

Garten Visionen

M A G A Z I N RUND UM DIE GARTENGESTALTUNG



25
Jahre



Garten-Stahl GmbH

In einem Terminkalender ist nichts so wichtig, wie eine Stunde Muße im

GARTEN

einzuplanen.

[JOHANNES RAU]

In diesen *GartenVisionen* möchten wir Ihnen heute die Frage stellen: Wann haben Sie sich das letzte Mal Zeit genommen – für sich selbst? Zeit zum Träumen, zum Genießen oder einfach nur, um zu sein? Denken Sie viel über das Wohlergehen der Anderen nach? Über die Familie, über gute und schlechte Entscheidungen, über die Zukunft, die Vergangenheit, die Arbeit, die Welt? All das ist wichtig. Aber damit die eigenen Träume und Pläne wahr werden, ist man selbst am Wichtigsten.

Nehmen Sie sich Zeit für sich. Besonders schön ist das in einer Iglusauna. Dort lassen sich Gedanken klären, Körper und Geist neu sortieren, dort lässt sich Kraft schöpfen. In dieser Pause vom Alltag kommen Sie in Kontakt mit Ihrem wahren Selbst.

Sie möchten sich bewusst Zeit nehmen und diese in einer Iglusauna genießen? Holen Sie sich Ihr individuelles und traditionsnahes Saunavergnügen und somit ein Stück nordischer Saunakultur auf das heimische Grund-

stück. Wir beraten Sie gerne, wie Sie die Gartensauna in Ihr grünes Wohnzimmer integrieren können.

**Nun wünschen wir Ihnen viel Freude
beim Lesen der *GartenVisionen*.**



**Jochen und Waldemar Stahl
Ihre Experten für Garten und Landschaft**

HERZLICH WILLKOMMEN

INHALT

3

PFLANZEN	
WINDSBRÄUTE	4
GESTALTUNG	
POOL-POSITION	6
VERSTECKE	
HÜBSCH VERPACKT	8
GESTALTUNG	
ÜBERBRÜCKEN	10
PLANUNG	
EINER FÜR ALLE	13
ESSBAR	
DEKORATIVE VERLOCKUNG	16
REZEPTE · MIT KIRSCHEN · HIRSE-MANDEL-AUFLAUF · KIRSCHENMICHEL	17
PRAXISTIPPS	
GÄRTEN OHNE BARRIEREN	18



IMPRESSUM

Redaktion, Organisation, Konzeption, Texte*: Susanne Wannags

Kreation, Art Direction, Layout & Erstellung: Thomas Pichler

sinnbildlich 
MEDIENAGENTUR FÜR HANDWERK, DIENSTLEISTUNG & MITTELSTAND

Straußbergstr. 11, 87484 Nesselwang • Tel. **08361 446060** o. **0831 69726544**
www.sinnbildlich.ch • mail@sinnbildlich.net

Lektorat: Petra Gössl-Kubin, Bad Tölz · Druck: Schirmer Medien GmbH, Ulm

Bilder: T. Pichler für Uihlein; Miniaturbilder: Siehe auf den jeweiligen Seiten der Originalbilder

*) Ausnahme: Pflanzentext, S.4 bzw. Rezepte, S.17;

WINDSBRÄUTE

Schatten, trockener Boden, pralle Sonne, extreme Hitze – für jede Gartensituation gibt es Tipps, welche Pflanzen dort gedeihen. Auch für windige Standorte gibt es Lösungen, egal ob auf Dachterrassen oder im Garten.

Opulente Prachtstauden sind für windexponierte Plätze wenig geeignet und müssen unbedingt angebunden werden. Durch die Wahl kompakter Züchtungen kann man dem Wind „weniger Segel“ geben. So bieten sich bei Ritterspornen etwa die Gruppe von *Delphinium Belladonna*-Sorten, bei Bart-Iris die niedrigeren Nana- und Intermedia (auch „Media“-)Sorten oder bei Lupinen die gedrungeneren und dennoch prachtvollen Gallery-Sorten an. Echte Lilien sind durch ihren Aufbau – schlanker Stiel, breite Blütenstände – kaum windfest. Wer diese Blütenform liebt, kann auf die zäheren *Taglilien (Hemerocallis)* zurückgreifen und wählt Sorten mit nicht allzu großen und breiten Blütenblättern.

Arten mit drahtigen Stielen sind in Windschneisen hoch willkommen. Prachtkerze (*Gaura lindheimeri*), Patagonisches Eisenkraut (*Verbena bonariensis*), Herbst-Anemonen (*Anemone japonica* und deren Hybriden), Skabiosen (*Scabiosa caucasica*) oder Nachtkerzen (*Oenothera biennis* und *Oenothera odorata*) erweisen sich als unkompliziert. Auch viele Ziersträucher sind recht windfest. Falls man Sommerlieder (*Buddleja davidii*) mag und hier nach stürmischen Sommerwinden einmal Triebe abbrechen sollten: Diese vitale Pflanze wächst zügig nach und schließt entstandene Lücken bereitwillig.

