**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 44 (1987)
**Heft:** 5

**Artikel:** Karotten : Mohrrüben
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-552039

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 09.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

gezogenen. Das stimmt, insofern man nur diese Schadstoffe in Betracht zieht, die aus der Luft kommen, denn der Garten, der biologisch bewirtschaftet wird, wird durch Flugzeuge und Luftverschmutzung genauso verunreinigt. Gewisse Mengen Giftstoffe sind heute bei allen Gemüsen zu finden. Und wenn ein Garten in der Nähe einer Autobahn oder von Fabriken liegt, die Giftstoffe ausstossen, dann wird man auch solche Umweltgifte bei biologischem Gemüse finden.

**Zusätzliche Belastung**

Was jedoch bei dieser öffentlichen Kritik verschwiegen und nicht erwähnt wird, ist der Umstand, dass das Quantum, das man beim biologischen Gemüse findet, eben nicht gleich gross ist wie beim normal gezogenen und oft nur einen geringen Prozentsatz aufweist, und dies deshalb, weil gegen Unkraut massiv gespritzt wird. Somit gelangen zusätzlich chemische Stoffe in das übliche Gemüse. Wenn man die Analysen ehrlich durchführt, dann wird man gerade in diesen mit Chemie behandelten Nahrungsprodukten grössere Mengen von Giftstoffen vorfinden als bei den biologisch gezogenen, die eben nicht mit chemischen Präparaten behandelt werden.

**Ist geschäftliches Interesse im Spiel?**

Um sicher zu gehen, müsste man natürlich kontrollieren können, ob diejenigen, die die Analysen durchführen, wirklich die Absicht haben, uns die effektiven Resultate, das heisst, uns die Wahrheit zu sagen, oder ob gewisse geschäftliche oder materielle Interessen bei den Artikelschreibern, die zum Nachteil der biologischen Produkte Berichte veröffentlichen, eine Rolle spielen. Die chemische und auch die allgemeine Nahrungsmittelindustrie hat natürlich kein Interesse, Artikel zu veröffentlichen, die den Vertretern der biologischen Landwirtschaft dienen könnten. Da muss oft der Verbraucher durch eine gute Beobachtungsgabe am eigenen Körper die entsprechende Schlussfolgerung ziehen.

## Karotten – Mohrrüben

Nachdem die Kälte gebrochen ist, wird es wieder Zeit, dass man sich um den Garten kümmert. Vor allem sollte man Karotten ansäen, denn sie brauchen doch eine gewisse Zeit um zu wachsen. Sie sind als Frühlingsgemüse wegen ihren Mineralstoffen und Vitaminen sehr wertvoll, vor allem dem Provitamin A. Das ist sehr wichtig. In gewissen Gegenden nennt man sie auch Mohrrüben. Sie bevorzugen einen sauren Boden. Darum ist es gut, wenn man genügend Kompost hat.

**Wie sät man Karotten aus?**

Man zieht mit der Herzhaue einen zirka 15 Zentimeter tiefen Graben und füllt ihn mit Kompost. Dort wird der Samen hineingegeben. Karotten säen ist nicht sehr einfach, denn die meisten säen sie zu dicht und so werden sie an der Entwicklung gehindert. Am besten mischt man den Samen mit einem ganz feinen Sand. Dann kommt man weniger in Versuchung zu dicht zu säen. Wer aber eine ruhige Hand hat, kann auch den Samen dünn aussäen. Wenn man irgendwo geizig sein will, dann ist es bestimmt beim Säen. Am besten deckt man die Aussaat nur ganz leicht zu. Es ist auch gut, wenn man eine Reihe Karotten sät, dann eine Reihe Lauch, anschliessend Knoblauch, und dann wieder Karotten. Lauch und Knoblauch vertreiben das Ungeziefer. Es ist vorteilhaft, wenn man zwei Sorten zur Verfügung hat, eine frühe, die man beizeiten ernten kann und eine spätere Sorte, damit man über längere Zeit eingedeckt ist.

**Einfache Lagerung**

Wer Karotten lagern will, sollte sich nach einer Holzkiste oder einem Tontopf umsehen. Die Karotten werden in Sand gelegt, das heisst, eine Schicht etwas feuchter Sand und abwechselnd eine Schicht Karotten.

