

Von: <https://www.xing.com/net/pri477f90x/gartenkultur/>
Erstellt von: https://www.xing.com/profile/Manuela_Hensel

Datum: 01. September 2011

Betreff: Schattengärten – wir verlängern die Gartenzeit des goldenen Oktobers - Newsletter für den Monat Oktober 2011

Liebe Leserin, lieber Leser,

nun ist sie wieder da, DIE Zeit der Wärme, Freude und der Magie der Farben in ihrer ganzen Fülle und Pracht und wir werden in diesem Herbst bei genauerer Beobachtung sehr schnell und reichlich bedacht. Auf unseren letzten ausgiebigen Wanderpartien und Reiseruten begleiten uns nun Landschaften aus erdfarbenen Schachbrettmustern - gesprenkelt mit Lila, Pink, Orange, Gold, Bronze und Feuerrot. Herbstliche Märkte bieten Kränze, Gestecke, Mobile und Herzen an – soweit das Auge reicht – prachtvoll, dekorativ und ein wahrer Augenschmaus zugleich. Da fällt die Entscheidung schwer oder doch lieber selber gestalten? Gehen wir dann aufmerksam durch die Natur, breiten sich Feld, Wiese und Baum heuer in so einer Reichhaltigkeit an Früchten und Beeren aus, dass es einen schon nachdenklich macht... gemäß den alten Weisheiten der Bauern...

Viele Eicheln und Bucheckern im Oktober lassen einen harten Winter erwarten.
Oktoberhimmel voller Stern hat später warme Öfen gern.
Fällt das Laub im Wald sehr schnell, ist der Winter bald zur Stell'.

Macht nichts. Genießen wir einfach noch diese Zeit und wandern durch herbstlich-sattes Grün, auf blattreichen und bronzenen Wegen, sitzen allabendlich im Biergarten und grinsen uns eins, wenn die Kastanien unsere Gläser und Nachbarn freundlich „erschlagen“ und staunen sie an, diese noch so sanft-blauen Oktober-Sommer-Himmel! Ach und „ja“ – wir haben nun doch noch ein reifes, süßes und einfach nur sehr gutes Weinjahr 2011! Da akzeptieren wir schon mal den Federweißen „in Raten“ und freuen uns auf die ersten Jungweinproben im kommenden Jahr.

Doch zurück zu unseren Kränzen der Fülle und der Dankbarkeit. Ursprünglich von unseren Großmüttern genutzt, um die Beeren, Früchte und Co luftig, praktisch und dekorativ zu trocknen, symbolisieren sie auch heute noch den unendlichen Kreislauf der Natur und den der immer wieder kehrenden Jahreszeiten.

Somit wünschen wir Euch noch herrliche Streifzüge durch die Farb-Power der Natur voller Sammelleidenschaft, eine reiche Fülle aus Feld und Flur und Gute-Laune-Fahrten übers Land und uns allen einen goldenen Herbst für alle Sinne.

Da fliegt, als wir im Felde gehen, ein Sommerfaden über Land - ein leicht Gespinst der Feen - und knüpft von mir zu ihr ein Band.

© *Ludwig Uhland*

In diesem Sinne viel Spaß beim Lesen unserer News & Tipps.

Einen leuchtenden Herbstzauber wünschen
Manuela Hensel und Bernd Linsenmaier

INHALT

1. Brauchtum im Monat Oktober
 2. Zauberhaftes Gartenreich - Schattengärten
 3. Gesehen, Gelesen, Gelauscht – für alle Gartensinne
 4. Beachtliches & Wissenswertes
 5. Veranstaltungen, Kurse, Seminare und Termine
 6. In Sachen gemeinsamer Newsletter-Weiterentwicklung
-

1. Brauchtum im Weinmonat Oktober

Der Oktober ist der Zehnte - im Mittelalter zweite Monat - des Jahres im Gregorianischen Kalender. Im Mittelalter galt der Oktober als DER heilige Monat, in dem man bevorzugte zu heiraten und so wurden über Jahrhunderte hinweg im Oktober königliche Feste gefeiert. Die Römer nannten ihren achten Monat des Jahres mensis october (lat. *octo* = acht). Obwohl der Monat nach der Julianischen Kalenderreform 46 v. Chr. an die zehnte Stelle verschoben worden ist, ist es bei seinem römischen Namen geblieben. Dies wird manchmal bei der Übertragung früher verwendeter lateinischer Datumsangaben („10ber“ & „8ber“) übersehen. Zur Regierungszeit Kaiser Domitian wurde der Monat in „Domitianus“ umbenannt, das sich aber im Gegensatz zu Juli und August nicht durchsetzte.