Auch Rosenfreunde müssen auf ihre Lieblingsblumen nicht verzichten. Die Statik eines auch mannshohen Rosenstrauches reicht meist aus, solange die Blüten nicht



- 1 Die **Rose de Resht** wächst sehr kompakt und hat zähe Triebe, die dem Wind trotzen.
- 2 Die Sortengruppe **Gallery** von Lupinen bleibt gedrunken.
- 3 **Herbstanemonen** haben drahtige Stiele, die selten brechen.
- 4 Einfache bis halb gefüllte Rosen – etwa **Goldspatz** – zerzausen nicht so rasch.
- 5 Je schmaler und kleiner Taglilienblüten sind, desto besser widerstehen sie Winden.

zu groß und schwer sind. Kleinblumige, locker gefüllte bis einfach blühende Rosen machen kaum Probleme. Junges Rosenholz ist meist geschmeidig genug, um nicht unmittelbar zu brechen. Auch Edel-Rosen mit stabilen Trieben zählen selten zu den Sturmopfern, selbst wenn sie gefüllte Blüten hervorbringen. Bei Kletterrosen liegt der Fall etwas anders. Hier bieten auch ältere, verholzte Triebe dem Wind Widerstand – mit der Folge, dass Bruch sehr wohl möglich ist. Immer gilt: sicher anbinden.

Alle genannten Pflanzen gedeihen auch in geräumigen Gefäßen gut. Da diese standfest sein müssen, sollten sie sich zum Boden hin nicht verjüngen. Noch stabiler wird es, wenn die obligatorische Drainageschicht aus Kies, Tonscherben oder Hydro-Granulat etwa dreifingerhoch als erstes auf den mit Abzugslöchern versehenen Boden des Gefäßes ausgebracht wird. Pflanzenerde erhöht das Gewicht zusätzlich und hält die meisten Pflanzen fest am Boden. Da beim Topfgärtnern sowieso auf ausreichende Bewässerung geachtet werden muss, sind die Gefäße durch die feuchte Erde noch zusätzlich beschwert. *Text u. Bilder: Andreas Barlage*



P O S I T I O N

Viele Menschen verbinden mit Pool automatisch einen Geruch nach Chlor. Doch es gibt etliche natürliche Alternativen zu den chemisch gereinigten Becken.

- 1 Azurblaues Badevergnügen gibt es auch chlorfrei.
- 2 Wichtig ist es, Nährstoffe aus dem Wasser zu entfernen, um Algenwachstum zu verhindern.
- 3 Pools lassen sich optimal in die vorhandene Fläche einfügen.
- 4 Bei den Pools sorgt ausgeklügelte Filtertechnik für klares Wasser.

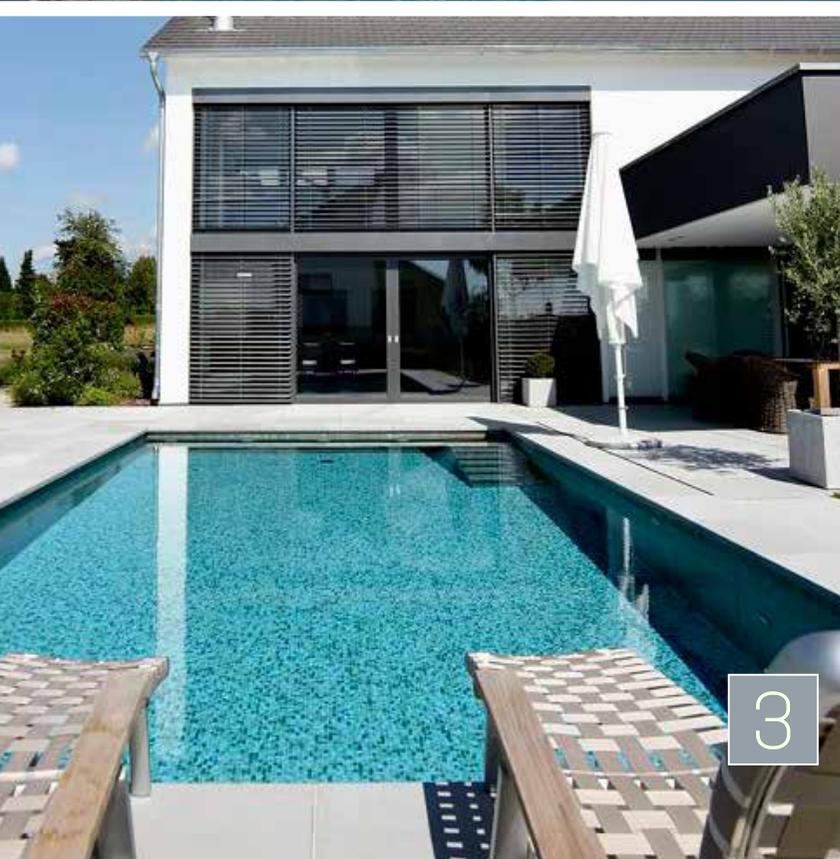
Bilder: T. Pichler für Haarmann (1) und für Uihlein (4); Schleitzer baut Gärten (2); Gerald Jarausch für Schwehr (3);

Wer sich das erste Mal ernsthaft mit einer Bademöglichkeit in seinem Garten befasst, ist schnell überwältigt. Da gibt es Schwimmteiche, deren nähere Bezeichnungen von naturnah bis ökologisch reichen und jede Menge Wortschöpfungen, die den Begriff Pool enthalten – vom Bio-Pool über den Swimming-Pool bis zum Natur-Pool. Da kann es schwierig werden, den Überblick nicht zu verlieren.

