

Sprosse und Keimlinge

Es gibt diverse Sprossen bzw. Keimlinge, die sich für Experimente mit kurzer Durchführungszeit eignen, da sie schnellwachsend sind. Alle im Dokument vorgeschlagenen Sprossen sind auch im Masse essbar. Die Tabelle enthält Richtwerte (Variation je nach Temperatur, Licht, Feuchtigkeit, etc.) und ist nicht schliessend.

Name Saatgut	Besonderheiten	Keimung und Aussaat	Ernte	
Kresse		<ul style="list-style-type: none"> im Geschmack leicht scharf und pikant sehr vitaminhaltig, reich an Vitamin A und C in der Küche vielseitig einsetzbar, z. B. für Salate, Dips, Suppen, o. Ä. 	<ul style="list-style-type: none"> Anspruchslos, kann auch im Freiland ausgesät werden. Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 3-6 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig
Mungbohne		<ul style="list-style-type: none"> Nussiger, leicht bitterer, teils süßlicher Geschmack Enthält viele ungesättigte Fettsäuren, diverse Mineralien und Vitamine Wird in der chinesischen Küche häufig verwendet 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 6-8 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig
Alfalfa / Luzerne		<ul style="list-style-type: none"> Reich an Kalzium, Vitamin C und Proteinen. Wird insbesondere im arabischen Raum „Königin aller Sprossen bzw. Vater aller Nahrungsmittel“ genannt Vielfältig einsetzbar für Salate, Gemüsebeilagen, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 7-10 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig
Salattrauke/Rucola		<ul style="list-style-type: none"> Nussiger, pikanter Geschmack Reich an diversen Vitaminen und Mineralien besonders in der italienischen Küche verwendet für Salate, Fleisch-, Nudelgerichte, Pizza, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 7-10 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig

Name Saatgut	Besonderheiten	Keimung und Aussaat	Ernte
Daikon-Rettich	 <ul style="list-style-type: none"> Im Geschmack relativ scharf, da er einen hohen Senfölanteil besitzt. Reich an diversen Vitaminen und Mineralien Wird häufig in der asiatischen Küche verwendet (insb. Suppen) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 5-7 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig
Bockshornklee	 <ul style="list-style-type: none"> Im Geschmack würzig Trägt seinen Namen aufgrund der schnabelförmigen Schote (Erinnerung an ein Bockshorn) und der kleeförmigen Blüte Wird gerne in der indischen Küche im Curry verwendet, aber auch für Suppen und Salate 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 4-8 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Nicht zu lange reifen lassen, da sie bitter werden. Ernte: ganzjährig
Lunja / Adzukibohne	 <ul style="list-style-type: none"> Im Geschmack relativ scharf, da sie einen hohen Senfölanteil besitzt. Reich an diversen Vitaminen und Mineralien. Rote Sojabohne 	<ul style="list-style-type: none"> Keimen am besten bei 21°C / Zimmertemperatur Aussaat: ganzjährig im Haus, auf feuchter Unterlage, an einem hellen Standort (z. B. Fenstersims) 	<ul style="list-style-type: none"> Keimsprossen sind nach ca. 5 Tagen bereit zum Ernten und Essen. Ernte: ganzjährig

Quelle: Andermatt Biogarten (biogarten.ch) & sativa (sativa.bio)

Gemüse, Kräuter und Wildblumen

Hier sind einige Gemüse, Kräuter und Wildblumen zusammengestellt, die sich im Rahmen des Expedio-Kapitels Pflanzen zum Beobachten, Entdecken und Forschen eignen. Sie können in Schalen und Töpfe ausgesät, bzw. anschliessend ausgepflanzt werden—in Taschen, Hoch- und Bodenbete, etc. Die Tabelle ist nicht abschliessend und die Angaben können je nach Sorte variieren.

