

# g urban gardening

## Mobil Gärtnern



Tipp  
3

Kisten zum  
Naschen  
und  
Kochen





Kräuter, Gemüse und Salat auf kleinster Fläche selbst anbauen: Der Kistengarten machts möglich! **Ein besonderer Tipp** der Bayerischen Landwirtschaftsministerin Michaela Kaniber: Italienische oder französische Kräuter lassen sich ganz leicht auf Balkon, Terrasse oder im Innenhof selbst anbauen. Thymian, Rosmarin & Co. sorgen für südliche Würze in Gerichten mit Tomaten, Auberginen und Zucchini aus regionalem Anbau.



## Mediterrane- Kräuter-Kiste

Lavendel      Rosmarin  
Thymian  
Olivenkraut      Origano

### Tipps für die Bepflanzung:

- ✓ Kisten (Größe BxL 30x40 cm) mit Gartenvlies oder Karton auskleiden
- ✓ mit torffreier Erde befüllen (auf gute Qualität achten)
- ✓ gewünschte Pflanzenkombination in die Kisten aussäen, Jungpflanzen einsetzen, regelmäßig gießen und nach Bedarf düngen
- ✓ nach 4 bis 5 Wochen kann geerntet werden 😊

### Rezept-Tipp der Staatsministerin:

#### Ratatouille (für 2 Personen)

2 EL Olivenöl  
1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe  
1 kleine Aubergine  
1 bis 2 Zucchini gelb und grün  
1 gelbe oder rote Paprika  
500 g frische Tomaten  
ca. 200 ml Wasser  
frisch geerntete Kräuter  
(Thymian, Rosmarin, Origano)  
Salz, Pfeffer und Chili zum Würzen

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken. Aubergine, Zucchini, Paprika und Tomaten waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Olivenöl im Topf erwärmen. Zwiebeln und Knoblauch andünsten, die übrigen Gemüse und Wasser zugeben. Kräuterzweige zu einem Bund zusammenbinden und einlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wer es schärfer mag, würzt mit etwas Chili.

Guten Appetit!

Bayerisches Staatsministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft und Forsten



Weitere Informationen zum Stadtgärtnern finden Sie auch unter:  
[www.lwg.bayern.de/urban-gardening-bayern](http://www.lwg.bayern.de/urban-gardening-bayern)

#### IMPRESSUM

##### Herausgeber:

Bayerische Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau  
An der Steige 15, 97209 Veitshöchheim  
Telefon: +49 931 9801-0, Telefax: +49 931 9801-3100  
[www.lwg.bayern.de](http://www.lwg.bayern.de), [poststelle@lwg.bayern.de](mailto:poststelle@lwg.bayern.de)

Bildnachweis: © LWG Veitshöchheim; Druck: Farbendruck Brühl GmbH, 97340 Marktbreit  
1. Auflage, 2022 – Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger, zertifizierter Waldbewirtschaftung.

© LWG, Nachdruck und Vervielfältigung,  
auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Herausgebers.