Der Oktober wird auch der „Weinmonat“ genannt. Dieser Name soll bereits von Karl dem Großen im 8. Jahrhundert eingeführt worden sein und weist auf den Beginn der Weinlese und der weiteren Weinverarbeitung hin – dies ist meist bis heute so geblieben!

Zu Theres (15. Oktober) beginnt die Weinles'. © *Bauernweisheit*

Weniger bekannt ist auch der altdeutsche Name „Gilbhart“, der sich aus „gilb“ für die Gelbfärbung des Laubes und „hart“ für „viel“ zusammensetzt. Nennen wir doch heute lieber diesen 10. Monat des Jahres den „goldenen Herbst“ und sind einfach nur froh, wenn er diesem Namen alle Ehre macht, wie in eben diesem Jahr. Beginnt dann die Zeit der Jagd, hört man auch noch schon mal die Bezeichnung „Dachsmond“.

Feiertage:

Lichtblauer Montag wurde in Bayern am ersten Montag nach Michaelis gefeiert, da die Handwerker wieder bei Licht in ihren Stuben arbeiten mussten. Meistens gaben die Meister den Lehrlingen an diesem Tag frei. Es gibt übrigens auch die Farbe „Lichtblau“. Wir erinnern uns an die leicht grünstichige Blüte des Borretsch – wie ein Sommerhimmel im Herbst oder auch die Farbe von Kupfersulfat. Im Maler- und Werbehandwerk gibt es sie als RAL 5012, die dem Ton wohl am nächsten kommt.

Erntedank (meist am ersten Sonntag im Oktober) In den Kirchen werden die Ernteeinnahmen gesegnet. Feldfrüchte, Getreide sowie Produkt wie Mehl, Honig und Wein werden als Gaben aufgestellt und eine aus Getreide oder Weinreben geflochtene „Erntekrone“ wird oft in einer Prozession durch das Gemeindegebiet getragen. Es gibt diese Feste schon seit vorchristlicher Zeit. Vergleichbare Riten sind aus Nordeuropa, Israel, Griechenland oder aus dem Römischen Reich

bekannt. Im Judentum gab und gibt es das Schawuot, das Wochenfest, nach Beginn der Ernte, und das Sukkot, das Laubhüttenfest, im Herbst am Ende der Lese.

Rosenkranzfest: (7. Oktober) Im Jahr 1573 führte Papst Gregor XIII. dieses Fest als Erinnerung an die Seeschlacht von Lepanto ein, wo eine christliche Flotte die Schiffe der Osmanen vernichtet hat – angeblich mit Hilfe von Rosenkranzgebeten. In Wahrheit aber wohl eher mit Hilfe eines neuen Schiffstyps - der Galeasse - und der durch sie möglich gewordenen „modernen“ Seeschlachttaktiken.

Kirchweih: Es gibt auch Kirchtage am Tag der Weihe der jeweiligen Kirche oder am allgemeinen (bayerischen) Kirchtag – dies ist der dritte Sonntag im Oktober. Traditionell trafen sich Menschen nach der Messe am Marktplatz, um von vorbeiziehenden Händlern Waren zu erstehen. Diese Tradition hat sich bis heute erhalten. So finden anlässlich der Kirchweih neben religiösen Feiern (Gottesdienste, Heilige Messen) oft auch Volksfeste, Viehmessen und Jahrmärkte statt. Das Bekannteste ist wohl das Oktoberfest.

Reformationstag: (31. Oktober) Er erinnert an den Anschlag der 95 Thesen zur Ablasspraxis der Kirche an die Dompforte in Wittenberg durch Martin Luther und somit den Beginn der Reformation.

Halloween: Ist die Nacht der wilden Jagd. Im Jahreskreis findet sich hier das Samhain - von Samhuinn, Sam-fuin – auch Sommerende genannt und war bei den Kelten das sog. Neujahrsfest. Für Bauern und Kräutersammler bedeutet dieser Tag auch das Ende der Sammel- und Erntezeit, nach Einbruch des Sonnenunterganges darf auf Feldern, Wäldern und Wiesen nicht mehr geerntet werden, alle Früchte, alles Essbare und Nutzbare gehen jetzt in den Besitz der Natur über. Die Wintersaat sollte im Boden liegen, das Holz und die Brennstoffe für die Beheizung im Winter bereit, das Vieh ist von den Sommerweiden zurück und es kehrt eine erste Zeit der Besinnung und des Abschiedes.