Name	Ansprüche / Besonderheiten	Jahreskalender	Aussaat bzw. Pflanzung & Pflege	Ernte / Unterrichtshinweis																																							
Basilikum	<ul style="list-style-type: none"> LICHTKEIMER! Frostempfindlich in diversen Sorten erhältlich von rot-blättrig, über klein bis grossblättrig, mit zitronigem Duft, etc. 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■	■							Blüte/Ernte					■	■	■	■	■				<ul style="list-style-type: none"> einjährig kann in Schalen auf der Fensterbank angezogen werden 	<ul style="list-style-type: none"> Interessant für Forschungen zum Thema Licht, da Basilikum zum Keimen viel Licht benötigt Blätter einzeln abzupfen (so bleibt die ganze Pflanze längere Zeit beobacht- und erntbar) Lippenblütler
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■	■																																					
Blüte/Ernte					■	■	■	■	■																																		
Bohne (Stangen- oder Buschbohnen)	<ul style="list-style-type: none"> unkompliziert durchlässiger Boden Rankend in diversen Sorten (untersch. Farben, Formen, etc.) erhältlich 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■	■	■						Blüte/Ernte								■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> Vorquellung im Wasser In Töpfen vorziehen oder nach dem letzten Frost direkt ins Beet Benötigt eine Stange zum Klettern (bei Stangenbohnen) 	<ul style="list-style-type: none"> Grosser Samen Geeignet für Wachstums-/ Quell-experimente bzw. -versuche Liefern mehrere Wochen lang immer neue Bohnen Stangenbohnen eignen sich zur Begrünung eines Zauns Selbst- und Fremdbestäuber
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■	■	■																																				
Blüte/Ernte								■	■	■																																	
Erbse	<ul style="list-style-type: none"> unkompliziert durchlässiger Boden rankend 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau				■	■								Blüte/Ernte						■	■						<ul style="list-style-type: none"> Direktaussaat ins Beet Benötigt Rankhilfe 	<ul style="list-style-type: none"> Geeignet für Wachstums-experi-mente / -versuche Eine der ältesten Kulturpflanzen Kann vor den Sommerferien geerntet werden Selbst- und Fremdbestäuber
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau				■	■																																						
Blüte/Ernte						■	■																																				
Feuerbohne	<ul style="list-style-type: none"> frostempfindlich rote Blüte 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau				■	■	■							Blüte/Ernte								■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> Vorquellung im Wasser 	<ul style="list-style-type: none"> Für Keimungs- und Quellexperi-mente geeignet (Saatgut relativ gross, bis zu 1.5cm, Entwicklung gut sichtbar) Selbst- und Fremdbestäuber
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau				■	■	■																																					
Blüte/Ernte								■	■	■																																	

