

Pflanzliste: essbare Begrünung in Töpfen

Exemplarische Auswahl an Pflanzen, die gut in Töpfen gedeihen und Essbares liefern. Starkzehrer benötigen nährstoffreiche Erde und Dünger, während Schwachzehrer weniger Nährstoffe bevorzugen. Pflanzen in

Töpfen brauchen mehr Wasser, besonders im Sommer. Weitere geeignete Pflanzen wie Stauden und Bodendecker sind auf der Liste „Vorgarten“ zu finden, Kletterpflanzen für Töpfe auf der Liste „Fassadenbegrünung“.



Name	Wuchshöhe (ca.-Angaben)	Stand- ort	Aussaat und Ernte												Kulturdauer bis Ernte	Topfgröße, (mind.-Angaben)	erhält- lich als	Anmerkungen		
			Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez						
Gemüse																				
Feldsalat (z.B. Verte à coeur plein)	10 cm	 															Je nach Sorte und Aussaat	15 cm Tiefe		Zweijährig, i.d.R. einjährig angebaut. Schwachzehrer. Je nach Sorte für Winter- und/oder Sommeranbau geeignet. Gut für Blumenkästen geeignet.
Kartoffeln	60 cm																ca. 10-12 Wochen nach Auspflanzen	30 Liter		Einjährig. Starkzehrer. Ca. 1 Monat vor Auspflanzung vorkeimen lassen. Zur Bildung von mehr Knollen: mit ca. 15 cm Erde be- decken, sobald Pflanzsspross erscheint. Alternativ: unbehandelte (Bio)-Kartoffeln nutzen, die gekeimt haben.
Mangold (z.B. Beta Vulgaris subst. Vulgaris)	60 cm	 															ca. 10 Wochen	10 Liter	v.a. 	Zweijährig (im 2. Jahr i.d.R. nicht mehr genießbar). Nachwachsend, wenn von außen nach innen geerntet und eine Höhe von 10 cm stehen gelassen wird.
Möhren	40 cm																Je nach Sorte: ca. 12-23 Wochen	40 cm Tiefe		Zweijährig, i.d.R. einjährig angebaut. Wichtig: ausreichend Wurzelraum in tief gelockerter, humoser Topferde. Gute Pflanz- partner: Zwiebeln und Lauch.
Pflücksalat	20-30 cm	 															ca. 4-10 Wochen	15 cm Tiefe		Einjährig. Schwachzehrer. Ausreichend gießen an heißen Sommertagen.
Radieschen	20-40 cm	 															ca. 4 Wochen	15 cm Tiefe		Einjährig. Auch als Saatband erhältlich. Kurze Kulturdauer.
Salatrauke	20-60 cm	 															ca. 3 Wochen, im Winter länger	15 cm Tiefe	v.a. 	Einjährig (wilde Rauke: mehrjährig). Kann mehrmals geschnitten und geerntet werden.
Spinat	30-50 cm	 															ca. 6-8 Wochen	30 cm Tiefe		Einjährig. Verschiedene Spinatsorten in Frühjahrs-, Sommer-, Herbst- und Winteranbau unterteilt.
Tomate	40 cm-über 250 cm																ab ca. 12 Wochen	Stabtomaten ab 60 Liter, Busch- tomaten kleiner.		Einjährig. Starkzehrer. Werden i.d.R. drinnen vorgezogen. Überdachter Standort, kein direkter Regen. Hochwachsende Sorten mit Stütze als Sicht- u. Sonnenschutz geeignet, z.B. Sorten „Taubenherz“, „Black Cherry“, „Brad's Atomic Grape“.
Zucchini	60 cm																ca. 6-8 Wochen	30 Liter		Einjährig. Starkzehrer. Ausreichend Gießen an heißen Sommertagen. Bei kletternden Sorten Stütze beachten.
Zucker-Erbsen (z.B. Pisum sativum var. Saccharatum)	70 cm																ca. 6 Wochen	30 cm Tiefe		Einjährig. Mittelzehrer. Rankhilfe benötigt. Bildet Stickstoff an den Wurzeln, der Boden verbessert. Sorte „Blauwschokker“ bis zu 180 cm hoch, guter Schattenspende.
Zwiebeln	20-40 cm																Frühjahr: ca. 16 Wochen, Herbst: ca. 6 Monate	10 Liter / 10-15 cm Tiefe		Mehrjährig, i.d.R. einjährig angebaut. Steckzwiebeln sind praktisch, bei Samen gibt es meist mehr Sortenauswahl.