In der magischen Nacht zwischen dem 31.10 und dem 01.11 hieß es früher - sind die Gesetze von Natur und Raum aufgehoben. In dieser Nacht wird den toten Ahnen Ehre erwiesen und Gastfreundschaft gezeigt. Gebete verrichtet und Nahrung geopfert.

Heute ist es ein lautes, ausgelassenes Fest der ständigen Wanderung und ein „Hochzeit“ für Bonbonverkäufer, schriller Masken und Geschäfte voller Dekorationen.

Ist nicht mehr viel übriggeblieben – von der „Idee“ der einstigen Stille. Schade eigentlich.

Im Herbst steht in den Gärten die Stille für die wir (sonst) keine Zeit haben.

© Victor Auburtin

Wetter- und Bauernregeln

- Oktobersonne kocht den Wein und füllt auch große Körbe ein.
- Bringt der Oktober viel Frost und Wind, so sind der Januar und Februar gelind.
- Oktoberhimmel voller Sterne hat warme Öfen gerne.
- Oktober und März gleichen sich allerwärts.

- Je größer der Ameisenhügel, je straffer des Winters Zügel.
- Tummelt sich die Haselmaus, bleibt der Winter noch lange aus.

- Graben sich im Oktober die Mäus' tief in die Erden, wird's ein strenger Winter werden.
 - Wenn die Bienen zeitig verkitten, kommt bald ein harter Winter geritten.
 - Wenn die Eiche noch ihr Laub behält, gibt's im Winter strenge Kält.
 - Je früher das Laub im Oktober fällt, desto fruchtbarer wird das nächste Jahr.
-

2. Zauberhaftes Gartenreich - Schattengärten

Auch im Schatten grünt und blüht es und dankend erinnern wir uns nun an so manchen ach zu heißen Sommertag zurück und den kühlenden, duftenden, beruhigenden, ausgleichenden Schattenoasen. Etwas Verwünschenes, ja Zauberhaftes liegt über diesen Bereich - ein völlig anderes Spiel mit Licht, Formen und Farben und man meint, hier würden altehrwürdige Geheimnisse gehütet und meist wird man einfach nur still – denn Melancholie liegt in der Luft und ein leises Lachen.

Verwinkelte Wege und verschlungenes Geäst (ge-)leiten den Besucher und Betrachter. Riesige Blattformen vermengen sich mit kleinen beruhigenden Flächen von Efeu, Tüpfelfarn, wohlriechendem Waldmeister oder altehrwürdigem Moos. Die Sitzplätze liegen meist zurückgezogen, lauschig und versteckt oder im lichten Schatten majestätischer Bäume. Hochgewachsene Gartenzimmer, alte Ruinen, Labyrinth oder einfach nur eine üppig bewachsene Hauswand schaffen so durch malerische Pflanzungen ein mystisches Zwischenreich mit unendlich vielen Herausforderungen und Möglichkeiten.

Schattengärten beschenken uns mit einer oft verwünschten, zauberhaften Atmosphäre, Anmut und magischer Anziehungskraft – eine wohltuende Balance zum Ausruhen, Träumen und Entspannen!

Gärten im Schatten bieten auch meist eine überraschend-beschauliche **Waldatmosphäre**. Ziergräser spielen mit Bewegung und Licht und „posten“ durch filigrane Formen und eine überraschende Vielzahl von Farben – von Grün, Gelb, Bronze bis Rot und lassen uns ihre Leichtigkeit erahnen. Hinzu kommen ihre langjährige und wachsende Dankbarkeit, selbst bei einfacher Pflege. Auch Farne werden hier in Würde alt und jedes Frühjahr aufs neu überraschen sie uns, wenn spiralförmig sich ihre Wedel entfalten – zartgrün - wie das Leben selbst. Im Herbst verabschieden sie sich dann goldfarben, Gelb und Braun - mit einem stillen Zauber der Vergänglichkeit.

Schattengärten strahlen einfach nur Ruhe aus, doch überraschen sie uns auch – mit kräftigen, lichtvollen Farben, so wie die kräftig blühenden Rhododendren im Frühjahr mit deren leuchtenden Blüenträumen in fast allen Farben des Regenbogens und schneeweiß – selbst unter hohen Bäumen. Im Sommer leuchtet dann der Alant – eine alte Heilpflanze – mit sonnengelben Blüten aus so manchem kühlen Raum und wir bleiben einfach nur sitzen und staunen über diese andere Gartenwelt - voller natürlichem Reichtum, Vielfalt und Achtsamkeit.