Tabelle 2

Name	Ansprüche / Besonderheiten	Jahreskalender	Aussaat bzw. Pflanzung & Pflege	Ernte / Unterrichtshinweis																																							
Gurke	<ul style="list-style-type: none"> Durchlässiger Boden Sonniger Standort Es gibt auch Minigurken/ Cocktailgurken. 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #000080;">A</td><td style="background-color: #008000;">M</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">A</td><td style="background-color: #FF8C00;">S</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau				A	M								Blüte/Ernte						J	J	A	S				<ul style="list-style-type: none"> Im Frühling drinnen anziehen und nach dem letzten Frost ins Beet Sehr frostempfindlich! Benötigt Rankgerüst 	<ul style="list-style-type: none"> In Kübeln brauchen sie viel Nährstoffe und bei Hitze mehrfach gießen
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau				A	M																																						
Blüte/Ernte						J	J	A	S																																		
Kartoffeln	<ul style="list-style-type: none"> Es gibt diverse Sorten (auch frühreife) und Farben (auch blau-violette, St. Galler) 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td style="background-color: #008000;">M</td><td style="background-color: #008000;">A</td><td style="background-color: #008000;">M</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">A</td><td style="background-color: #FF8C00;">S</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			M	A	M								Blüte/Ernte						J	J	A	S				<ul style="list-style-type: none"> Pflanz-Kartoffeln wenn möglich vortreiben lassen Anpflanzbar in Kistchen, Beeten oder grossen Taschen / Säcken möglich Anhäufen mit Erde notwendig 	<ul style="list-style-type: none"> Pflegeleicht Vor den Sommerferien erntbar je nach Sorte Unterrichtsidee: z. B. Wie entstehen Pommes-Frites oder Chips?
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			M	A	M																																						
Blüte/Ernte						J	J	A	S																																		
Kapuzinerkresse	<ul style="list-style-type: none"> Essbare Blüten Blüten gelb bis orange-rot 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td style="background-color: #000080;">A</td><td style="background-color: #008000;">M</td><td style="background-color: #008000;">M</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">A</td><td style="background-color: #FF8C00;">S</td><td style="background-color: #FF8C00;">O</td><td style="background-color: #FF8C00;">N</td><td style="background-color: #FF8C00;">D</td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			A	M	M								Blüte/Ernte						J	J	A	S	O	N	D	<ul style="list-style-type: none"> Auf Fensterbank anziehbar. Kriechend und kletternd 	<ul style="list-style-type: none"> Saatgut ist kugel-schneckenförmig Geeignet zum Ansäen auch mit kleineren Kindern, da bis ca. 0.5 cm gross. Blüten essbar (jedoch ein Teil blühen lassen, da Insektenweide)
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			A	M	M																																						
Blüte/Ernte						J	J	A	S	O	N	D																															
Karotte	<ul style="list-style-type: none"> kurze, frühe, späte und schnell wachsende Sorten Leicht sandiger Boden Schwach bis wenig düngen 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td style="background-color: #008000;">M</td><td style="background-color: #008000;">A</td><td style="background-color: #008000;">M</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">J</td><td style="background-color: #FF8C00;">A</td><td style="background-color: #FF8C00;">S</td><td style="background-color: #FF8C00;">O</td><td style="background-color: #FF8C00;">N</td><td style="background-color: #FF8C00;">D</td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			M	A	M								Blüte/Ernte						J	J	A	S	O	N	D	<ul style="list-style-type: none"> Vom Frühling an direkt ins Beet oder in Kübel / Hochbeete säen 	<ul style="list-style-type: none"> Blühen lassen (Insektenweide & Futterpflanze Schmetterlingsraupen) Auch in Kübel anpflanzbar Können tw. auch vor den Sommerferien geerntet werden Im Unterricht: Vergleich zur Wilden Möhre
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			M	A	M																																						
Blüte/Ernte						J	J	A	S	O	N	D																															