Die Alternative zur Chemie ist die biologische Wasserreinigung – nach diesem Prinzip funktionieren die Schwimmteiche ebenso wie die oben genannten Pool-Varianten. Entweder sind es Mikroorganismen, die den Reinigungsjob übernehmen, oder biologische Filter.

Je mehr Technik zum Einsatz kommt, desto weniger wichtig werden Wasserpflanzen. Bei Teichen ohne Pumpen und Filter übernehmen sie gemeinsam mit Zooplankton und Mikroorganismen die gesamte Reinigungsarbeit. Daher lässt sich beim klassischen Schwimmteich der Kontakt zu Pflanzen und oftmals auch zu Tieren im Schwimmbereich kaum vermeiden. Mit steigender technischer Ausstattung kann der Pflanzbereich schrumpfen, aus dem Becken ausgelagert werden oder ist letztlich ganz verzichtbar. Bei Pools mit Biofiltern sind die Wasserpflanzen reine Dekoration und erfüllen keine Reinigungsfunktion. Das erlaubt Bauweisen mit Becken, die sich vom klassischen Schwimmbad nicht mehr unterscheiden – wer mag, kann es aber auch kurvig haben. Da keine Rücksicht auf Pflanzen genommen werden muss, lässt sich das Wasser problemlos beheizen. Außerdem eignen sich die Pools mit natürlicher Wasseraufbereitung aufgrund des geringeren Platzbedarfs auch für kleine Gärten.

Auch ein Naturpool muss regelmäßig gepflegt und gereinigt werden. Hier sorgen beispielsweise Teichroboter auf bequeme Art und Weise dafür, dass Wände und Boden des Beckens gesäubert und somit Nährstoffe entfernt werden.



HÜBSCH VERPACKT

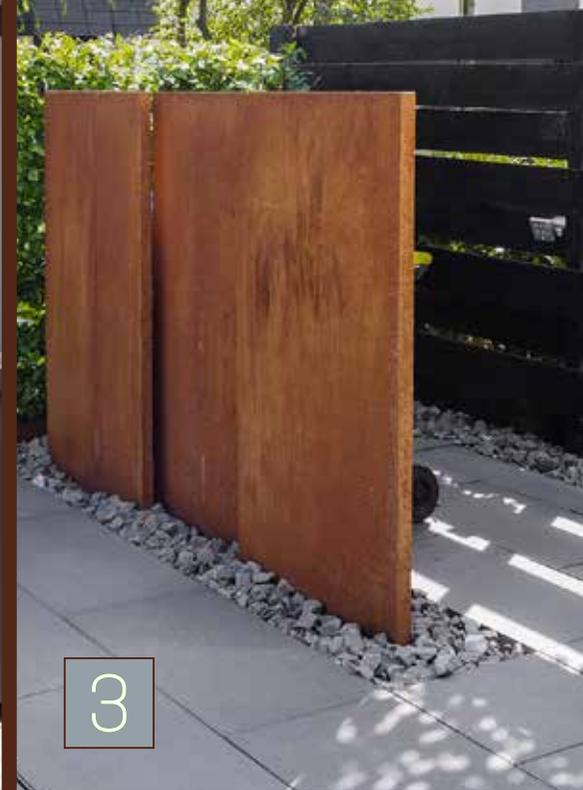
Papier-, Bio-, Plastik- und Restmüll - für die verschiedenen Abfallbehälter gibt es durchaus ansehnliche Verstecke.

Hauptsache weg – das mag der erste Antrieb sein, sich nach Mülltonnenhäuschen umzusehen. Tatsächlich sind schwarze, braune, blaue, gelbe und grüne Tonnen als (Vor-)Gartendekoration nicht unbedingt die erste Wahl. Egal, ob es ein Häuschen, eine Box oder „nur“ eine Wand sein soll, hinter der die Tonnen verschwinden: Bei der Materialwahl spielen unter anderem die Gesamtgestaltung des Gartens, das Budget sowie der notwendige Aufwand für Wartung und Pflege eine Rolle. Holz fügt sich natürlich in fast jede Umgebung ein, bedarf aber meist etwas Pflege, wenn es gut aussehen und lange halten soll. Metall – Cortenstahl oder Edelstahl – hingegen ist nicht pflegeaufwändig. Natürlich sind auch Materialkombinationen, zum Beispiel aus Metall und Holz, möglich. Bei Kunststoff sollte man auf Farbechtheit und gute Qualität achten, sonst sieht es schnell billig aus. Ob man