3. Gesehen, Gelesen, Gelauscht – für alle Gartensinne

Sehenswertes - Mode der Natürlichen ART (Weedrobe)

Kleidung aus Pflanzen der Künstlerin Nicole Dextra inspirieren und machen nachdenklich zugleich:

Lauschens Wertes – Die Gartengedicht(e) des Monats

Dies ist ein Herbsttag ...

Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah!
Die Luft ist still, als atmete man kaum,
Und dennoch fallen raschelnd, fern und nah,
Die schönsten Früchte ab von jedem Baum.
O stört sie nicht, die Feier der Natur!
Dies ist die Lese, die sie selber hält,
Denn heute löst sich von den Zweigen nur,
Was von dem milden Strahl der Sonne fällt.

© Christian Friedrich Hebbel

Der Herbst

Das Glänzen der Natur ist höheres Erscheinen,
Wo sich der Tag mit vielen Freuden endet,
Es ist das Jahr, das sich mit Pracht vollendet,
Wo Früchte sich mit frohem Glanz vereinen.

Das Erdenrund ist so geschmückt, und selten lärmet
Der Schall durchs offne Feld, die Sonne wärmet
Den Tag des Herbstes mild, die Felder stehen
Als eine Aussicht weit, die Lüfte wehen.

Die Zweig' und Äste durch mit frohem Rauschen,
Wenn schon mit Leere sich die Felder dann vertauschen,
Der ganze Sinn des hellen Bildes lebet
Als wie ein Bild, das goldne Pracht umschwebet.

© Friedrich Hölderlin

Verklärter Herbst

Gewaltig endet so das Jahr
Mit goldnem Wein und Frucht der Gärten.
Rund schweigen Wälder wunderbar
Und sind des Einsamen Gefährten.

Da sagt der Landmann: Es ist gut.
Ihr Abendglocken lang und leise
Gebt noch zum Ende frohen Mut.
Ein Vogelzug grüßt auf der Reise.

Es ist der Liebe milde Zeit.
Im Kahn den blauen Fluss hinunter
Wie schön sich Bild an Bildchen reiht -
Das geht in Ruh und Schweigen unter.

© Georg Trakl

Lesenswertes – die Buchempfehlungen des Monats zum Thema Schattengarten

Hier etwas Wundervolles, Passendes zum Thema Schattengarten. Die berühmte englische Gartengestalterin Beth Chatto erzählt, wie ihr einst trister Schattengarten zum blühenden und einladenden Paradies wurde, und gibt reichlich Tipps.

Schattengarten: Die Pflanzen, die Jahreszeiten, die Stimmungen
Beth Chatto (Autor), Steven Wooster (Fotograf), Stefan Leppert (Übersetzer)
Aus dem Verlag: Deutsche Verlags-Anstalt

»Wie stimmungsvoll ein Waldgarten mit hohen Bäumen und einer auf die Lichtverhältnisse angepassten Unterpflanzung sein kann, beweist die Anlage von Beth Chatto. Die englische Gestalterin erzählt von der Entstehung ihres Gartens und stellt die passenden Pflanzen für diesen Gartentyp vor.« (*mein schöner Garten*, 14.04.2011)

»Die Hinweise zur Anlage eines Schattengartens, die reiche Auswahl an tauglichen Pflanzen und die eindrücklichen Fotos von Steven Wooster dokumentieren die überragenden Pflanzen- und Klimakenntnisse der Autorin und ihre höchst sensible Beobachtungsgabe.« (*NZZ*, 05.08.2011)

<http://www.amazon.de/Schattengarten-Die-Pflanzen-Jahreszeiten-Stimmungen/dp/3421038082>

Hier etwas zum Thema Kürbis für die Großen und die Kleinen:

Die besten Sorten. Anbauen, Zubereiten, Dekorieren
Brigitte Schöner und Hans Streicher aus dem Verlag: Blv Buchverlag

Die wichtigsten Kürbisse im Porträt; Aussaat, Ernten, Lagern, Verwenden, Zubereiten; Ideen zum Basteln und Dekorieren..

