



LENGERICH WOCHENBLATT **EXTRA**

19. Mai 2018 | www.ag-muensterland.de | kostenlos

Von wegen Saison-Obst

Erdbeer-Anbau in Beet
und Kübel | Rückseite

Foto: dpa

Fleischlose Alternative

Vegetarische Spezialitäten vom Grill

Einkaufszettel

(für acht Personen)

Vegetarische Spezialitäten vom Grill

- 4 frische Maiskolben
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 4 Tomaten
- 4 junge Zucchini
- 4 Kohlrabis
- 4 Fenchelknollen
- 100 ml Rapsöl
- Pfeffer aus der Mühle
- Meersalz
- feingewiegte Petersilie
- 1 Ananas
- etwas Honig
- 1 Becher Kräuter-Crème-fraîche
- 1 Becher Knoblauch-Crème-fraîche
- Knuspriges Brot nach Wahl

Zubereitung:

▷ Die Maiskolben etwa zehn Minuten – ohne Salz! – vorkochen. In der Zwischenzeit das restliche Gemüse waschen und putzen. Das gesamte Gemüse gut abtrocknen. Paprikaschoten in Stücke oder Ringe schneiden. Die Tomaten kreuzweise einschneiden. Die Zucchini längs halbieren. Fenchelknollen und Kohlrabi in Stücke oder Scheiben schneiden.

▷ Das Gemüse mit Rapsöl bepinseln, pfeffern und salzen und unter mehrmaligem Wenden auf dem Rost grillen. Grillzeit: je nach Größe acht bis zehn Minuten. Nach dem Grillen je nach Geschmack mit fein gewiegter Petersilie oder anderen Kräutern bestreuen.

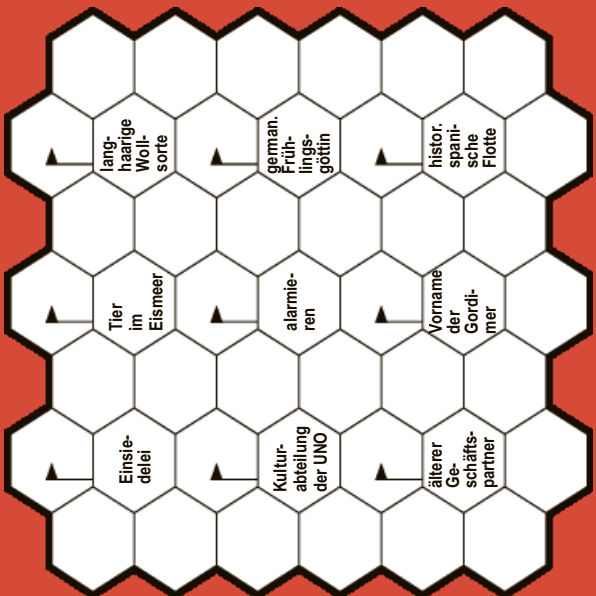
▷ Ananas in Scheiben schneiden, diese halbieren und von beiden Seiten einige Minuten grillen. Mit etwas Honig beträufelt servieren. Dazu Kräuter- beziehungsweise Knoblauch-Crème-fraîche und knuspriges Brot servieren.

Pro Portion: 332 kcal (1447 kJ), 8,4 g Eiweiß, 19,3 g Fett, 27,5 g Kohlenhydrate

RÄTSEL und DENKSPORT

Meeresstachelhäuter (Mz.)	EEMNN RRTU	ERST	AAEIN ORST	ELZ	ABNRU	BEI	EEL MNO	ADEEN RRST	AOSS	AAI ILT	EEL	NR
Einnahmen			Beweis der Abwesenheit			EGI RRW	Monatsanfang					
					EEG IIN	ein Edelmetall			Speisefisch			EKN NOT
				küren						AHOSX	AEIKT	
Verwegenheit			EELN		Vorname Seelers		HORT		chines. Stadt an d. Seidenstraße			
farbliche Abstufung					ENP	Helm aus Leder						
				GU	'Prag' in der Landessprache				ER	Initialen der Turner		
Kopffüßler						Tragödie von Aischylos						
mäkeln					er-dulden							

