

Karin Hohegger

Hans-Christian Kogler  
(Illustration)

# Warum krumme GURKEN glücklich machen

GEMÜSEGESCHICHTEN  
AUS GROSSMUTTERS  
GARTEN

25 x Wissenswertes,  
Anbautipps & Rezepte

Anton Pustet  
Verlag



# INHALT

Das Radieschen	8
Der Salat	16
Der Rucola oder die Rauke	24
Der Kohlrabi	30
Der Spinat	36
Die Erbse	44
Chili, Pfefferoni und Paprika	50
Der Brokkoli und der Karfiol	56
Die Gurke	64
Die Zucchini und der Ufokürbis	72
Die Tomate	80
Der Mangold	86
Die Melanzani, Aubergine oder Eierfrucht	92
Das Weißkraut	100

Die Bohne	106
Der Mais	114
Der Kürbis	122
Die Kartoffel	130
Die Karotte	136
Der Sellerie	142
Die Rote Rübe	148
Der Lauch	154
Radicchio, Zuckerhut und Endivie	160
Der Grünkohl	168
Der Sprossenkohl	174

Kochen macht gemeinsam noch viel mehr Spaß: Holt euch Unterstützung von Erwachsenen, wenn ihr die Rezepte im Buch ausprobieren wollt!



# ES WIRD FRÜHLING

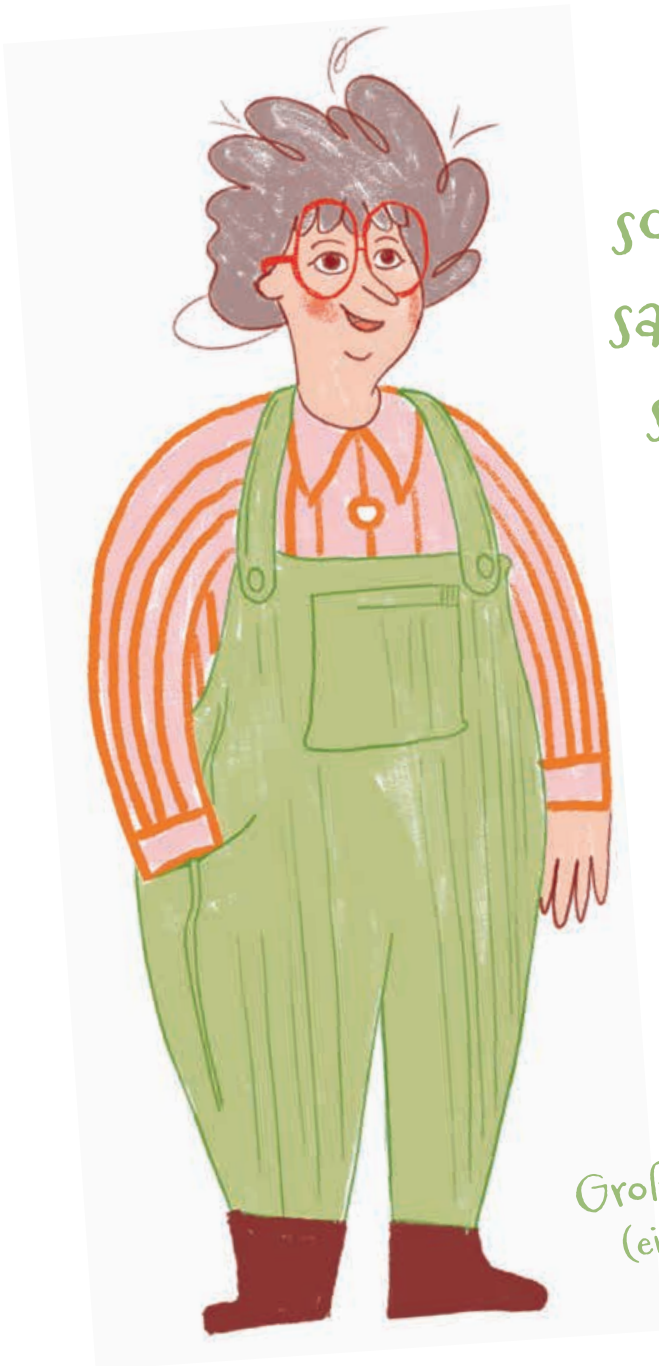
**D**ie Zehen kribbeln, die Haare schwingen und in der Nase kitzelt mich der Wind. Ich kann nicht anders, ich muss beim Gehen hüpfen, denn wir fahren endlich wieder zu Großmutter. Sie hat einen großen Garten und runzelige Hände.

