

# DRINNEN & DRAUSSEN

www.waz.de/drinnendraussen

## Schöner wohnen mit Gemüse

Mikrogärtner bauen im Wohnzimmer Kräuter, Salat oder Möhren an: Dank Wachstumslampen und spezieller Nährlösung soll das auf engstem Raum funktionieren – erfunden hat das Prinzip die Nasa

Von Jürgen Laarmann

**Essen.** Gesunde Lebensmittel, am besten frisch und bio, das ist bei Großstädtern schon länger angesagt. Jetzt kommt noch eine Portion „Do it yourself“ dazu – sprich: Die urbanen Farmer setzen zumindest zum Teil auf Selbstversorgung. Nicht nur um den Anbau persönlich kontrollieren zu können, sondern ganz einfach aus Freude am Grün und am entspannenden Gärtnern. So wird auf Balkons, Terrassen und Fensterbänken gesät und gepflanzt, was das Zeug hält.

### Jenseits von Balkon und Blumenbeet

Was aber tut man, wenn man selbst nicht über Anbauflächen an der freien Luft verfügt, zum Beispiel in einem Mietshaus ohne Balkon? Auch das ist mittlerweile kein Problem mehr. Micro Gardening heißt das Zauberwort – es geht dabei um den Anbau von Lebensmitteln auf kleinstem Raum und ohne natürlichen Boden, sondern in Systemen, die eigens dafür entwickelt wurden.

Pionier auf dem Micro-Gardening-Markt ist Aerogarden, deren gleichnamiges System sich in den letzten Jahren bereits eine halbe Million Mal verkauft hat. Der Hersteller rühmt sich mit einer von der Nasa entwickelten Technologie, bei der Pflanzen unter Kunstlicht halb in der Luft, halb in nährstoffgetränktem Wasser fünfmal schneller wachsen als in der Natur. Was in der Antarktis oder im Weltraum funktioniert, klappt in mitteleuropäischen Wohnzimmern natürlich erst recht. Aufgrund der einfachen Bedienbarkeit sind solche Geräte auch für Einsteiger gut geeignet.

Der Erfolg des Micro-Gardening-Pioniers inspirierte zahlreiche Start-up-Unternehmen zu neuen Erfindungen rund um die Heimaufzucht von Pflanzen, die immer raffinierter und vielfältiger werden. Was manche vielleicht schon immer vermutet haben: der illegale Cannabisanbau hat tatsächlich eine Vorreiterrolle in der Entwicklung neuer Gartenbautechnologien für den Innenbereich gespielt. Das erfolgreichste



Küchenkräuter und Wurzelgemüse anbauen, zubereiten, essen – dank Aeroponik soll das jetzt alles in der Wohnküche stattfinden. FOTO: ISTOCK/NEUSTOCKIMAGES

deutsche Start-up dieser Branche ist derzeit das Berliner Unternehmen Infarm. Die findigen Gründer Guy und Erez Galonska beliefern mit ihren vertikalen Farmen nicht nur Hunderte Restaurants, Hotels und Supermärkte, sondern auch interessierte Privatleute.

Und wer sich immer noch fragt, was Wohnen und Gemüse miteinander zu tun haben, sollte in den aktuellen Katalog eines großen schwedischen Möbelhauses schauen – dort gibt es „Växer“ und „Krydda“. In Zusammenarbeit mit der schwedischen Universität für Agrar-

### Das Mikrogärtner-ABC

■ **Hydroponik** nennt sich die Gewächshauskultur ohne Erde, mit Nährlösung und Kunstlicht.

■ Bei **Aeroponik** hängen die Wurzeln in der Luft und werden mit Nährstofflösung besprüht.

■ Die **Aquaponik** verbindet Hydrokultur und Fischzucht zu einem effizienten Kreislauf.

■ Im **Algenreaktor** baut man ein- oder mehrzellige Algen an, auch als Nahrungsergänzungsmittel.

■ Im **Projekt „Eden-ISS“** nutzen deutsche Polarforscher Aeroponik, um am Südpol in Containern Gemüse anzubauen.

Hier gärt- nert die Generation Smart-phone.



FOTO: HO

wissenschaften hat das Unternehmen Pflanzsets zum Selbstzusammenbauen entwickelt, bestehend aus Saatkörnern, Wurzelkissen, Keimer, Bimssteinen sowie Pflanztöpfen, und natürlich gibt es auch ein passendes, extra designtes Anbau-Regal dazu.

