Neudorff) schafft Abhilfe: Ein paar Tropfen ins Wasser und die Mückenlarven sterben ab.

Gießen bei Hitze

Gießen ist aus der Sicht des Gärtners eine der schwierigsten Aufgaben, denn der Wasserbedarf der Gartenpflanzen kann sehr unterschiedlich sein. Besonders schwierig wird es, wenn im Sommer die volle Sonne auf die Pflanzen prallt und die Blätter sich stark erhitzen. Der Wasserbedarf vieler Pflanzen steigt dann an, trotzdem wäre es töricht, die Pflanzen dann über das Laubwerk zu gießen. Nur wenn es unbedingt nötig ist, dürfen Pflanzen vorsichtig am Wurzelhals bewässert werden, ohne die Blattmassen zu benetzen.

Wassertropfen auf der Blattoberfläche reagieren wie ein Brennglas und würden auch sofort so wirken. Hinzu kommt, dass die stark erhitzten Blätter geradezu einen Schock durch das wesentlich kältere Wasser (womöglich noch Leitungswasser) bekommen.

Im Sommer ist es daher ratsam, bei angesagtem Sonnenschein immer nur in den Morgen- oder Abendstunden zu gießen. Manche Pflanzen, wie zum Beispiel die Tomate, mögen es übrigens generell nicht, wenn sie über das Laub bewässert werden.

Ob Pflanzen überhaupt gegossen werden müssen, überprüft man am besten mit dem Finger, den man kurzerhand in den Boden steckt. Das gilt gleichermaßen für Pflanzen im Garten wie auch bei der Topfkultur. Wenn der Boden oder das Substrat schon sehr trocken ist, bewährt sich ein mehrfaches vorsichtiges Nachgießen. Denn zu große Wassermengen auf einmal kann die Erde nicht aufnehmen und das Wasser würde ablaufen, ohne an die Pflanzenwurzeln zu gelangen

Pflanze des Monats



Die Iris weckt die Sammelleidenschaft unter Gartenbesitzern. Der aus dem Griechischen stammende Name bedeutet Regenbogen und könnte kaum treffender sein. Durch die Vielzahl der erhältlichen Farben können blühende Iris selbst unscheinbare Gärten in kleine Farbenmeere verwandeln. Die wegen ihrer schwertähnlichen Blätter im Volksmund auch „Schwertlilien“ genannten Stauden gibt es heute in Weiß, Apricot, Rosa, Rotbraun, Gelb, Blau oder Violett. Dazu kommen unzählige Sorten, die mehrere Farben kombinieren und dadurch sehr viele unterschiedliche Einsatzmöglichkeiten bieten. Irispflanzen sind Multitalente im Garten und sehr anpassungsfähig.

Die n. Termine

www.ogv-guelstein.de

E-Mail: ogvguelstein@web.de

27.4.-7.10.2012 Landesgartenschau in Nagold **4. Sept.2012. Zwetschgenernte im Gäu mit dem OGV Gültstein**
Sept. 2012 Streuobsternte im Gäu mit dem OGV Mönchberg

14.07.2012 Tag der OGV's auf der Landesgartenschau Nagold

15.07.2012 40 Jahre Jubiläumsfest Naturpark Schönbuch auf der alten Rain bei der Jahnütte

15.07.2012 Sternwanderung KV Böblingen / OGV Schafhausen

**Der OGV Gültstein wünscht allen Mitgliedern, Freunden und Gönnern eine erholsame
Urlaubszeit**

Mit freundlichen Grüßen
Obst- und Gartenbauverein Gültstein