„Das kommt davon, dass meine Finger mit den Pflanzen und der Erde sprechen“, hat sie mir erklärt.



Unsere Großmutter ist einmalig. Wenn wir sie besuchen, gibt es immer frisches Gemüse. Damit wir es gerne essen, hat sie sich feine Rezepte und fabelhafte Geschichten ausgedacht.

„Ihr werdet schon sehen“, sagt sie, „Gemüse steckt voller Überraschungen.“



„Ihr werdet  
schon sehen“,  
sagt sie, „Gemüse  
steckt voller  
Überraschungen.“

Großmutter  
(einmalig)

Es geht los. Zum ersten Mal dürfen wir allein mit dem Bus zu Großmutter fahren. Ich bin schließlich schon elf Jahre alt.

„Ida“, sagt meine Mutter, „pass auf, dass du die Haltestelle nicht verpasst, und sorg dafür, dass die zwei nicht streiten.“ Mit den zweien meint sie meine jüngeren Brüder, Anton und August. Und weil mich das alle fragen: Anton will nicht Toni genannt werden und August heißt nicht nur ein Monat, sondern eben auch mein jüngster Bruder.

Ida, also ich



Anton

August



(die zwei)

„Da geht es ihm ja richtig gut“, hat ein Schulfreund gesagt, „mit so einem Namen hat er das ganze Jahr Sommerferien.“

„Das ist Blödsinn“, habe ich geantwortet, „den Namen August spricht man anders aus! Hast du das noch nicht bemerkt?“

Wenn jemand Witze über meine Brüder macht, dann verstehe ich keinen Spaß.



# DAS RADIESCHEN

Im Frühling sieht Großmutter's Garten aus wie meine Lieblingsbettdecke, überall bunte Farbkleckse von den Blumen.

„Komm, Ida, wir inspizieren die Frühbeete“, sagt Großmutter.

„Wie geht inspazieren?“, fragt August.

„Inspizieren, so nennt man das, wenn man etwas genau anschaut“, antwortet Großmutter, setzt die Brille auf die Nase und mustert August von oben bis unten.

„Ich will auch inspazieren“, sagt August. Großmutter und ich verdrehen die Augen.

In den Frühbeeten keimen die Gemüsepflanzen. Frühbeete sind viereckige Holzkästen, die mit alten Glasfenstern abgedeckt werden. Weil das die Wärme speichert, wächst dort alles früher und schneller.

„Seht ihr, die ersten Blätter sind schon da. Das sind die Keimblätter. Sie sehen aus, als würden sich kleine Hände oder Flügel entfalten. Später kommen die Laubblätter, die sehen oft anders aus.“

Großmutter ist besorgt um ihre Pflanzenkinder und deckt die zarten Pflänzchen jede Nacht zu, indem sie einen alten Teppich auf die Fenster legt.

Sie beugt sich tief über das Beet und zeigt auf die Winzlinge, dabei fällt ihr die Brille von der Nase. Ich hebe sie auf.

„Du musst deine Bügel biegen“, sagt Anton, der sich mit rutschenden Brillen auskennt, weil er selbst eine trägt.

„Tja, da hast du recht oder ich lasse einfach meine Ohren wachsen“, meint Großmutter. Da muss Anton lachen.

„Juchhu – da sind schon fertige Radieschen!“ Ich zeige auf einen Schopf mit grünen Blättern, darunter ragen rote, runde Knöpfe aus der Erde. Ich darf die Radieschen mit dem Blätterschopf herausziehen, das geht leicht und bald habe ich zwei Hände voll geerntet.

„Jetzt gibt es Frühlingsbrote mit Radieschen“, sagt Großmutter und schickt uns noch einmal in den Garten, um Gänseblümchen zu pflücken.


JUCHHU!



Wir sind alle hungrig. Der gedeckte Tisch auf der Holzveranda sieht verlockend aus. Brot und Butter stehen bereit, der Aufstrich ist mit Gänseblümchen geschmückt und die Radieschen in Scheiben geschnitten.