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---



LÖSUNGEN

THENSE

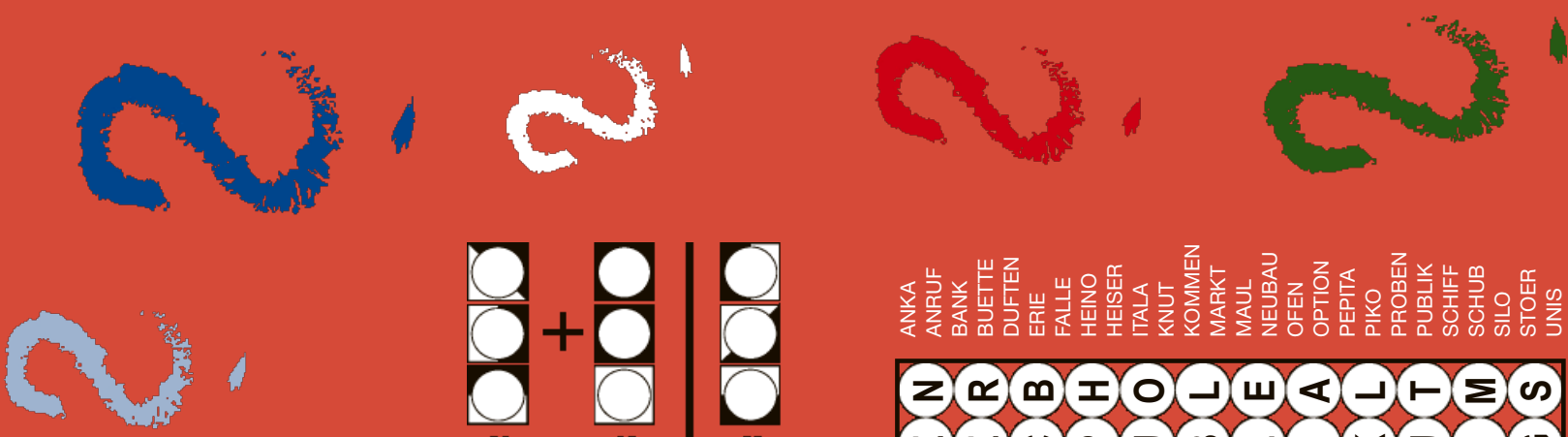
4 6 6 - 8 2 = 3 8 4
 4 5 1 - 3 2 9 = 1 2 2
 9 1 7 - 4 1 1 = 5 0 6

O I N I D A M
 C S E N A R
 S U A W A O S
 E K L N A A N
 S O N A R O G

SEESTERNE
 RREALLIBI
 UMSATZAN
 MUTIEREN
 N LORIUN
 TOENUNG
 SEPIAIP
 NOERGELIN
 ERTIRAGIEN

DISKOMMEN
 UPEISTOERN
 FERPLINFP
 TONP
 EBUEITONP
 NEHMFAB
 ANRUFALLE
 SEIENFALLE
 CHUEUKAL
 SUIAAL
 S PBMU

ANKA	ANRUF	BANK	BUETTE	DUFTEN	ERIE	FALLE	HEINO	HEISER	ITALA	KNUT	KOMMEN	MARKT	MAUL	NEUBAU	OFEN	OPTION	PEPTA	PIKO	PROBEN	PUBLIK	SCHIFF	SCHUB	SILO	STOER	UNIS	
D	P	S	K	O	M	M	E	E	R	N	A	S	H	E	I	S	E	U	K	U	N	A	I	M	G	S
U	P	E	S	I	S	L	N	O	T	F	A	L	L	E	A	R	I	A	L	L	T	M	S			
F	R	S	P	I	T	O	T	E	M	F	A	L	L	E	A	R	I	A	L	L	T	M	S			
T	O	P	E	T	T	O	T	E	M	F	A	L	L	E	A	R	I	A	L	L	T	M	S			
E	B	U	E	H	F	U	R	E	I	S	E	U	K	U	N	A	I	M	G	S						
N	A	N	R	E	I	S	E	U	K	U	N	A	I	M	G	S										
S	L	C	H	U	M	B	I	A	L	L	E	A	R	I	A	L	L	T	M	G	S					
N	C	H	U	M	B	I	A	L	L	E	A	R	I	A	L	L	T	M	G	S						
S	U	G	U	P	B	M	A	I	M	G	S															
M	X	U	P	B	M	A	I	M	G	S																





Aus Erdbeeren lässt sich ein fruchtiger Ketchup machen: Der schmeckt zum Beispiel fantastisch zu einem Rindfleisch-Burger-Patty mit Rucola und Brie (links). Eine Vinaigrette aus dem Obst verfeinert wiederum Obatzter aus Ziegenkäse (rechts). Fotos: dpa

Aschendorff Direkt

Wir suchen zu sofort zuverlässige
PROSPEKTVERTEILER

(m/w) ab 13 Jahren auf
Minijob-Basis für die
Verteilung am Samstag bei
freier Zeiteinteilung bis 18 Uhr in
TECKLENBURG-STADT
und **LIENEN**.

Wir freuen uns auf Dich!
Telefon (02 51) 690-664
Montag-Freitag 8.00-17.00 Uhr
zustellerbewerbung@aschendorff.de

Stichwort: Prospektverteiler

LW **DAS LENGERICHER ANZEIGENBLATT Impressum**

Verlag:
Aschendorff Medien GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 60 00
Fax 02 51/6 90 80 80 90

Anzeigenleitung:
Marc Arne Schümann
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 60 00
Fax 02 51/6 90 80 80 90
verlagsleitung@aschendorff-medien.de

Anzeigenannahme:
Westfälische Nachrichten
Tel. 05 481/93 78-0
Fax 05 481/93 78-59
E-Mail:
Anzeigen.len@aschendorff-medien.de
Rathausplatz 12, 49525 Lengerich

Redaktionsleitung:
Claudia Bakker
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 99 40 50
Fax 02 51/6 90 80 75 90

Vertrieb:
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 99 40 50

Druck:
Aschendorff Druckzentrum
GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Das Lengericher Wochenblatt erscheint
in Verbindung mit der Tageszeitung
Westfälische Nachrichten, Lengerich.