Über den Autor

Hans Streicher absolvierte eine Gärtnerlehre und studierte im Anschluss Gemüsebau an der Fachhochschule Weihenstephan. Er war als Ausbildungsberater für Gartenbau, Fachlehrer für Gartenbau und als fachlicher Mitarbeiter beim Bayerischen Landesband für Gartenbau und Landespflege am Botanischen Garten Augsburg tätig. Seit Rentenbeginn widmet er sich intensiven Anbaustudien zu Mais, Hanf, Bohnen, Kartoffel

http://www.amazon.de/K%C3%BCrbis-Sorten-Anbauen-Zubereiten-Dekorieren/dp/3405169682/ref=sr_1_2?s=ce-de&ie=UTF8&qid=1314795763&sr=1-2

52 Süßes oder Saures für Halloween. Packung mit 52 Karten

Lynn Gordon aus dem Verlag: Verlag: Kunstmann

Kinder lieben Halloween, nicht nur wegen der Berge von Süßigkeiten, die sie dabei einsammeln können. Grausige Kostüme, gruselige Spiele, schlimme Schauergeschichten, Hexensuppe und Spinnendeko: Die Tipps und Ideen dieser 52 schaurig-schönen Karten sorgen bei jeder Halloween-Party für Hochspannung!

http://www.amazon.de/S%C3%BCs-saures-Halloween-Packung-Karten/dp/B003I3MSLU/ref=sr_1_10?s=books&ie=UTF8&qid=1314795639&sr=1-10

Und wenn es draußen dunkel wird oder ich mal nicht weiter weiß, dann hier bei anderen über den Gartenzaun schauen...

<http://www.gartenfernsehen.de/videothek/herbst>

Kulinarisches - Rezepte des Monats

Herbstsalat mit Kürbis:

Zutaten für 8 Personen: 400g Feldsalat, 1 Glas Kürbis (670 ml), süßsauer eingelegt, 1 Zwiebel, 300g Knollensellerie, 2 rotbackige Äpfel, 100g Walnußkerne, 8 Eßl. Öl, 8 Eßl. Weißweinessig, Salz, Pfeffer.

Zubereitung: Feldsalat putzen und waschen. Kürbis abtropfen lassen (Sud auffangen). Zwiebel und Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen. Äpfel in Spalten schneiden. Walnüsse grob hacken. Sellerie im heißen Öl 3-4 Minuten dünsten (nicht bräunen). Essig und 4-6 Eßl. Kürbissud kurz aufkochen lassen, und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln unterrühren und auskühlen lassen. Salatzutaten anrichten. Die Vinaigrette darüber geben. Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten. Pro Portion ca. 980 Joule / 230 Kalorien

Gefüllte Kürbisse

1 - 2 kleine Kürbisse, Salz, Knoblauch, Zitronensaft

Füllung: 300 g Hackfleisch, 1 Zwiebel, Petersilie, 20 g Fett, 1 Ei, 50 g Semmelbrösel, Salz, Pfeffer, 40 g geriebener Käse, 20 g Brösel, 30 g Butter

Für die Füllung Zwiebeln fein würfeln und glasig dünsten. Petersilie kleinschneiden, zugeben und kurz mitdünsten. Mit Hackfleisch, Ei und Semmelbrösel zu einem Teig verarbeiten, kräftig abschmecken. Kürbis halbieren und etwas aushöhlen, innen mit Salz, Knoblauch und Zitronensaft einreiben. Ausgehöhlt Kürbisfleisch würfeln, unter die Füllmasse geben und in die Kürbisse füllen. In eine gefettete feuerfeste Form geben, mit geriebenem Käse und Brösel bestreuen, mit geschmolzener Butter betropfen und ca. 20 Min. bei 200 °C im vorgeheizten Backofen backen.

Schnelle Kürbis-Puffer

250g Kürbisfleisch, 1 mittlere Kartoffel, 2 Eier, 50g geriebene Nüsse, 50 g Dinkelmehl, 2 El. Kräuter, Salz, Pfeffer, 1 Msp. Muskatnuss, Butterschmalz

Kartoffel schälen, mit dem Kürbisfleisch auf der Rohkostreibe raspeln, Eier, Nüsse, Mehl, die feingehackten Kräuter und die Gewürze zugeben und gut vermengen. Kräftig abschmecken. Butterschmalz in der Pfanne heiß werden lassen. Für jeden Puffer einen gehäuften Eßl. Kürbismasse in die Pfanne geben. Die Masse läuft leicht auseinander.

Serviervorschlag: mit Sauce aus saurer Sahne, Blauschimmelkäse oder Kürbis-Chutney verfeinern.

Kürbisauflauf

Eine mittelgroße Auflaufform wird mit folgendem Teig ausgelegt: 1 Tasse Mehl mit ½ Tel. Salz , 1/3 Tasse Fett (halb Butter, halb Schweineschmalz)und 2Eßl Wasser gut verkneten.