Tabelle 3

Name	Ansprüche / Besonderheiten	Jahreskalender	Aussaat bzw. Pflanzung & Pflege	Ernte / Unterrichtshinweis																																							
Kürbis	<ul style="list-style-type: none"> Benötigt Kompost/Dünger Sonniger Standort 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau				■	■								Blüte/Ernte								■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> Im Frühling drinnen anziehen & Ernte im Herbst Frostempfindlich! (nach den Eisheiligen ins Beet pflanzen) 	<ul style="list-style-type: none"> Für Keimungsexperimente geeignet, da verhältnismässig grosses Saatgut (ca. 1-1.5cm) Es gibt Sorten, bei welcher man auch die Schalen essen kann.
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau				■	■																																						
Blüte/Ernte								■	■	■																																	
Lauch	<ul style="list-style-type: none"> Relativ geringe Bodenansprüche 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■	■							Blüte/Ernte	■	■	■	■			■	■	■	■	■		<ul style="list-style-type: none"> Im Frühjahr in Schalen säen und Spätfrühling auspflanzen 	<ul style="list-style-type: none"> Einen Teil aufstängeln lassen (Insektenweide) kugelförmige Blüten
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■	■																																					
Blüte/Ernte	■	■	■	■			■	■	■	■	■																																
Mangold	<ul style="list-style-type: none"> Diverse Farben Mittlerer bis hoher Nährstoffbedarf Sonnige bis halbschattige Lage 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■	■	■	■					Blüte/Ernte		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		<ul style="list-style-type: none"> Von Frühling bis Frühherbst direkt ins Beet/ in einen Kübel oder in Töpfen vorziehen Forstresistent 	<ul style="list-style-type: none"> Nur äussere Blätter jeweils ernten, so bleibt die Pflanze länger erhalten Blattstiele sind ebenfalls essbar Von Winter, über Frühling bis Herbst erntbar
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■	■	■	■																																			
Blüte/Ernte		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																																
Mais / Zuckermais	<ul style="list-style-type: none"> Es gibt diverse Farben. Sonniger Standort Benötigt Dünger 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau				■	■	■							Blüte/Ernte							■	■	■	■	■		<ul style="list-style-type: none"> Ernte im Herbst 	<ul style="list-style-type: none"> Unterrichtsidee z. B. Wie entsteht Popcorn? Windbestäubung
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau				■	■	■																																					
Blüte/Ernte							■	■	■	■	■																																
Petersilie	<ul style="list-style-type: none"> Es gibt diverse Sorten – mit gekrausten oder glatten Blättern Niedriger Nährstoffbedarf 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau	■	■	■	■	■	■							Blüte/Ernte	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		<ul style="list-style-type: none"> Zweijährig Blüht gelb-grünlich 	<ul style="list-style-type: none"> Kann über das ganze Jahr frisch geerntet und beobachtet werden Doldenblütler
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau	■	■	■	■	■	■																																					
Blüte/Ernte	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																																
Ringelblume	<ul style="list-style-type: none"> Einjährig essbar 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■	■							Blüte/Ernte							■	■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> Auf der Fensterbank anziehbar Geeignet auch für kleine Kistchen 	<ul style="list-style-type: none"> Saatgut ist schneckenförmig Geeignet zum Ansäen auch mit kleineren Kindern, da bis ca. 0.5cm gross
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■	■																																					
Blüte/Ernte							■	■	■	■																																	

Tabelle 4

Name	Ansprüche / Besonderheiten	Jahreskalender	Aussaat bzw. Pflanzung & Pflege	Ernte / Unterrichtshinweis																																							
Radieschen	<ul style="list-style-type: none"> Schnell wachsend Humoser Boden 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau													Blüte/Ernte													<ul style="list-style-type: none"> Vom Frühling an direkt ins Beet / Hochbeete säen 	<ul style="list-style-type: none"> Herstellung von eigenen Saatbändern mit Haushaltspapier und Mehl-Kleister möglich Ab Mai laufend erntbar Geeignet für Ernte vor Sommerferien
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau																																											
Blüte/Ernte																																											
Salat / Pflücksalat	<ul style="list-style-type: none"> Gleichmässig feucht halten Korbblütler (bildet Flugsamen aus) 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau													Blüte/Ernte													<ul style="list-style-type: none"> Samen in Saatschale flach säen (nicht zu tief in Erde säen) Ab April Pflanzung ins Beet möglich 	<ul style="list-style-type: none"> Bereits ab April/Mai (je nach Sorte) pflückbar (äussere Blätter abzupfen) Ein Teil des Salates hochstängeln und blühen lassen. Die Samen sind in einem Körbchen angeordnet. Jedes Samenkorn hat ein Schirmchen.
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau																																											
Blüte/Ernte																																											
Schnittlauch	<ul style="list-style-type: none"> Mehrjährig Sonnig bis halbschattig Relativ anspruchslos 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau													Blüte/Ernte													<ul style="list-style-type: none"> Im Beet, Topf bzw. Kistchen 	<ul style="list-style-type: none"> Essbar (Stängel, Blütenknospen, Blüten) Einen Teil blühen lassen (Insektenweide)
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau																																											
Blüte/Ernte																																											
Spinat	<ul style="list-style-type: none"> Frost resistant bzw. winterhart 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau													Blüte/Ernte													<ul style="list-style-type: none"> Im Beet bzw. im Kistchen möglich 	<ul style="list-style-type: none"> Deckt in der kälteren Jahreszeit die (leeren) Gartenbeete und kann als Gründüngung verwendet werden.
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau																																											
Blüte/Ernte																																											
Sonnenblume	<ul style="list-style-type: none"> Einjährig Es gibt unterschiedliche Wuchshöhen (bis 2 m) 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau													Blüte/Ernte													<ul style="list-style-type: none"> Ab Mitte Mai ins Freie pflanzbar bzw. können sie auch in Töpfen bleiben 	<ul style="list-style-type: none"> Insektenweide Geeignet zum Ansäen auch mit kleineren Kindern, da bis ca. 0.5cm gross Die Sonnenblumenkerne können aus den Schalen herausgeschält und gegessen werden.
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau																																											
Blüte/Ernte																																											

