

Spargel-Anbau im eigenen Garten

Von Andreas König

Grün-Spargel läuft dem weißen langsam den Rang ab, denn er ist aromatischer und lässt sich auch im eigenen Garten anbauen. Hier lesen Sie, was Sie für eine erfolgreiche Spargel-Kultur beachten müssen.

Grüner Spargel wächst bei feuchtwarmem Maiwetter über Nacht um bis zu zehn Zentimeter. Man sollte die Stangen schneiden, solange die Schuppen an der Spitze noch fest geschlossen sind

Für Spargel-Fans ist der Mai ein wirklicher Wonnemonat, denn dann hat das Feingemüse Hochsaison. Am besten schmecken die Stangen frisch aus dem Beet, dennoch werden sie im Garten nur selten angebaut. Bei weißen Sorten ist das verständlich, denn die Anlage und Pflege der Dämme ist ziemlich aufwendig.

Grün-Spargel gedeiht dagegen auf jedem Boden und muss nicht angehäufelt werden. Bei der Beetvorbereitung können Sie sich viel Arbeit sparen, wenn Sie im Vorjahr eine [Gründüngung](#) einsäen. Tief wurzelnde Sojabohnen, Lupinen oder Buschbohnen hinterlassen eine gut durchlüftete, humusreiche und lockere Erde, in der die Pflanzen rasch Fuß fassen.

Spargel ist nicht gleich Spargel

Viele Hobbygärtner glauben, beim Grün-Spargel handele es sich um Bleich-Spargel, der ohne Erdwall angebaut wird. Das stimmt jedoch nur bedingt: Zwar färbt sich Bleich-Spargel grün, wenn man ihm etwas Sonnenlicht gönnt, gleichzeitig nimmt er aber auch einen violetten Farbton an, bedingt durch den natürlichen Farbstoff Anthocyan. Daher ist man schon früh dazu übergegangen, anthocyanarme und -freie Sorten zu züchten. Viele stammen aus den USA, wo der Grün-Spargel viel beliebter ist als sein farbloser Vetter.

Grün-Spargel-Sorten gelten als anspruchsloser, bilden einen herzhafteren Geschmack und enthalten mehr Vitamin A, C und Carotinoide als Bleich-Spargel. Man kann Grün-Spargel zudem weitgehend ungeschält verarbeiten – lediglich die etwas holzigere Stängelbasis muss gelegentlich geschält werden.

Spargel-Pflanzen besitzen Saugwurzeln und fleischige Speicherwurzeln. Letztere können über 50 Zentimeter lang werden

Die Anzucht eigener Spargelpflanzen durch Aussaat ist zwar möglich, durch den Zukauf vorgezogener Jungpflanzen lässt sich die Zeit bis zur ersten Ernte aber um mindestens ein Jahr verkürzen.

Grün-Spargel-Beet anlegen

Heben Sie zur Anlage Ihres Spargelbeets ab Ende März bis Mitte Mai pro Pflanzreihe einen rund 30 Zentimeter tiefen, etwa zwei Spatenblätter breiten Graben aus. Wenn Sie mehrere Pflanzreihen brauchen, sollten Sie von Grabenrand zu Grabenrand 40 Zentimeter Abstand lassen. Lockern Sie anschließend die Grabensohle mit einer Grabegabel möglichst tief auf und arbeiten Sie mit einem Kultivator eine rund zehn Zentimeter hohe Schicht aus gleichen Teilen grobem Sand und gesiebt [Kompost](#) ein. Anschließend schütten Sie im Abstand von 40 Zentimetern auf der Grabensohle kleine Komposthügel auf und breiten das Wurzelgeflecht der Spargelsetzlinge sternförmig darauf aus. Decken Sie das Ganze zum Schluss mit der Beeterde wieder ab.

Wichtig: Die in der Wurzelkrone erkennbaren Knospen der Spargel-Setzlinge müssen mind. fünf Zentimeter hoch mit Erde bedeckt sein. Es können auch 20 cm sein.