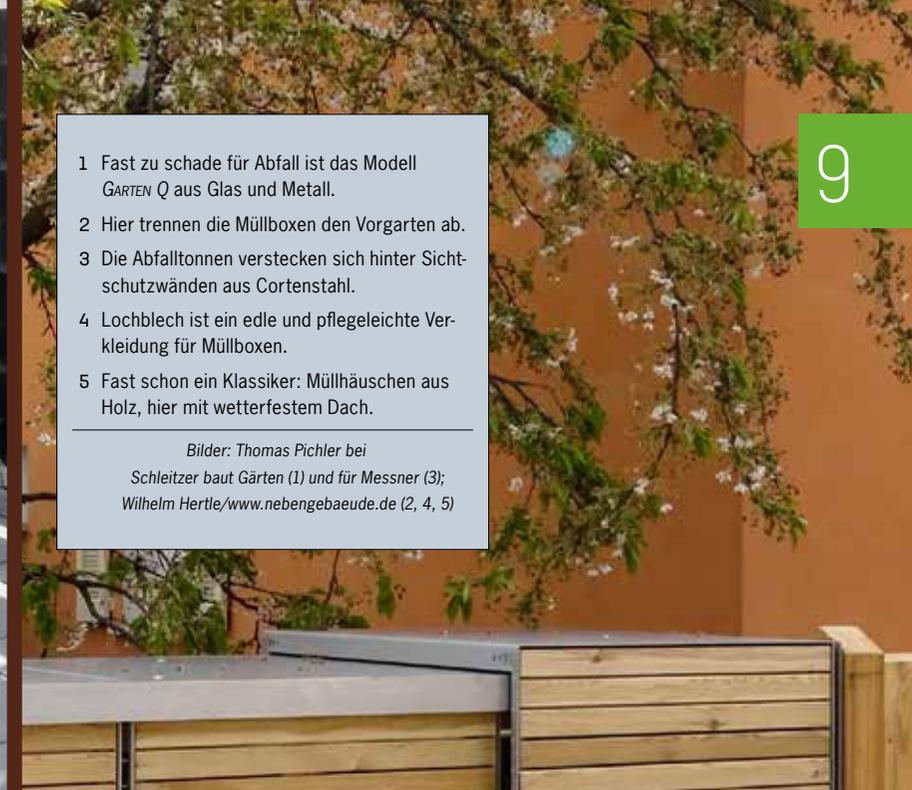




2

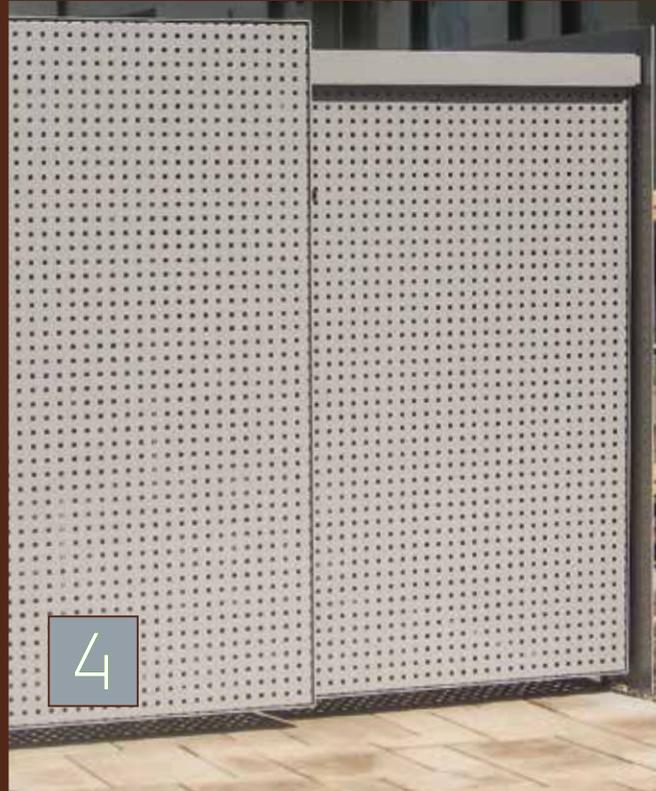


3



- 1 Fast zu schade für Abfall ist das Modell GARTEN Q aus Glas und Metall.
 - 2 Hier trennen die Müllboxen den Vorgarten ab.
 - 3 Die Abfalltonnen verstecken sich hinter Sichtschutzwänden aus Cortenstahl.
 - 4 Lochblech ist ein edle und pflegeleichte Verkleidung für Müllboxen.
 - 5 Fast schon ein Klassiker: Müllhäuschen aus Holz, hier mit wetterfestem Dach.
- Bilder: Thomas Pichler bei Schleitzer baut Gärten (1) und für Messner (3); Wilhelm Hertle/www.nebengebaeude.de (2, 4, 5)*

das Material in seinem natürlichen Farbton mag oder lieber bunt, ist ebenso Geschmacksache wie die Gestaltung der Abdeckung. Schlicht und schön sind Sichtschutzwände, die die Tonnen abschirmen. Wer Häuschen mag, kann sich zwischen geschlossenen und offenen Wänden entscheiden. Bei Holzboxen bestehen häufig nicht nur die Seitenteile aus Latten, sondern auch die Deckenteile. Bei schönem Wetter ist das kein Problem, bei schlechter Witterung kommt einem beim Öffnen der Tonne schon mal ein Schwall Wasser oder Schnee entgegen. Eine Dachvariante, die sowohl gestalterisch als auch ökologisch wertvoll sein kann und kein Wasser durchlässt, sind begrünbare Pflanzwannen. Sollten Sie bei den vielen Möglichkeiten, Ihren Müll zu verstecken, nun Entscheidungshilfe benötigen: Der Landschaftsgärtner Ihres Vertrauens ist in diesem Fall ein guter Ansprechpartner.



