Ernteglück für zuhause: Naschgemüse vom Bakon

(GMH/BVE) Wenn die Tage länger werden, zieht das Leben nach draußen – auch auf Balkon und Terrasse. Immer mehr Menschen bauen dort ihr eigenes Naschgemüse an. Das ist nachhaltig, macht Spaß und bringt besonders frische Ernte direkt ins Haus. Dabei funktioniert „Grow your own“ heute auch ohne großen Garten. Kräuter, Tomaten und Erdbeeren gedeihen problemlos im Topf oder Balkonkasten. Wer selbst anbaut, weiß, was auf den Teller kommt, spart Verpackung und kann saisonal genießen.

Bildnachweis: GMH/BVE

Bildunterschrift: Genuss aus eigenem Anbau gelingt heute ganz leicht - dank vorgezogener Pflanzen und Expertise aus dem gärtnerischen Fachhandel.

Bilddaten in höherer Auflösung unter:
https://www.gruenes-medienhaus.de/download/2026/05/GMH-2026-19-02.jpg

Vitamine mit Vorsprung

Niemand muss mehr monatelang selbst vorziehen: Gärtnereien bieten kräftige, vorgezogene Gemüsepflanzen an. Viele Sorten –

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Bornheimer Straße 37 53111 Bonn
FON 0228.81002-27 E-MAIL presse@gruenes-medienhaus.de

etwa kompakte Snackgurken oder Cocktailtomaten – tragen bereits Blüten oder erste Früchte. Das sorgt für schnelle Erfolgserlebnisse und eine frühe Ernte.

Neben Klassikern wie Tomaten bringen Paprika und Chilis zusätzliche Vielfalt auf den Balkon. Die Auswahl reicht von milden Snack-Sorten bis zu scharfen Spezialitäten. Wer es süß mag, liegt mit Monatserdbeeren richtig: Sie sind robust, tragen den ganzen Sommer über Früchte und eignen sich ideal für Töpfe und Kästen.

Auch Artischocken sind ein spannender Blickfang für den Naschbalkon. Die distelähnlichen Pflanzen überzeugen mit dekorativen silbrig-grünen Blättern und auffälligen Blütenknospen, die geerntet werden, bevor sie sich öffnen. In großen Töpfen an einem sonnigen, geschützten Standort gedeihen kompakte Sorten gut und bringen mit etwas Geduld eine Delikatesse hervor. Wer die Knospen nicht erntet, wird zudem mit eindrucksvollen violetten Blüten belohnt, die auch bei Insekten sehr beliebt sind.

Direkt von der Pflanze genießen

Damit das Projekt gelingt, lohnt sich ein Besuch im gärtnerischen Fachhandel. Dort gibt es Beratung zu Standort, Pflege sowie zu passenden Substraten und Düngern. Entscheidend ist ein sonniger Platz, regelmäßiges Gießen und eine gute Nährstoffversorgung – dann wachsen gesunde Pflanzen, deren Früchte direkt vom Strauch genascht werden können.

Gärtnern auf kleinem Raum wird so zu einem unkomplizierten Erlebnis, das Genuss mit einem verantwortungsvollen Umgang der Ressourcen verbindet. Mit robusten Pflanzen aus der Gärtnerei vor Ort wird der eigene Naschbalkon schnell zum festen Bestandteil des Alltags – und zum idealen Ort, um den Feierabend im Grünen zu genießen. Einen Fachbetrieb in der eigenen Region findet man unter www.ihre-gaertnerei.de.

[Kastenelement]

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Bornheimer Straße 37 53111 Bonn
FON 0228.81002-27 E-MAIL presse@gruenes-medienhaus.de

Kräuter sind die ideale Ergänzung

Frische Kräuter gehören auf jeden Naschbalkon. Ob Rosmarin, Basilikum oder Minze – sie sind pflegeleicht, vielseitig verwendbar und oft sofort erntereif.

Viele Kräuter sind mehrjährig und ihre Blüten zudem wertvoll für Insekten wie Bienen und Hummeln. Wer auf regionale Bio-Kräuter setzt, erhält besonders aromatische und widerstandsfähige Pflanzen – und bringt intensiven Geschmack direkt in die Küche.

Pressekontakt: Grünes Medienhaus - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH - Michael Legrand
Bornheimer Straße 37 53111 Bonn
FON 0228.81002-27 E-MAIL presse@gruenes-medienhaus.de