„Wollt ihr jetzt die erste Gemüsegeschichte hören?“, fragt Großmutter und verteilt den Aufstrich auf unseren Tellern. Wir haben den Mund voll und können daher nur begeistert nicken.





„Jetzt gibt es Frühlingsbrote  
mit Radieschen“, sagt  
Großmutter und schickt uns  
noch einmal in den Garten, um  
Gänseblümchen zu pflücken.



# WIE DAS RADIESCHEN ROT WURDE

**E**s war einmal ein Riese, der kein Fleisch essen wollte. Eigentlich war es ein Riesenkind. Für einen Riesen ist es äußerst unpraktisch, kein Fleisch zu essen. Schon ein kleines Riesenbaby verzehrt üblicherweise drei Hühnchen am Tag. Bei den Riesenvätern kann es schon einmal ein halber Ochse sein. Stellt euch das vor! Und nach jeder Mahlzeit werfen die Riesen die Knochen einfach über ihre Schulter.

Auf diese Weise hatte das Riesenkind einmal einen dicken Knochen auf den Kopf bekommen. Von dem Zeitpunkt an wollte es weder mit Knochen noch mit Fleisch etwas zu tun haben. Es wollte auch nicht mehr Bäume ausreißen spielen und schon gar nicht Felsen rollen.

„Was so ein Schlag auf den Kopf alles anrichten kann“, sagte die Riesenmutter besorgt.

Am liebsten wollte das Riesenkind am Rand des Gebirges sitzen und hinunter zum Dorf der Menschen schauen. Dort gab es immer viel zu beobachten. Besonders angetan hatte es ihm ein Häuschen am Waldrand, in dem eine alte Frau und ein Mädchen lebten.

Riesen und Menschen waren nicht gut aufeinander zu sprechen. Wenn sich ein Riese dem Ort und den weidenden Tieren näherte, gab es jedes Mal Alarm, und er wurde mit brennenden Pfeilen vertrieben. So blieb dem Riesenkind nichts anderes übrig, als aus der Ferne dem Treiben im Dorf zuzusehen. Dabei beobachtete es eines Tages, wie der Sturm während eines Gewitters einen großen Baum umriss.

„Rumms“ machte es, und der Baum krachte auf das Dach des kleinen Häuschens am Waldrand.

Das Mädchen weinte und die alte Frau saß still und verzweifelt vor dem zerstörten Dach. So sehr sich die beiden auch bemühten, sie konnten den großen Baum keinen Millimeter bewegen. Da kam die Stunde des Riesenkindes. Als es dunkel wurde, schlich es in Riesenschritten den verschlungenen Weg zum Dorf hinunter, und als es ganz dunkel war, stand es vor dem Häuschen und dem Baum, der selbst für ein Riesenkind nur schwer zu bewegen war. Doch es gelang! Mit Ächzen und Stöhnen hievte es den Baum vom Dach herunter und rollte ihn neben das Häuschen. Davon wachten die Frau und das Mädchen auf. Sie sahen gerade noch, wie sich das Riesenkind auf den Weg zurück in die Berge machte und dabei nicht einmal ein einziges Hühnchen mitnahm.

Zu dieser Zeit wuchsen in dem Garten am Waldrand Radieschen in Hülle und Fülle.

„Riese hin oder her, er hat uns geholfen und verdient dafür Dank“, sagte die Frau und stellte eine große Schüssel mit Radieschen an den Rand des Waldes, genau dorthin, wo der Weg aus dem Gebirge endete.

Das beobachtete das Riesenkind und nahm das Geschenk dankbar an, denn es war ständig hungrig. Radieschen haben für Menschen die Eigenschaft, den Hunger zu stillen und das Abnehmen zu erleichtern, bei Riesen entfalten sie jedoch Zauberkräfte: Sie schrumpfen, sobald sie ein Radieschen essen.

So kam es, dass aus dem Riesenkind kein richtiger Riese, sondern nur ein Rieslein wurde: ziemlich winzig für einen Riesen und immer noch sehr groß für einen Menschen. Dass eine kleine Pflanze so eine gewaltige Wirkung entfalten konnte, erschien den Leuten aus dem Dorf äußerst bemerkenswert. Die längliche weiße Wurzelknolle galt nicht als Gemüsespezialität. Doch nun wurde das Radieschen im ganzen Ort bestaunt, und vor lauter Stolz und Freude schwoll es mächtig an und wurde ganz rot. Seither hat es sowohl diese Form als auch die Farbe behalten.