4



5

ÜBER BRÜCKEN

Brücken helfen Menschen, Geländeinschnitte auf dem kürzesten Weg zu überwinden. In der Miniaturlandschaft Garten hingegen sind sie keine Notwendigkeit, sondern dekoratives Gestaltungselement.

- 1 Brücke oder Steg? Manchmal sind die Übergänge fließend.
- 2 Brücken schaffen Verbindungen zwischen Gartenteilen.
- 3 Wege am Uferrand benötigen Platz. Mit einem Steg, der am Wasser entlang führt, schafft man hingegen mehr Raum.
- 4 Hier erweitert sich die Holzbrücke zum Holzdeck.

Bilder: T. Pichler für Uihlein (1, 3) und für STEINBERG.GÄRTEN (2);
A. Krappweis/stock.adobe.com (4)



2



3

Die ersten Brücken waren vermutlich umgestürzte Baumstämme, mit deren Hilfe die Menschen Einschnitte in der Landschaft überwandern. Einfache Brücken verbanden Flussufer und führten über Täler, morastige Böden wurden mit Hilfe von Steinen oder auf einfachen Holzstegen überquert. In den Tropen, Asien und Südamerika wurden in der Frühzeit Hängebrücken aus faserigen Pflanzen, zum Beispiel Lianen, hergestellt. Hier wird der Sinn von Brücken deutlich: Sie verbinden, sie ermöglichen es, über Hindernisse hinweg zu gehen, über den Dingen zu stehen und das Terrain auf der anderen Seite zu erobern. „Brücken bauen“ – das ist ein Synonym dafür, anderen Menschen entgegenzukommen, einen Weg zu eröffnen, der vorher noch nicht da war. Im Gegensatz dazu bricht man die Brücken ab, wenn man etwas verlässt, ohne zurückzuschauen.

Im Garten gibt es selten Höhenunterschiede oder Geländeeinschnitte, die eine Brücke tatsächlich erforderlich machen. Dort werden sie als Gestaltungselement eingesetzt, ziehen den Blick auf sich, schon weil sie sich aus dem Gelände erheben, aber auch wegen ihres Designs, ihrer Farbe oder ihres Materials. Brücken befinden sich oft am Wasser, führen über Bachläufe oder Teiche.



11

4

1

An Teichen findet man häufig Stege als Gestaltungselement – sie erweitern den begehbaren Raum und geben einem das Gefühl, auf dem Wasser zu wandeln. Manchmal gibt es Lösungen, die beides verbinden, die nicht nur Steg, aber auch nicht nur Brücke sind. Da Gartenbrücken im Gegensatz zu ihren großen Verwandten im öffentlichen Raum weder weite Strecken überwinden noch schwere Lasten tragen müssen, sind der Phantasie in Sachen Material und Konstruktion kaum Grenzen gesetzt.

Holz, Stein, Beton, Metall oder ein Materialmix, klar und einfach oder voller Schnörkel – erlaubt ist, was gefällt. Zum Gartenstil sollten Brücken und Stege jedoch passen. Eine geschmiedete Eisenbrücke mit ornamentalem Geländer fügt sich womöglich harmonisch in einen Naturgarten ein – in einen Garten mit vielen geraden Linien passt eine schlichte Holz- oder Stahlbrücke besser. Landschaftsgärtner und -planer sind Experten in Sachen Gestaltung und beraten hier gerne.

2

- 1 Bögen schlagen – auch das ist mit Brücken möglich.
- 2 Oben schweben: Höhenunterschiede im Gelände lassen sich mit Hilfe einer Brücke elegant überwinden.
- 3 Brücken und Stege eröffnen neue Blickwinkel.

Bilder: [kraeffelder/stock.adobe.com](#) (1); S. Wannags bei Cusanus Gärten (2);
Thomas Pichler für Uihlein GbR (3)

3

EINER FÜR ALLE!