Füllung: 1½ Tassen gekochter, pürierter Kürbis, 1½ Tassen Milch, 2 Eßl. zerlassene Butter, 2 Eigelb, ¼ Tasse brauner Zucker (wenn nicht vorhanden, weißer) 1 Teel. Zimt, je 1/3 Teel. Muskat, Ingwer und Salz, 1 Pries gemahlene Nelken. Alles gut durchschlagen. 2 Eiweiß zu steifem Schnee geschlagen unterziehen. In die Form geben und 10 Min. bei 240 °, dann 25 min. bei 175° backen lassen. Warm oder kalt mit Schlagsahne auftragen.

Und wer einfach nicht genug bekommt: <http://www.blumen-boos.de/kuerbisrezepte.htm>

4. Beachtliches & Wissenswertes

Die Pflanze des Monats - Der Kürbis – Erlebnis und Gesundheit für die ganze Familie

Die **Kürbisse** (Cucurbita) bilden eine Pflanzengattung aus der Familie der Kürbisgewächse (Cucurbitaceae). Fünf Arten werden kultiviert: Cucurbita argyrosperma, Feigenblatt-Kürbis (Cucurbita

ficifolia), Riesen-Kürbis (*Cucurbita maxima*), Moschus-Kürbis (*Cucurbita moschata*) und Garten-Kürbis (*Cucurbita pepo*). Diese wurden unabhängig für die gleiche Verwendung domestiziert. Als Zeitpunkt wurde lange etwa 5000 v. Chr. angenommen, was nach Phaseolus und Capsicum wäre. Neuere Funde von Samen domestizierter Kürbisse sind jedoch auf 8000 bis 10.000 v. Chr. zu datieren.

Der Garten-Kürbis wurde in Mexiko und im Süden der USA domestiziert, der Moschus-Kürbis in Zentral-Amerika und der Riesen-Kürbis in Südamerika. Es wird angenommen, dass ursprünglich die nahrhaften Samen genutzt wurden, da diese frei von Bitterstoffen sind, während alle Wildformen bittere Früchte besitzen. Durch die Auslese nichtbitterer Formen wurde die Nutzung als Gemüse möglich. Schon in präkolumbischer Zeit gab es eine große Sortenvielfalt. Bereits früh kamen Samen auch nach Europa, wo die Kürbisse gerne kultiviert wurden.

Die heilende Wirkung des Kürbis ist schon den Benediktinermönchen bekannt gewesen. In der Kloster-medicin hatte er seinen festen Platz. Man setzte ihn beispielsweise zur Kühlung bei Entzündungen ein. Während der Cholera-Epidemie schwörte man auf Kürbisdiäten und Kürbisaufgüsse. Der großen Anzahl seiner Kerne wegen galt er als das Symbol der Fruchtbarkeit. Im Daoismus (chinesische Philosophie) wird der Kürbis als Nahrung, die langes Leben und Gesundheit verspricht, verehrt.

In Südamerika gehören die Kürbisse heute noch zu den Grundnahrungsmitteln der Indianer. Nicht nur in der TCM (Traditionelle chinesische Medizin) ist der Kürbis fester Bestandteil bei der Behandlung von Prostata-beschwerden, Harnblasenentzündungen und Verdauungsbeschwerden. Auch bei uns. Erhalten wir doch heute zahlreiche Präparate aus Kürbiskernen inzwischen überall im Handel oder in Apotheken. Als Gemüse oder Suppe gegessen ist das Kürbis-Fruchtfleisch sehr magenschonend und fördert Verdauung und Stoffwechsel. Seine gerösteten Kerne sind eine begehrte Leckerei.

So paradox es klingen mag, der Kürbis ist eine Beere und damit Obst. Er besteht zu 90 Prozent aus Wasser und enthält fast kein Fett. Daher ist er sehr kalorienarm und für eine Schlankheitsdiät prima geeignet! Der Kürbis enthält ausgewogene Mengen an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen wie Kalium, Magnesium oder Eisen. Kürbisse enthalten große Mengen des orangen Farbstoffes B-Karotin, einer Vorstufe des Vitamin A. Außerdem ist das Gemüse reich an Vitamin E, C und Folsäure. Der Kürbis trägt aber auch zu unserer Mineralstoffversorgung bei. Das Kürbisfleisch wirkt abführend, entwässernd, beruhigend, aufbauend und abwehrstärkend. Kürbis wirkt bei Magen- und Darmerkrankungen sowie bei Herz- und Nierenleiden. Früher wurde er sogar bei schweren Erkrankungen wie Typhus und Ruhr eingesetzt. Die Heilwirkung beruht auf dem hohen Anteil an Kalium und Magnesium, der zur Remineralisierung des Organismus beiträgt.

