

Rosmarin - Duft des Südens

Ob italienisch, spanisch, griechisch oder türkisch – Mittelmeerkost bereitet nicht nur Gaumenfreuden, sie ist auch ausgesprochen gesund, wie zahlreiche Studien mit Südeuropäern beweisen. Südländische Kost auch auf nordeuropäischen Tellern könnte das Risiko für Herz-Kreislauf-Leiden, Bluthochdruck, Gefäßleiden, Diabetes, Gicht und Krebs senken.

Unter „mediterraner Kost“ wird dabei nicht die heutige Touristenküche verstanden, sondern die traditionelle Ernährungsweise der sechziger und siebziger Jahre wie sie beispielsweise bei der Landbevölkerung auf Kreta oder in Süditalien üblich war. Mit dem Einzug der „mediterranen Kost“ bei uns erlebt der Rosmarin *Rosmarinus officinalis* eine Renaissance.

Seine Inhaltsstoffe wirken Blähungen entgegen und regen den Appetit an. Deshalb und natürlich wegen des Geschmacks verwendet man Rosmarin als Gewürz z. B. im Lambraten, in der Tomatensoße oder in der Tomatensuppe. Dabei nimmt man teilweise ganze Zweige, die man mit kochen lässt. Auch bayerische Kartoffeln vertragen sich mit Rosmarin.

Pflanzenanzucht

Rosmarin kommt ursprünglich von den kalkigen Felsenküsten des Mittelmeeres und bevorzugt deshalb auch eine steinige und kalkhaltige Erde. Er verträgt keine besonders tiefen Frosttemperaturen. Mittlerweile gibt es Sorten auf dem Markt, die Temperaturen von etwa minus 20 °C aushalten.

Da die Anzucht von Rosmarin, bedingt durch die lange Keimdauer (ca. vier Wochen) und Jungpflanzenanzucht (zwei bis drei Jahre), recht umständlich und auch schwierig ist, ist es ratsam sich gleich eine größere Pflanze zu kaufen.

Rosmarin als Kübelpflanze

Rosmarin sollte als Kübelpflanze kultiviert und frostfrei überwintert werden. Als Substrat eignet sich eine hochwertige Kübelpflanzenerde oder eine spezielle Zitruserde, die den Anforderungen des Rosmarins entspricht. Erfahrungsgemäß sind Erden aus dem preislich höheren Segment besser als günstige Angebotserden. Man kann die Erde auch selbst mischen. Als Grundlage wird Rindenkompost (ca. 40 %) und Gartenerde (ca. 40 %) verwendet. Diese Mischung wird mit Lavagestein (Bims) oder Blähton (ca. 20 %) durchlässig gemacht. Eigener Gartenkompost eignet sich nicht als Zuschlagstoff, da er für den Rosmarin zu nährstoffreich ist.

Ab Mitte Mai (nach den Eisheiligen) kann der mediterrane Halbstrauch als Kübelpflanze ins Freie. Als Standort ist ein windgeschützter Balkon, eine Terrasse oder ein Fenster im Südosten oder Südwesten ideal. Dort steht er auch vorübergehend schon gut im März/April, solange die Nächte zuverlässig frostfrei bleiben, vor Frösten muss die Pflanze wieder ins Haus zurück.

Pflanzen im Topf trocknen sehr schnell aus, deshalb bei Hitze die Wasserversorgung sicherstellen. Kontrollieren Sie regelmäßig das Pflanzsubstrat mit einer Fingerprobe und gießen Sie nach Bedarf.

Rosmarin hat durch seine wunderschönen blauen, weißen oder zartrosa Blüten (bei den neueren Sorten) auch einen hohen Zierwert.

Rosmarin im Pflanzbeet

Rosmarin liebt einen sonnigen, warmen Standort ohne Staunässe. Er braucht auch im Beet einen durchlässigen aber humosen Boden.

Überwinterung

Rosmarin überwintert als Kübelpflanze am besten bei 5 bis 10 °C, z. B. im hellen Flur oder Keller. Gegossen wird nur sparsam alle zwei bis drei Wochen, je nach Fingerprobe. Eine Styroporplatte als Untersetzer verhindert, dass es der Pflanze an den Wurzeln zu kalt wird. Kontrollieren Sie die Pflanze regelmäßig auf Schädlinge. Damit sich keine Verstecke in abgetrockneten Pflanzenteilen und Falllaub bilden, werden diese sofort entfernt.

Die Winterhärte ist je nach Sorte und Gegend sehr unterschiedlich. Ältere Sorten erfrieren bei unseren klimatischen Bedingungen meistens. Neuere Züchtungen vertragen einige Minusgrade, laut Züchter bis zu minus 22 °C. In milden Wintern oder in schneereichen Gebieten auf durchlässigen Böden kann die Überwinterung im Freien gelingen, allerdings nicht zuverlässig jedes Jahr. Wer dieses Risiko eingehen will, gibt den gut eingewurzelt Pflanzen im Winter einen Sonnen- und Frostschutz aus luftigem Material, z. B. Vlies oder Fichtenzweige. Nach besonders kalten oder nassen Wintern muss notfalls neu gepflanzt werden.

Sortenbeispiele von *Rosmarinus officinalis*

'Arp': etwas in die Breite gehender Wuchs, hellblaue Blüten, graublättrig, winterhart bis minus 20 °C

'Rex': aufrecht wachsende Sorte, Standardsorte, hellblaue Blüten, unempfindliche Wurzeln, robust, großer Zuwachs, winterhart bis minus 10 °C

'Weihenstephan' - oder Rosmarin 'Veitshöchheim': aufrecht wachsende Sorte, wuchsstark, winterhart bis minus 10 °C

'Santa Barbara': kriechend wachsende Sorte, enorme Wüchsigkeit, tiefblaue Blüten, sehr blühfreudig

'Rosmarin weiß blühend': sehr langsam wachsende Sorte, Rarität

'Majoran Pink': zartrosa, empfindliche Sorte, besonders für Pflanzkübel geeignet, weniger frosthart

Bezugsquellen:

Raritätengärtnerei Tremel, Eckerstrasse 32, 93471 Arnbruck,
Tel.: 0 99 45 / 90 51 00, www.pflanzen-tremel.de

Staudengärtnerei Gaißmayer GmbH & Co. KG, Jungviehweide 3, 89257 Illertissen,
Tel.: 0 73 03 / 72 58, www.gaissmayer.de

Rühlemann's Kräuter & Duftpflanzen, Auf dem Berg 2, 27367 Horstedt/ROW,
Tel.: 0 42 88 / 92 85 58, www.kraeuter-und-duftpflanzen.de

Aktualisiert: Oktober 2014