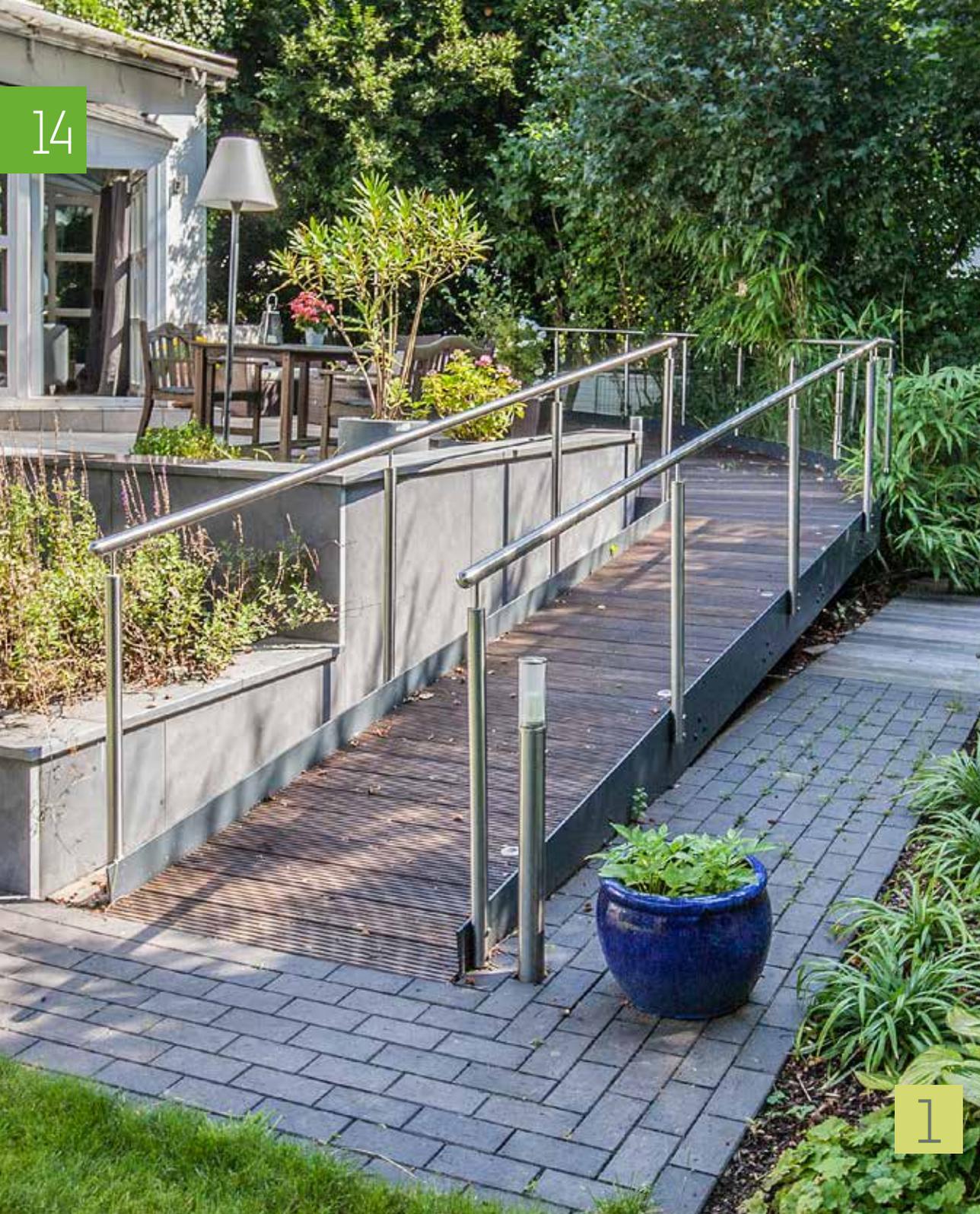
Schon bei der Planung des ersten Gartens kann die zukünftige Nutzung mit einbezogen werden.

Damit lässt sich der grüne Außenraum mit wenig Aufwand an jede Lebensphase anpassen.

Vorausplanen – das ist das Zauberwort, um den Garten ohne kompletten Umbau an unterschiedliche Lebensphasen anzupassen. Wer kleine Kinder hat, aber langfristig mit einem Wasserbecken liebäugelt, kann beispielsweise die Sandkisten etwas größer bauen und sie dort aufstellen, wo später mal das Becken sein soll. Ganz einfach geht der Umbau, wenn man den Sandkasten gleich aus Winkelsteinen baut und mit Folie auskleidet.

Junge Familien haben andere Bedürfnisse als Eltern mit Teenagern, diese wiederum andere Wünsche als das Ehepaar kurz vor der Rente. Vor allem haben sie häufig unterschiedliche hohe Budgets. Auch daran lässt sich die Gartengestaltung anpassen. Dann kann beispielsweise eine Terrasse in Grundform und Höhe bei der Planung festgelegt werden und mit den Bedürfnissen mitwachsen. So möchte ein junges Paar vielleicht erst einmal eine kostengünstige Terrasse mit Platz für die Grillparty – da genügt erst einmal ein Kiesbelag. Sind irgendwann Kinder da, die dort spielen sollen, kommt der Kies raus und auf der Schottertragschicht werden Platten verlegt. Wenn das Budget es zulässt, kann man hier gleich mit einem besonders rutschfesten Belag für das Alter „vorbauen“.

Die weitere Entwicklung des Gartens schon bei der Planung mitzudenken lohnt sich. Auf der Wiese zum Spielen und Toben könnte man sich später mal einen Sitzplatz vorstellen? Dann ist es sinnvoll, in einem bestimmten Bereich keine Bäume einzupflanzen, die in 20 bis 30 Jahren gefällt werden müssten,



1



2

um dem Holzdeck Platz zu machen. Apropos Pflanzen: Beetbepflanzungen lassen sich schnell verändern – bei Sträuchern und Bäumen wird das schwierig. Deshalb sollte man Gehölze so wählen, dass sie auch nach Jahrzehnten noch gesund und ansehnlich sind und in den Garten passen.