Legende: Voranzucht Aussaat Ernte sonnig halbschattig windgeschützt Aussaat Jungpflanze Pflanzkartoffel Steckzwiebel

Pflanzliste: essbare Begrünung in Töpfen



Name	Wuchshöhe (ca.-Angaben)	Stand- ort	Aussaat und Ernte												Kulturdauer bis Ernte	Topfgröße, (mind.-Angaben)	erhält- lich als	Anmerkungen		
			Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez						
Kletterpflanzen																				
Kletter-Kapuzinerkresse	bis 400 cm	 			♦	♦	♦		●	●	●						ca. 6 Wochen	5 Liter		Einjährig. Unterschiedlich hoch kletternde Sorten. Die Blüten und Blätter sind essbar.
Kletter-Kürbis	Je nach Sorte: mehrere Meter					♦	♦	♦		●	●						ca. 14 Wochen	25 Liter, ideal 60 Liter		Einjährig. Starkzehrer. Windgeschützter Standort. Wenn Pflanze klettern soll: Sorte mit kleinen Kürbissen bevorzugen und stabile Rankhilfe nutzen.
Kletter-Mini-Kiwi	bis zu 400 cm	 															ca. 12 Wochen	20 Liter, ideal 40-50 Liter		Mehrjährig. Rasch rankend, Früchte erst nach ca. 3 Jahren. Es gibt männliche & weibliche Pflanzen & selbstfruchtende: Mehrertrag in Kombination. Stabile Rankhilfe und Winterschutz benötigt. Pflanzung von Frühjahr bis Herbst möglich.
Kletter-Mini-Melone	Je nach Sorte: mehrere Meter	  				♦	♦	♦		●	●	●					ca. 12 Wochen	50 Liter		Einjährig. Starkzehrer. Es gibt extra kleine Melonen-Sorten, die zum Anbau mit Rankhilfen in Töpfen geeignet sind. Keine Selbstklimmer, müssen hochgebunden werden.
Stangenbohne	bis 300 cm	  							●	●	●						ca. 10 Wochen	40 cm Tiefe		Einjährig. Benötigt stabile Rank- oder Kletterhilfe. Gut als Sichtschutz und zur Verschattung geeignet. Sorte "Feuerbohne" bildet rote Blüten.
Gehölze																				
Blaubeeren, Heidelbeeren	100-200 cm	 															ca. 6-8 Wochen	30 Liter		Mehrjährig. Durchlässiger, eher saurer Boden. Mit Regenwasser gießen (kein Kalk). Drainageschicht empfohlen.
Feige	bis zu 300 cm																ca. 5 Monate	40 Liter		Mehrjährig. An geschützten Orten (z. B. Hauswand) aufstellen. Je nach Sorte unterschiedliche Wuchshöhen. Drinnen oder mit Schutz überwintern.
Haselnuss	Je nach Sorte: bis zu 600 cm	 															ca. 7 Monate	30-50 Liter		Mehrjährig. Wichtiger Pollenlieferant im Frühjahr. Regelmässiger Schnitt notwendig.
Himbeeren	Je nach Sorte: 30-200 cm	 															min. 4 Wochen	25 Liter, ab >150 cm mind. 40 Liter		Mehrjährig. Viele Sorten für Töpfe geeignet. Nährstoffreicher, lockerer Boden und Drainageschicht empfohlen. Düngen. Je nach Sorte Stütze nötig.
Säulenobst: Apfel (alternativ: Birne, Kirsche, Aprikose, uvm.)	250 cm																Je nach Sorte: Ernte Spätsommer bis Winter	40 Liter		Mehrjährig. Wächst schlank. Trägt oft schon im 1. oder 2. Jahr. Pflanzstütze nötig. Alternativ: Sorten, die auf einer schwachwüchsigen Unterlage veredelt werden (nicht säulenartige Wuchsform) oder als Spalierobst an einer warmen Hauswand.

Legende: ♦ Voranzucht • Aussaat Ernte sonnig halbschattig windgeschützt Aussaat Jungpflanze Pflanzkartoffel Steckzwiebel

Kontakt

Verbraucherzentrale NRW, Gruppe Klimaanpassung

• T 0211 91380-1300 • klimakoffer@verbraucherzentrale.nrw

• www.klimakoffer.nrw • f & i: klimakoffer.nrw

Gefördert durch:

Ministerium für Umwelt,
Naturschutz und Verkehr
des Landes Nordrhein-Westfalen