Tabelle 5

Name	Ansprüche / Besonderheiten	Jahreskalender	Aussaat bzw. Pflanzung & Pflege	Ernte / Unterrichtshinweis																																							
Süßkartoffel	<ul style="list-style-type: none"> Gehört zu den Windengewächsen Hoher Nährstoffbedarf 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #008000;">■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau					■								Blüte/Ernte						■	■	■	■				<ul style="list-style-type: none"> Frostempfindlich (nach den Eisheiligen ins Beet pflanzen) Blüte von Juli bis September lavendelfarbig 	<ul style="list-style-type: none"> In einem Wasserglas bilden sie lange Wurzeln und Triebe. Die Blätter sehen wie Efeu aus. Bietet man ihr eine Rankhilfe, so kann sie als Sichtschutz / Abgrenzung verwendet werden. Die Austriebe können aber auch am Boden bleiben.
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau					■																																						
Blüte/Ernte						■	■	■	■																																		
Tomate	<ul style="list-style-type: none"> Breite Farbpalette (grün-gelb-rot-schwarz) und Grösse (klein bis gross) Sonniger Standort Benötigt Kompost/Dünger 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td style="background-color: #0000CD;">■</td><td style="background-color: #0000CD;">■</td><td style="background-color: #0000CD;">■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau			■	■	■								Blüte/Ernte						■	■	■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> In Kübel oder in Beeten Muss mit Stange gestützt werden Frostempfindlich (nach den Eisheiligen ins Beet pflanzen) 	<ul style="list-style-type: none"> Saatgut eignet sich für die Beobachtung unter der Lupe (leicht pelzig und flauschig) Es gibt frühe und späte Sorten (teilweise lang erntbar)
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau			■	■	■																																						
Blüte/Ernte						■	■	■	■	■																																	
Zucchetti / Zucchini	<ul style="list-style-type: none"> Durchlässiger Boden Sonniger Standort Benötigt Kompost/Dünger 	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th><th>J</th><th>F</th><th>M</th><th>A</th><th>M</th><th>J</th><th>J</th><th>A</th><th>S</th><th>O</th><th>N</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aussaat/Anbau</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #0000CD;">■</td><td style="background-color: #008000;">■</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>Blüte/Ernte</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td style="background-color: #FF8C00;">■</td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	Aussaat/Anbau					■	■							Blüte/Ernte						■	■	■	■	■			<ul style="list-style-type: none"> Im Frühling drinnen anziehen Benötigt Rankgerüst Frostempfindlich (nach den Eisheiligen ins Beet pflanzen) 	<ul style="list-style-type: none"> In Kübeln brauchen sie viel Nährstoffe und bei Hitze mehrfach gießen Für Keimungsexperimente geeignet, da verhältnismässig grosses Saatgut (ca. 1-1.5cm)
	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D																															
Aussaat/Anbau					■	■																																					
Blüte/Ernte						■	■	■	■	■																																	

Weiter eignen sich auch Saatgutmischungen aus essbaren (Kornblume, Speisechrysanthemen und -tagetes, Borretsch, etc.) und nicht essbaren Wildblumen. Bei der Wahl des Saatgutes kann je nach Wahl auch die biologische Sortenvielfalt aufgezeigt werden, sofern auch weniger bekannte Pflanzen (auch in Bezug auf Farben und Formen) oder alte Sorten (Pro Specie Rara) angepflanzt bzw. angesät werden. Zum Beispiel mehrfarbige Bohnen, orange Sonnenblumen, etc.