Auch in Sachen Barrierefreiheit kann man im Neubau schon die Voraussetzungen für das Alter schaffen. Können Wege durch den Garten bei Bedarf verbreitert werden? Lassen sich Treppen zu Rampen umbauen, die man auch mit einem Rollator befahren kann? Und Mauern zum Sitzen erfreuen nicht nur ältere Menschen, sondern auch Kinder.

Außerdem ist ein barrierefreier Garten nicht nur im Alter schön – wer einmal einen Fuß gebrochen hatte, weiß ebene Pflasterbeläge und wenig Treppen zu schätzen. Übrigens kann man sich auch für technische Entwicklungen im Garten rüsten. Wer noch kein Elektroauto fährt, kann beispielsweise beim Bau der Einfahrt trotzdem gleich Kabel für eine Ladestation mit verlegen lassen.



3

4

- 1 Zusätzlich zur Treppe führt eine Rampe zur Terrasse, die rollstuhlgeeignet ist, aber auch das Bobbycar beschleunigt.
- 2 Treppen ade: Elegant wirken die Rasenwellen, die mit Cortenstahl eingefasst sind.
- 3 Bequem in jedem Alter: das Hochbeet.
- 4 Zuerst Spielplatz für die Kleinen, später Schwimmteich für alle – hier wurden die Wünsche der Familie von Beginn an eingepflanzt.

Bilder: Buhl/Wesser Gärten (1); T. Pichler für Haarmann (2, 3 – Anm. z. Bild: Planung und Entwurf von Karin Dallmüller, Dipl.-Ing. Landespflege/FH); Andreas Külken/Senger Gartendesign GmbH (4)

DEKORATIVE VERLOCKUNG

Kirschen sind in Deutschland das Obst, das nach Äpfeln am häufigsten angebaut wird.

Wer die Früchte im eigenen Garten ernten möchte, sollte im Herbst Kirschbäume anpflanzen.

Sonnig, windgeschützt und ausreichend groß sollte deren Standort sein. Kirschbäume können 15 bis 20 Meter hoch werden, was die Dimensionen der meisten Hausgärten wohl sprengt. Es gibt schwachwüchsige Sorten, die zwischen zwei und sechs Meter hoch werden. Auch bei kleinen Kirschbäumen sollte man jedoch beachten, dass sie einen Platzbedarf zwischen 12 und 50 qm haben – das hängt von der Größe der Krone ab.

Die meisten Süßkirschen benötigen eine andere Sorte zur Befruchtung. Daher lohnt ein Blick in die Nachbargärten – oder das Pflanzen eines weiteren Kirschbaums. Beim Einpflanzen unbedingt darauf achten, dass sich die Veredelungsstelle etwa zehn Zentimeter über dem Boden befindet.

In Regionen, die zu Spätfrösten neigen, werden Gartenbesitzer mit Kirschbäumen wenig Freude haben, denn sie entwickeln früh im Jahr die Blütenknospen. Je weiter eine Blüte geöffnet ist, um so schlimmer die Frostfolgen. Bei voller Blüten reichen ein paar Stunden mit mi-

nus zwei bis drei Grad zum Erfrieren aus. Die Blüten können dann entweder nicht mehr befruchtet werden oder – sollte die Befruchtung schon erfolgt sein – keine Früchte mehr ansetzen. Auch extreme Temperaturstürze im Winter können den Kirschbäumen schaden – in diesem Fall aber dem Stamm, der möglicherweise Risse bekommt. Dagegen hilft ein Anstrich mit Kalk. Neben Sonne und Luft mag die Kirsche tiefgründigen, gut durchlüfteten, neutralen bis leicht alkalischen Boden ohne Staunässe.

Viel Pflege benötigen die Kirschbäume nicht, ein professioneller, regelmäßiger Erziehungschnitt ist in den ersten Jahren jedoch wichtig. Ein Frühjahrsschnitt fördert den Wuchs, ein Schnitt im Sommer verlangsamt ihn. Abhängig von der Sorte können Süßkirschen ab Mitte Mai bis Anfang August geerntet werden. Ob die Früchte reif sind, merkt man daran, dass sie sich leicht von den Zweigen lösen lassen. Bei reifen Kirschen ist bei der Ernte Eile angesagt, sonst faulen die Früchte. Auch beim Verzehr oder beim Verarbeiten sollte man schnell sein, da die Früchte auch im Kühlschrank nur ein paar Tage haltbar sind.



INFOBOX KIRSCHEN

◆ Allgemeines:

Die Kirsche kam vom Schwarzen Meer nach Europa. Im Jahr 74 v. Chr. soll der römische Feldherr Lukullus einige Pflanzen aus der Türkei nach Italien gebracht haben.

◆ Märchen:

Zu Kirschen kann man getrost Wasser trinken. Das vielbeschworene Bauchweh wird durch Keime ausgelöst, die Gärprozesse in Gang setzen. Davon gibt es auf jeder Obstschale zwar einige, die jedoch die Magensäure nicht überleben. Vermutlich kam das Bauchweh beim gleichzeitigen Verzehr von Kirschen und Wasser früher eher von der mangelhaften Qualität des Trinkwassers.