So hat man immer «gartenfrische» Karotten auf dem Tisch. Der Sand kann wieder verwendet werden. Man nimmt ihn im Winter als Streusand statt Salz, wenn man Steinplatten von Schnee oder Eis gefahrlos halten will. Auch auf den Kompost könnte man ihn werfen.

**Die Aussaat von Randen (Rote Beete) und Erbsen**

Das gleiche kann man mit Randen tun. Auch Randen brauchen einen sehr nahrhaften Boden. Wenn man Randen mit Algenkalk düngt, das heisst, dass man ziemlich viel Algenkalk unter den Kompost mischt, dann werden sie mindestens um einen Drittel grösser. Algenkalk hat eine sehr grosse Aktivität auf das Wachstum der Knollengewächse. Auch die Randen – rote Beete, wie man sie in Deutschland nennt – kann man im Sand über den Winter aufbewahren. Wer einen kühlen Keller hat, kann bis in den Frühling immer frische Randen und Karotten als Salat oder Gemüse auf den Tisch bringen. In Höhenlagen von 1200 bis 1700 Metern über Meer, also sagen wir im Engadin, kann man ebenfalls Karotten säen. Das muss aber sofort, sobald der Schnee geschmolzen ist, geschehen. Wenn es nochmals darüber schneien sollte, so spielt das keine Rolle. Der Same ist winterhart, also kältebeständig. Es ist auch gut, wenn man Erbsen in dieser Höhe zieht, diese sofort nach dem Schnee in den Boden bringt, auch wenn er erst fünf Zentimeter aufgefroren ist und sie mit etwas Torfmull abdeckt. In der Höhe kann man nur frühreife Erbsen säen, sonst erfrieren sie in der schönsten Entwicklungsphase beim plötzlichen Einbruch einer Kältewelle. Man muss solche wählen, die nur eine kurze Vegetationszeit benötigen. Es gibt spezielle Sorten, die für Höhenlagen geeignet sind und die rasch erntereif werden.

## Elektrische Spannungsfelder in der Luft

Anlässlich einer Aussprache mit dem früheren Chefarzt eines Bezirksspitals erfuhr ich folgende, für uns alle interessante Tatsache: Ein Techniker stellte ihm einen Apparat zur Verfügung, mit dem er die elektrische Spannung in der Luft messen konnte. Da er nun Zeit hat, sich mit solchen Problemen zu befassen, hat er folgende aufschlussreiche Feststellung gemacht: Wenn die Atmosphäre ruhig, das heisst ein Hoch wirksam ist, dann wird der Apparat auf Null eingestellt. Bei einer Föhnlage, einem Sturmtief oder einer extremen Änderung des Wetters, schnellt der Zeiger in die Höhe und zeigt, dass das elektrische Spannungsfeld um ein Vielfaches ansteigt. Wir haben uns gefragt, wie sich das auf den Organismus des Menschen, vor allem der Kranken, auswirken kann. Ich habe selbst schon festgestellt, wenn man nachts in einem dunklen Zimmer ein Seidenhemd auszieht, dass derartige Induktionsströme vom Hemd zum Körper übergehen, dass es direkt aufleuchtet, man könnte fast sagen «Funken» gibt. Seide ist natürlich ein Material, das enorm Energien aufnimmt und sie auch sehr leicht wieder abgibt. Woher diese grossen elektrischen Spannungen in der Atmosphäre kommen, kann man nur vermuten. Ob da Tschernobyl mitwirkt, ob entfernte Atombombenversuche oder sonst etwas dazu beiträgt, ist schwer zu sagen. Wenn man es auch beweisen könnte, hätten die Verursacher solcher atmosphärischer Erscheinungen genügend Argumente und Ausreden, um das wieder zu entkräften.

**Gefahr für ältere Leute**

Wir sprachen darüber, was uns diese Feststellungen wohl nützen, was für Schlussfolgerungen wir daraus ziehen könnten. In unserer Diskussion stellten wir fest, dass vor allem ältere Leute darauf achten sollten, dass sie bei Föhn, einem starken Sturmtief oder irgendwie spannungsgeladener Atmosphäre, keine grossen Anstrengungen auf sich nehmen. Man sollte sich möglichst nicht aufregen, keine grossen Mahlzeiten