

## Gründüngung

„Was blüht da so schön auf des Bauers Feld?“ - „Eine Gründüngung, die auch Insekten gefällt!“

Unbewachsene Erde kommt in der Natur eigentlich nicht vor. In unseren Gärten entstehen durch die Gemüseernte und das Entfernen von Unkraut oft freie Flächen. Bei solchen freien Flächen kommt es schnell zu Verschwemmungen von Nährstoffen und Bodenerosionen. Bodenlebewesen fühlen sich hier nicht wohl und finden weniger Futter. Im Sommer können unbedeckte Ackerböden sich sogar stärker aufheizen als Asphalt!<sup>1</sup> Uff.

Deshalb lautet eine Faustregel der Regenerativen Landwirtschaft: „Vollbart statt Glattrasur für den Boden!“<sup>2</sup>. Gesagt, getan: Gründüngung! Anders als der Name vermuten lässt, handelt es sich dabei nicht um ein Präparat, das dem Boden zugegeben wird, sondern um eine **Zwischenfrucht**, die den Boden nachhaltig verbessert. Meistens wird eine Gründüngung nach dem Abernten der Feldfrüchte im Spätsommer und Herbst ausgesät, damit sie in den Boden bis zur nächsten Saison im Frühjahr lockert, bedeckt, vor Unkraut und Erosion schützt und mit Nährstoffen anreichert.

Je nach Bedarf eignen sich unterschiedliche Pflanzen als Gründüngung. Hülsenfrüchte (Leguminosen) wie Klee, Lupinen oder Ackerbohnen führen dem Boden über Knöllchenbakterien, die an ihren Wurzeln leben, wertvollen Stickstoff zu. Winterroggen wächst auch bei niedrigen Temperaturen und lockert den Boden mit seinen tiefen Wurzeln. Auch Sonnenblumen wurzeln tief, befördern Nährstoffe nach oben und sehen auch noch schön aus! Phacelia oder Esparsette sind regelrechte Insektenmagneten und verwandeln den Acker in eine summende Spielwiese für Biene und Co.<sup>3</sup>

Natürlich können viele dieser Pflanzen auch zusammen ausgesät werden. Eine besonders beliebte Kombination ist z.B. Wicke und Roggen (Wickroggen). Im Herbst und Winter legt der Roggen vor, indem er den Boden komplett bedeckt und fleißig durchwurzelt, während im Frühling die Wicken an ihm emporklettern und als Leguminosen emsig Luftstickstoff im Boden anreichern.<sup>4</sup>

Wer das nächste Mal vor einem Feld voller blühendem Klee steht weiß nun: „Dieser Bauer hat’s kapiert – hat seinen Boden nicht glattrasiert – Ihn stattdessen grün gedüngt – und somit nachhaltig verjüngt!“

(1) <https://www.bauernzeitung.ch/dossier/pflanzen/unbedeckte-ackerboeden-sind-in-zukunft-verboten-493067>

(2) <https://www.juckerfarm.ch/farmticker/hintergruende/vollbart-statt-glattrasur-fuer-den-boden/>

(3) <https://www.meine-ernte.de/selbstversorgung/pflege-ernte/gruenduengung/>

(4) <https://solawi-superschmelz.de/2023/12/05/ackerwissen-winterchampion-wick-roggen/>