◆ Kalorien:

100 g Kirschen haben etwa 63 Kalorien

◆ Gesundheit (Nährwerte und Vitamine)

Neben den Vitaminen B1, B2, B6 und C enthält die Kirsche Folsäure und viele Mineralstoffe.

Hirse-Mandel-Auflauf mit Kirschen

Bild: Gräfe&Unzer/Fotograf: S. Knezevic



Einkaufszettel

- 300 ml Milch
- 1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 100 g Vollrohrzucker
- 80 g Hirse
- 2 Eier
- 400 g Magerquark
- 300 g frische oder TK-Sauerkirschen, entsteint
- 50 g Mandelblättchen
- 2 EL Puderzucker
- Butter für die Form, Salz

1 Die Milch mit der Zitronenschale, eine Prise Salz und 40 g Zucker in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Hirse hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten köcheln lassen. Anschließend ohne Hitzezufuhr zugedeckt 10 Minuten ausquellen lassen. Die Hirse in eine Schüssel umfüllen und lauwarm abkühlen lassen.

2 Die Eier trennen. Die Eigelbe mit dem Quark verrühren, dann die Hirse unterrühren. Die Eiweiße steif schlagen, dabei nach und nach den restlichen Zucker unter Rühren dazugeben. Den Eischnee unter die Quark-Hirse-Masse heben.

3 Den Backofen auf 200°C vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten und die Quark-Hirse-Masse hinein füllen. Die Sauerkirschen gleichmäßig darauf verteilen und dabei leicht in den Teig drücken. Den Auflauf mit den Mandeln bestreuen und im Backofen (Mitte, Umluft 180°C) ca. 30 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. Den Hirse-Mandel-Auflauf zum Servieren mit dem Puderzucker bestreuen.

Kirschenmichel

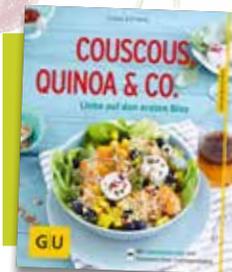
Bild: Gräfe&Unzer/Fotograf: Anke Schütz



Einkaufszettel – für 4-6 Personen

- 4 altbackene Brötchen
- ½ l Milch
- 1 kg Sauerkirschen
- 4 Eier
- 60 g zimmerwarme Butter
- 4 EL Zucker
- 1 Vanilleschote
- 1 Bio-Zitrone
- 1-2 EL Rum
- 3 EL gehackte Mandeln
- 1 Prise gemahlener Zimt
- Semmelbrösel zum Ausstreuen

COUSCOUS, QUINOA & CO. (Rezept links) und **DEUTSCHE KÜCHE · NEU ENDECKT!** (Rezept rechts) aus den Büchern des Verlagshauses GRÄFE&UNZER entnommen.



Rampen statt Treppen, breite Wege, leicht zu öffnende Türen und Tore, Geländer zum Festhalten, Mauern zum Sitzen, Hochbeete und manch praktischer Helfer wie automatische Bewässerung oder ein Akkumäher – so bleibt ein Garten auch im Alter nutzbar. Während man im Haus die Barrierefreiheit anhand breiter Türen und ebenerdiger Duschen schnell bemerkt, zeigt sie sich im Garten subtiler. Barrierefreie Gestaltung im Außenraum lässt sich unauffällig integrieren. Vieles, was Älteren und beeinträchtigten Menschen die Gartennutzung erleichtert, fällt nur auf, wenn man es weiß. So wählt man für den Weg beispielsweise statt eines unregelmäßigen Pflasterbelags Platten, die mit Rollator und Rollstuhl leicht zu befahren sind. Im öffentlichen Freiraum bedeutet barrierefrei zum Beispiel, dass Durchgänge und Rampen bestimmte Mindestbreiten haben und Flächen eine Größe, die auch das Rangieren mit einem Rollstuhl zulässt. Im Privatgarten gibt es keine Vorschriften – für das Alter ist man aber auf jeden Fall gut gerüstet, wenn man sich an den Maßen und Regeln für den öffentlichen Raum orientiert. Und vor allem: Barrierefreiheit ist nur für einige Menschen notwendig, aber für alle komfortabel.

GRUNDSÄTZLICHES

Mit diesen Maßen und Regeln lassen sich die meisten Barrieren vermeiden:

- Ein Rollstuhl braucht Platz zum Wenden, daher sollte eine Fläche, auf der man damit umdrehen kann, mindestens 1,50 x 1,50 m groß sein;
- Um mit einem Rollstuhl durch Türen zu fahren, sind mindestens 90 cm nötig;
- Quergefälle sollten max. 2%, Längsgefälle max. 6% Steigung haben;
- Um Schwellen bequem mit Rollator und Rollstuhl überfahren zu können, dürfen sie nicht höher sein als zwei Zentimeter;
- Gefahrenpunkte wie Treppenabsätze und Beckenränder kontrastreich gestalten, da im Alter das Sehvermögen nachlässt;
- ebene Oberflächen.



Garten-Stahl GmbH

K O N T A K T

Mit Vergnügen Ihren Garten genießen...

25
Jahre


Garten-Stahl GmbH

Kieselteich 2, 97944 Boxberg-Schweigern
Tel. 07930 2393 | Mail info@garten-stahl.de

www.garten-stahl.de