Anzeigenpreisliste vom 1. Januar 2018

AGM | Anzeigenblattgruppe
Münsterland

Ernte der Erdbeere verlängern

Monatspflanzen entwickeln ständig neue Blüten - und somit auch Früchte.

Von wegen Saison-Obst: Erdbeeren lassen sich den ganzen Sommer über auf Balkon, Terrasse und im Garten ernten. Sogenannte Monatserdbeeren entwickeln ständig neue Blüten - und damit neue Früchte.

Aus Sicht der Gartenbauwissenschaftlerin und Buchautorin Natalie Faßmann sind diese Erdbeeren daher besonders attraktiv für einen Anbau im Kübel oder Balkonkasten. „Die Früchte der Monatserdbeeren sind zwar kleiner als die der einmaltragenden Gartenerdbeeren, doch kann man im Lauf des Sommers genauso viele Früchte von einer Pflanze ernten“, sagt Faßmann. Die größeren und bekannteren Erdbeeren sind in der Regel so gezüchtet, dass sie nur einmal im Jahr tragen - je nach Sorte von Mai bis Juli.

Erdbeeren (*Fragaria*) sind fast überall auf der Nordhalbkugel heimisch. „Schon in der Steinzeit sollen die Menschen Erdbeeren gegessen haben“, sagt Matthias Schuh, Museumsgärtner im Freilichtmuseum am Kiekeberg bei Hamburg. Die heutigen Früchte haben jedoch mit den Früchten von damals wenig gemein. „Unsere Gartenerdbeeren sind Züchtun-

gen aus dem 18. Jahrhundert, die aus Kreuzungen unserer Wald- mit der Chile- und der Scharlach-Erdbeere aus Amerika entstanden sind“, erklärt Schuh. Der Grund für diese Neuzüchtungen: Die amerikanischen Arten *Fragaria chiloensis* und *virginiana* bilden zwar große, aber wenig aromatische Früchte, während die Früchte der europäischen Art *Fragaria vesca* süß, aber sehr klein sind. Die Kreuzungen verbinden die guten Eigenschaften.

Wer auch im kommenden Jahr eine eigene Ernte einfahren will, muss sich bald schon um die Pflanzen kümmern. Denn: Erdbeeren tragen nur in den ersten Jahren gut Früchte. Danach sollte man sie ersetzen, damit der Anbau rentabel bleibt. „Die Pflanze wird

bildet kaum Blüten und nur kleine Früchte“, sagt Schuh.

Erdbeeren können zwar Samen bilden, aber gerade bei einmaltragenden Sorten ist die Vermehrung über Ausläufer aussichtsreicher. „Die Ausläufer kann man abnehmen und direkt in ein frisches Beet setzen“, erklärt der Gärtner. Das geschieht im August und September, im Handel gibt es oft zu Beginn des Sommers Jungpflanzen. Aber: „Wenn man Erdbeeren setzt, tragen sie erst im darauffolgenden Jahr Früchte“, sagt Schuh.

Kommen die Pflanzen auf den Balkon, brauchen sie genug Platz. Faßmann empfiehlt einen Topf mit einem Durchmesser von 20 Zentimetern für eine Pflanze oder einen 50 Zentimeter langen Kasten für zwei. Beim Substrat rät sie zu

Aussaats-

oder Kräutelerde. „Normale Blumenerde ist für Erdbeeren zu stark gedüngt und würde die salzempfindlichen Wurzeln angreifen.“ Damit die Pflanzen viele Blüten bilden, empfiehlt Faßmann, diese drei Wochen nach dem Setzen wöchentlich mit einem Blühpflanzen-Dünger zu versorgen.

In einem Beet mit einem lockeren, humusreichen Boden müssen Erdbeeren weniger gedüngt werden. „Hier reicht es oft, mit Kompost oder wenig Gartendünger die Pflanzen zu ernähren“, sagt Simon Schumacher, Geschäftsführer des Verbands Süddeutscher Spargel- und Erdbeeranbauer. Die Gewächse sollten regelmäßig gegossen werden - am besten so, dass Blätter und Früchte nicht nass werden. Ein vollsonniger, leicht windiger Standort, damit Regenwasser abtrocknen kann, sei ideal. (dpa)



Buch-Tipp

Natalie Faßmann:
„Mein wundervoller
Naschbalkon: Mit Ge-
müse, Obst und Kräutern
ideenreich gestaltet“, Ver-
lag Eugen Ulmer, 2015,
142 Seiten, 19,90 Euro.
ISBN: 9783800180615