Aber nicht nur für Riesen, auch für uns hält die kleine, rundliche Wurzelknolle besondere Kräfte bereit. Vor allem im Frühjahr kurbelt es die Verarbeitung der Nahrung im Körper an und versorgt uns mit Vitaminen. Wir werden zwar nicht kleiner, aber dafür gesünder.





## Scharfe Radieschen

könnt ihr salzen, dann werden sie milder. Dazu ein Kräutersalz verwenden und sparsam einsetzen, sonst sind die Radieschen zwar mild, aber dafür versalzen.

### Zutaten

1 EL Radieschensamen  
1 Glas Wasser  
ein Keimglas oder  
eine flache Schale  
optional eine  
Sprühflasche

### Rezept für Keimsprossen

Radieschensamen 12 Stunden in Wasser einweichen. Das Wasser abgießen und die Samen in einem Keimglas oder in einer Schale 3–5 Tage keimen lassen. Die Samen nicht in die pralle Sonne stellen und täglich befeuchten oder mit einer Sprühflasche besprühen. Die Keimsprossen vor dem Verzehr noch einmal abspülen. Eine ideale Beigabe für Frühlingsaufstriche und Salate.



# TIPPS UND TRICKS aus Großmutter's Gemüsebox

**Stellt euch vor:** Radieschen sind mit dem Rettich verwandt. Erste Hinweise auf ihre Kultur gibt es seit dem 16. Jahrhundert.

**Das könnt ihr ausprobieren:** Radieschen könnt ihr sogar in Blumenkistchen anbauen. Am besten sät ihr die Samen schon im März im Abstand von 5 Zentimetern aus. Sobald die Radieschen so groß sind wie euer Daumen, könnt ihr mit der Ernte beginnen.

**Darauf solltet ihr achten:** Vergesst nicht, die Radieschen im Beet oder im Blumenkistchen zu gießen, sonst werden sie scharf. Wenn ihr sie zu spät erntet, werden sie holzig. Und wenn es zu warm wird, beginnen sie zu schießen – peng! Das klingt gefährlich, ist es aber nicht. Gärtnerinnen und Gärtner sagen „schießen“, wenn Pflanzen in die Höhe wachsen und Blüten und Samen bilden.

**Die Auswahl:** Wer keine scharfen Radieschen mag, nimmt die Sorte „Cherry Belle“ mit einem angenehm milden Geschmack. Für den Balkon eignen sich vor allem die Sommerradieschen, die nicht so leicht schießen, wie die Sorten „Rudi“ oder „Sora“. Wer schon früh im Jahr (Februar) Radieschen anbaut, kann es mit der Sorte „French Breakfast“ versuchen, sie ist zweifarbig, länglich und elegant – eine richtige Französin.

**Für Feinspitze:** Radieschen esst ihr am besten roh, da sind sie schön knackig und ihr bekommt alle Vitamine. Sie können aber auch gedünstet werden und verlieren dabei ihre Schärfe. Geplatze Knollen müsst ihr übrigens nicht wegwerfen, sie können einfach ausgeschnitten und weiterverwendet werden. Die klein geschnittenen Blätter könnt ihr für Suppen und Saucen verwenden, indem ihr sie zum Schluss darüberstreut wie Petersilie. Sie ergeben außerdem ein schmackhaftes Pesto. Ihr könnt Radieschen auch als Sprossen ziehen, das sind die Keimlinge der Radieschen. Sie schmecken ähnlich wie Radieschen, nur etwas feiner und weniger scharf. Radieschensprossen sind sehr gesund.



Mit 25 köstlichen  
Rezepten!

# Achtung! Dieses Buch macht richtig Lust auf Gemüse!



Was haben Prinzessinnen und Drachen mit Gemüse zu tun? Wie kommen die Röschen an den Kohl? Und seit wann kann man Ufos essen?

Großmutter hat auf all die Fragen eine Antwort. Gemeinsam mit Ida, Anton und August begleiten wir sie querbeet durch ein Gartenjahr und erfahren, welche Sorten sich für den Anbau eignen und was sich mit Gemüse einfach zubereiten lässt. Nach getaner Arbeit erzählt sie fantasievolle Geschichten, die sie gemeinsam mit ihren Gerichten aufischt.



9 783702 511913