### Junges Gemüse direkt aus der Düse

Besonderen Sinn macht die Heimaufzucht bei Microgreens – so nennt man die Variante ganz jung essbarer Gemüsesorten, die bei gleichem Geschmack einen vielfach höheren Anteil an Nährstoffen und Vitaminen enthalten als ihre ausgewachsenen Artgenossen. Manchem gelten sie bereits als unverzichtbarer Bestandteil gesunder Ernährung, vermarktet werden sie auch unter dem klingenden Namen „Superfoods“. Tatsächlich ist für die heimische

Zucht von Mikrogrünzeug alles geeignet, was Samen hat und recht schnell keimt. Als besonders gesund gelten Brokkoli, Fenchel, Radieschen, Rucola und Rote Bete.

Anbau und Verzehr in der Wohnung sorgen auch dafür, dass anders als bei Gemüse, das man im Supermarkt kauft, viele Vitamine, Antioxidantien und andere Nährstoffe nicht auf dem Transport verloren gehen. Mal ganz abgesehen davon, dass Supermarkto Obst oft so früh geerntet wird, dass die Nährstoffe noch gar nicht voll ausgereift sind.

### Fazit: Machbar, aber nicht sinnvoll

So weit die grüne Theorie. In der grauen Praxis ist alles ein bisschen anders. Der Aufbau eines Einsteigermodells vom Marktführer gestaltet sich tatsächlich so einfach wie angepriesen. Die mitgelieferten Gourmetkräuter-Samen

stecken in Kapseln, die man einfach in vorgegebene Öffnungen setzt.

Etwas Wasser und die mitgelieferten Nährstoffe dazugeben – und schon kann man dem dekorativen Heimgarten beim Wachsen zuschauen.

Bei den Preisen der Saatgutkapseln schlackern allerdings die Ohren: Die meisten Kits für eine Befüllung des Aerogarden sind teurer als ein Großeinkauf auf dem Wochenmarkt, ökonomische Vorteile ergeben sich also nicht. Hässlich grelles LED-Licht muss man obendrein in Kauf nehmen. Dafür wachsen die Kräuter tatsächlich innerhalb von wenigen Wochen heran. Erntet man sie nicht sofort, werden sie dann jedoch auch sehr schnell schimmelig.

Das einzige Argument bleibt damit die Zeitersparnis, genug Sonnenlicht gibt es ja in Deutschland frei Haus, anders als in der Polarnacht oder hinter dem Mars. Man kann also auch weiterhin einfach einen Beutel Sämereien kaufen und in Blumenkasten oder Weckglas einpflanzen. Petersilie oder Basilikum wächst auf der Fensterbank auch ohne Nasa oder Ikea.

### DREI FRAGEN AN



Ralf Margout, Interkey Fachverband FOTO:INTERKEY.DE

### Abschied vom Schlüssel?

#### 1 Rund ums Haus gibt es in der Regel diverse Türen – lohnt sich der Umstieg auf elektronische Schließsysteme?

Gegenüber herkömmlichen mechanischen Schließsystemen bietet die elektronische Variante einige Vorteile. Vor allem die Wiederherstellung der Sicherheit bei Schlüsselverlust: Während bei mechanischen Schließsystemen oft die ganze Schließanlage ausgetauscht werden muss, wird bei elektronischen Systemen einfach das verlorene gegangene Identmedium ausprogrammiert. Ferner lassen sich digitale Systeme flexibler erweitern und umprogrammieren, wenn etwa neue Türen oder neue Nutzer hinzukommen. Außerdem können die Systeme komfortabler in der Bedienung sein – selbstverriegelnde Schösser verhindern etwa, dass beim Verlassen der Wohnung nur die Schlossfalle ausgelöst wird.

#### 2 Manche Schlösser lassen sich schon drahtlos per Smartphone bedienen – sind die Tage des klassischen Schlüssels gezählt?

Neben der Bedienung über Smartphones mit NFC-Technik gibt es verschiedene Arten von Transpondern, welche auch mit mechanischen Schlüsseln kombiniert sein können. Außerdem gibt es Handsender, Fingerscan, Irisscan oder die Öffnung per Zahlenkombination. Ganz komfortabel geht es auch, indem Motorzylinder, Motorschlösser oder Drehflügelantriebe die Türen nach der Identifizierung automatisch öffnen, sodass man nichts mehr anfassen muss. Beim Abschließen gibt es aber auch psychologische Faktoren. Wir sind es gewohnt, Schlösser mechanisch zu bedienen, die Wahl des geeigneten Mediums bleibt eine individuelle Angelegenheit. Der Schlüssel stirbt voerst nicht aus.