Keine Haftung:

Alle Angaben über die Wirkung des Holunders wurden nach bestem Gewissen recherchiert. Trotzdem übernimmt die Autorin keine Haftung für Nachteile oder Schäden, die durch Selbstbehandlung mit Heilpflanzen oder durch Fehlinformationen entstehen.

Der ökologische Fußabdruck des Monats

Heute mal eine interessante Empfehlung, die, wie ich finde, sehr wichtig ist!

www.netzwerkpflanzenammlungen.de/

Das Netzwerk Pflanzensammlungen ist eine Initiative der Deutschen Gartenbau-Gesellschaft [DGG]: Es hat sich zum Ziel gesetzt, private Pflanzensammlungen auffindig machen, zu dokumentieren und

nachhaltig bewahren. Die Vielfalt an Zierpflanzen in Deutschland ist beachtlich, doch enorm ist auch der fortschreitende Verlust an Biodiversität durch Monokulturen, Klimawandel und andere Faktoren. So ist es vor allem dem leidenschaftlichen Engagement privater Pflanzensammler und Pflanzenliebhabergesellschaften zu verdanken, dass über Jahrzehnte Pflanzenraritäten aus verschiedenen Epochen und Gegenden der Erde zusammengetragen und gesammelt wurden.

Damit das Erbe und Kulturgut Pflanze auch für zukünftige Generationen bewahrt wird, ruft die Deutsche Gartenbau-Gesellschaft alle Sammler und Pflanzenliebhaber- Gesellschaften dazu auf, sich am Netzwerk Pflanzensammlungen zu beteiligen:

Lassen Sie andere teilhaben an Ihren Pflanzenschätzen und melden Sie Ihre Sammlung beim Netzwerk Pflanzensammlungen an! Helfen Sie uns bei der Suche nach Sammlungshaltern, um das Netzwerk Pflanzensammlungen zu erweitern und gefährdete Sammlungen unsere Unterstützung teilwerden zu lassen.

Online werden alle Zierpflanzen [Wildarten und Kulturformen] erfasst: Mit Hilfe einer einfachen Suchfunktion können dort alle eingetragenen Pflanzen und Sammlungen ausfindig gemacht werden. Mit Ihrem Eintrag in unsere Pflanzendatenbank helfen Sie, diese weiter aufzubauen und damit Pflanzenvielfalt zu dokumentieren.

5. Veranstaltungen, Kurse, Seminare, Termine

Messe, Märkte und andere Gartentermine im Oktober 2011

8. bis 9. Oktober 2011 • Herbstzauber im Bauerngarten Krumme
Weitere Infos unter: www.leuchten-zur-scheune.de

14. bis zum 16. Oktober 2011 • Nationale Blumenzwiebelmarkt auf dem Keukenhof im niederländischen Lisse
Mehr Informationen unter: <http://www.keukenhof.nl/de/289/nationaler-blumenzwiebelmarkt-auf-dem-keukenhof.html>

22. Oktober 2011 • Offener Spinntreff in Kürnbach. Alles rund um das Hobby.
Für den Anfänger bis zum Profi
Weitere Infos unter: www.museumsdorf-kuernbach.de

KürbisFeste:

02. September 2011 - 06. November 2011 • Weltgrößte Kürbisausstellung in Ludwigsburg

Jedes Jahr im Herbst findet die Weltgrößte Kürbisausstellung im Blühenden Barock in Ludwigsburg statt. Ein breites Angebot an ausgewählten Speise-Kürbissen gehören ebenso dazu wie mehr als 450 Sorten Zierkürbisse. Über 500.000 Kürbisse werden insgesamt gezeigt.

Weitere Infos unter: www.jahrmaerkte-in-deutschland.de/weltgroesste-kuerbisausstellung-in-ludwigsburg.html

Bis 31.10.11 Kürbisausstellung in Klaistow

Den ganzen September und Oktober über können Sie die bunte Vielfalt der Kürbisse im Brandenburgischen Klaistow bewundern. Bei der größten Kürbisausstellung Brandenburgs werden über 450 verschiedene Sorten aus aller Welt präsentiert, die dieses Jahr zu Schaubildern mit dem Thema "Kürbis-Märchen" angeordnet wurden.