Grün-Spargel ernten

Nach der Pflanzung heißt es abwarten. Mindestens zwei Jahre lässt man die Pflanzen einfach wachsen und entfernt lediglich das abgestorbene Laub. Den Sommer über hält eine [Mulchschicht](#) aus gehäckselten Gartenabfällen die Erde gleichmäßig feucht und verhindert Unkrautwuchs. Im ersten und zweiten Anbaujahr können Sie das Beet doppelt nutzen und zwischen den Spargelreihen Basilikum, Buschbohnen, Kohlrabi, Chinakohl, Dill, Erbsen, Gurken, Salat, Erdbeeren, Luftzwiebeln, Tomaten oder Ringelblumen anpflanzen.

Schneiden oder brechen Sie die Grün-Spargel etwa zwei Zentimeter über der Erdoberfläche ab, sobald sie 20 Zentimeter Länge erreicht haben – am besten gleich am frühen Morgen, denn dann ist der Anteil an geschmacksgebenden Zucker- und Aromastoffen am höchsten. Sie bleiben besonders frisch, wenn Sie die Spargelstangen gleich nach der Ernte in ein hohes Gefäß stellen und etwas Eiswasser zugeben. Bis zur Zubereitung werden sie so im Kühlschrank aufbewahrt.

Ab Ende Juni wird der Spargel nicht mehr beerntet, damit er sich regenerieren kann. Die Spargeltriebe wachsen dann zu über einen Meter hohen Stauden heran

Die weitere Pflege des Spargel-Beets

Um den Johannistag (24. Juni) herum ist Ernteschluß – bei frühen Spargelsorten auch bis zu zwei Wochen eher. Der sogenannte Johannistrieb sollte sich ungestört entwickeln können, damit die Spargelpflanzen sich bis zum nächsten Frühjahr gut regenerieren und nicht an Vitalität einbüßen. Düngen Sie das Spargelbeet gleich nach der Ernte mit Hornmehl und erneuern Sie gegebenenfalls die Mulchschicht, damit die Sommersonne den Boden nicht zu stark austrocknet. Die verwelkten Spargeltriebe werden im Spätherbst eine Handbreit über dem Boden gekappt, grob gehäckseln und kompostiert. Ein Spargelbeet kann man bis zu zehn Jahre lang nutzen, erst dann lässt der Ertrag nach.

Am 18. April postete ich auf Facebook:

Jetzt sprießt mein Grünspargel gerade regelrecht aus dem Boden 😊;-) dem gefallen die warmen Temperaturen. Ich habe die ersten Pflanzen vor ca. 10 Jahren angepflanzt. Nach dem 3. Jahr darf ich nun regelmäßig ernten und macht fast keine Arbeit im Vergleich zu anderem Gemüse, da mehrjährig. Es ist einfach solch ein praktisches, wunderbares Frühlingsgemüse - gerade jetzt im April und Mai, da es noch fast kein anderes Gemüse gibt. Da er zu kaufen relativ teuer ist und immer ganz frisch sein sollte zahlt es sich aus selber welchen zu pflanzen, welcher auch viel besser schmeckt als der Gekaufte!

Seit einigen Jahren vermehre ich den Spargel auch mit den Samen und biete nun auch ständig Pflanzen und Saatgut an. Wichtig für ein gutes Wachstum ist ein gut durchlässiger und nährstoffreicher Boden ohne Staunässe.

Spargel gilt als Lebensmittel der Wahl, wenn man Verstopfung, Gallen- und Leberleiden, Diabetes und natürlich Problemen mit der Blase zu Leibe rücken will. Wussten Sie aber auch, dass Spargel unbedingt dann auf den Teller muss, wenn Sie Ihren Partner in Stimmung bringen möchten? Da kommt die Spargel-Saison gerade recht.

Schon die Form des Spargels könnte so manchen einschlägigen Phantasien Nahrung liefern. Daher vermutete man lange Zeit, man habe dem Spargel allein aufgrund seiner phallusähnlichen Optik aphrodisierende Eigenschaften angedichtet 😊;-)

Vermutlich ist es zusätzlich der für Gemüse recht hohe Vitamin-E-Gehalt im Spargel, der dessen anfeuernde Wirkung erklärt. Vitamin E aktiviert nämlich direkt die Produktion und Ausschüttung von Sexualhormonen.

Er ist auch ideal für Schwangere und Stillende und hilft bei der Entgiftung!

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/spargel.html>