#### 3 Wie aufwendig ist der Wechsel zum elektronischen Türschloss?

In den ersten Anfängen mechatronischer Schließsysteme wurden diese oft aufwendig verkabelt, was die Stromversorgung oder die Vernetzung anbelangte. Somit waren gerade Nachrüstungen sehr aufwendig. Heutzutage setzen fast alle Hersteller auf batteriebetriebene Systeme, welche viele Tausend Schließzyklen halten. Herkömmliche Schließzylinder können so meist in wenigen Arbeitsschritten ausgetauscht werden. Die Montage sollte aber immer ein Fachmann vornehmen.

### ZAHL DER WOCHE

**313** Städte und Gemeinden in Deutschland wenden die Mietpreisbremse an, doch dämpfend wirkt sie laut einer DIW-Studie nur dort, wo vor ihrer Einführung die Mieten jährlich wiederholt um mindestens 3,9 Prozent gestiegen sind. Grund seien im Gesetz vorgesehene Erhöhungsspielräume für Vermieter im Rahmen von zehn Prozent in einem Vierjahreszeitraum.

## Was ist für Sie Zuhause, Rainer Bierwirth?

Wir fragen Menschen aus der Region, wie sie leben und wohnen – und was ihnen dabei besonders wichtig ist

Aufgezeichnet von Stefanie Roloff

**Mülheim a. d. Ruhr.** Im Grunde habe ich drei Zuhause: mein Haus in Mülheim an der Ruhr, den Firmensitz meines Unternehmens in meiner Geburtsstadt Essen sowie einen Rückzugsort im Sauerland. Unser Mülheimer Haus, in dem ich mit meiner Frau und unserer Magyar-Vizsla-Hündin lebe, stammt aus den 1990er-Jahren. Es hat eine rote Natursteinfassade und ist eher beschaulich mit einem schönen Garten, in dem ich an warmen Abenden gerne bei einem Glas Riesling mit meiner Frau zusammensitze. Auch im Inneren haben wir viel mit Naturmaterialien gearbeitet und durch eine breite

**„Unser Esstisch steht auf einem alten Teppich mit Naturmotiven, auf dem ich schon als Kind gespielt habe.“**  
Rainer Bierwirth, Essen genießen e.V.

Fensterfront vom Wohn- und Esszimmer aus einen wunderbaren Blick nach draußen. Überhaupt bin ich ein absoluter Naturmensch. Ich brauche die Luft, die Wiese und die Erde. Das Ruhrgebiet ist heute ganz anders als vor 50 Jahren. In meiner

Kindheit hat meine Oma die weiße Wäsche nur draußen getrocknet, wenn der Wind gut stand. Jetzt kommt man von überall her schnell in die Natur. Nicht umsonst ist Essen 2017 Grüne Hauptstadt Europas geworden. Beruflich bin ich seit 30 Jahren selbstständig mit einer Vertriebsagentur für Lebensmittel, die mein Vater 1960 gegründet hat. In der Öffentlichkeit kennt man mich aber vor allem durch die Gourmetmeile „Essen ... ver-

wöhnt“. Diese veranstaltet der Vetter Essen genießen e. V., dessen erster Vorsitzender ich bin, 2018 zum 20. Mal. Mir ist es wichtig, der Stadt Essen ehrenamtlich etwas zurückzugeben und die dortige Gastronomie zu fördern. Mittlerweile haben wir auch noch weitere Veranstaltungen initiiert, wie das Spargel-Gourmet-Festival, das dieses Jahr

Rainer Bierwirth (57), Inhaber einer Vertriebsagentur für Lebensmittel.

FOTO: KERSTIN KOKOSKA

über Pfingsten in der Essener Innenstadt stattfindet. Zum Ausspannen geht es dann in der Freizeit ins Sauerland. In Bödefeld an der Huna bewohnen wir immer noch das Haus meiner Eltern, das sie 1975 erbaut haben. Auch wenn dort inzwischen vieles modernisiert wurde – die Einrichtung ist noch so wie damals. Unser Esstisch zum Beispiel steht auf einem großen alten Teppich mit Naturmotiven, auf dem ich schon als Kind mit Autos gespielt habe. Ich finde es schön, mich mit Dingen zu umgeben, die mich schon seit meiner Kindheit begleiten. Es hält die Erinnerung an meine Familie wach, ohne die all das nicht möglich gewesen wäre.