Mehr Infos gibt es unter: <http://www.buschmann-winkelmann.de/beelitzer-spargel-und-mehr/kuerbisse/kuerbisausstellung/>

Kürbis-Kunst in Winschläg 09./10.10.: Kürbisfest im Alten Land

Im Alten Land werden gleich beide Stars des Herbstes gefeiert: Das Obstparadies Schuback lädt jedes Jahr zum Apfel- und Kürbisfest. Hier gibt es kreative Tipps für eine stimmungsvolle Herbstdekoration, nicht nur für zuhause, neue Ideen für die Kürbisküche und natürlich jede Menge herbstliche Leckereien. Nicht fehlen darf außerdem die große Kürbis-Rallye.

Infos zu Programm und Anfahrt finden Sie unter: <http://www.obstparadies-jork.de/events.php>

23./24.10.: Kürbisfest im Retzer Land

Auch Österreich freut sich auf einen orangenen Herbst mit der größten Beere der Welt. In Pulkau im Retzer Land gibt es jedes Jahr im Oktober das Kürbisfest mit dem Motto "Komm ins Retzer Land und bring einen Kürbis zum Leuchten". Im warmen Licht der Kürbisleuchten schmecken Kürbissuppe, Kürbisbrot und Kürbiskuchen besonders gut.

Weitere Infos unter: <http://www.wissenswertes.at/index.php?id=kuerbisfest-retz>

Kürbisspiele für die Kleinen:

Eine schöne und vor allem kindgerechte Seite:

http://www.kidsweb.de/schule/kidsweb_spezial/kuerbis_spezial/kuerbis_spiele.html

Ja und hier hat sich jemand sehr viel Arbeit gemacht zum Thema Halloween und Kinder:

<http://www.familie-hauenstein.de/links/halloween/start.htm#welten>

oder einfach so:

<http://www.kindersuppe.de/Halloween/Halloween.html>

Und für die Großen:

Hier wird der Kürbismeister gekührt: <http://www.kuerbismeister.de/fest2011-frame.htm>

Meisterschaften im Kürbiswiegen: <http://www.statt-stadt.de/node/25>

6. In Sachen gemeinsamer Newsletter-Weiterentwicklung

Vielen herzlichen Dank für die freundlichen Zuschriften und das positive Feedback. Es hat mich sehr gefreut. Danke auch denen, die sich beteiligt haben und aktiv zugearbeitet haben. Es würde uns freuen, wenn weitere Gruppenmitglieder vielleicht die kommenden Newsletter auch als ihre Plattform verstehen und uns alle mit Empfehlungen, Aktionen, Ideen und/oder Reisen für die kommende Zeit bereichern.

Und denkt daran – kling ,Glöckchen, klingelingeling....

Sicher liegen auch gute Ideen in Euren Schubladen und/oder Geschäften.

Der Oktober -Newsletter steht unter dem Thema:

Trockengärten – Die Schönheit des sommerlichen Gartens erhalten – Lichtblicke im Winter

Zuarbeiten, Hinweise und Ideen bitte bis zum 20. Oktober 2011 an: gartenundkultur@mobile-idee.de

Das Höchste, wozu der Mensch gelangen kann, ist das Erstaunen. J.W. Goethe

Ich wünsche allen das eine oder andere Naturerlebnis voller Stauen, einen kuschlig-gemütlichen Lieblingsplatz bei Kerzenschein, das genussvolle Betrachten einer letzten Blütenpracht, den ersten Raureif auf königlichen Gräsern und so manchen wärmenden Sonnenstrahl.

Manuela Hensel

Hinweise auf weitere Quellen:

www.wikipedia.de

www.br-online.de/bayern/feste-und-feiern/fest-und-feiertage-DID1207729138899/rosch-ha-schana-neujahr-judentum-ID1231576554118.xml

www.bauernregeln.net

www.heilkraeuter.de

Impressum:

Manuela Hensel, mobile-idee Manuela Hensel

Stifterstraße 14, D-97209 Veitshöchheim

E-Mail: gartenundkultur@mobile-idee.de

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 256816293

Unter <https://www.xing.com/net/pri477f90x/gartenkultur/newsletter-archiv-247018/> finden Sie ein Archiv mit älteren Ausgaben des Newsletters und können ihn sich auch per E-Mail zusenden lassen.

Dieser Newsletter wurde von Co-Moderatorin Manuela Hensel für die Gruppe "Garten und Kultur" verfasst.

Besuchen Sie hier die Gruppe: <https://www.xing.com/net/pri477f90x/gartenkultur/>

Klicken Sie hier, um den Newsletter abzubestellen: