**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 81 (2024)
**Heft:** 5

**Artikel:** Klimafitte Dauerblüher
**Autor:** Horat, Petra
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-1055494

**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:** 15.12.2025

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

# Klimafitte Dauerblüher

Sie trotzen der Hitze, lieben die Sonne und brauchen kaum Wasser: Bestimmte Blühstauden sind pflegeleicht und ein wunderbarer Anblick über Wochen und Monate.

**Text: Petra Horat**

Was kann man eigentlich noch pflanzen, wo die Sonne immer gnadenloser vom Himmel brennt? Das fragen sich zahlreiche Balkon- und Gartenbesitzer. Letztere nehmen mitunter Zuflucht zur «Steinwüste», welche die Hitze ins Unerträgliche steigert. Oder zur Rasenmonokultur, die im Sommer Unmengen Wasser schluckt.
Verglichen damit sind Blütenstauden, die pralle Sonne, Hitze und Trockenheit lieben, eine optimale Lösung. Diese Pflanzen sind wunderschön anzuschauen. Sie blühen sehr lange und überstehen auch den kalten Winter. Dünger und Kompost? Darauf sind die wenigsten klimafitten Blühpflanzen angewiesen. Wasser? Das Giessen entfällt in der Regel – ausser bei Jungpflanzen, da diese noch nicht ausreichend verwurzelt sind. Wir stellen Ihnen fünf besonders bewährte, klimafitte Dauerblüher für Ihren Balkon und den Garten vor.

**Anmutige Gaura**

Wunderschön ist die liebliche Gaura, auch «Prachtkerze» genannt (*Gaura lindheimeri* oder *Oenothera lindheimeri*). Sie liebt es richtig heiss und trocken. Mit ihren filigranen, gebogenen Blütenrispen sieht sie dabei konstant zart und edel aus.
Giessen ist überflüssig. Ebenfalls praktisch: Die Gaura können Sie sogar in den Sand oder in ein Kiesbett pflanzen. Gut möglich, dass sie sich auch selbst aussät. Die Blütenrispen der Gaura können bis 150 cm lang werden. Dabei blüht jede einzelne Blüte nur einen Tag lang, ähnlich wie die Taglilie. Das macht aber nichts, denn die Gaura bildet bis in den Herbst hinein fortlaufend neue Blüten, die weiss, rosafarben oder rosa-weiss leuchten.

## Herausragender Steinquendel

Wer Steinquendel alias Bergminze (*Calamintha nepeta* u.a.) pflanzt, darf sich auf einen Blütenrausch freuen. Ab Juni öffnet die Pflanze Abertausende weisse bis hellviolette Blütchen. Sie sind für Insekten einfach «zu melken» und machen den Steinquendel zu einem starken Magnet für Honigbienen, Hummeln und kleine Wildbienen. Unter all den Blühpflanzen im Garten wird der Steinquendel häufig am stärksten umschwärmt.

Im August wird das Blütenmeer meist etwas spärlicher. Wer jetzt die verblühten Stängel stutzt, wird umgehend mit einem zweiten Flor beschenkt, der nicht selten bis zum Frost anhält. Wo es ihm besonders gut gefällt, blüht der Steinquendel mitunter auch ohne Rückschnitt bis in den Herbst hinein durch. Die Pflanze aus der Familie der Lippenblütler liebt durchlässige, magere Böden und kommt mit sonnigen, trockenen Standorten ausgezeichnet zurecht. Sie ist frosthart und resistent gegen Schnecken.

Auch im Topf gefällt es dem Steinquendel gut. In diesem Fall sollte man die Pflanze spätestens im August setzen, damit sie sich vor der kalten Jahreszeit ausreichend verwurzeln kann.

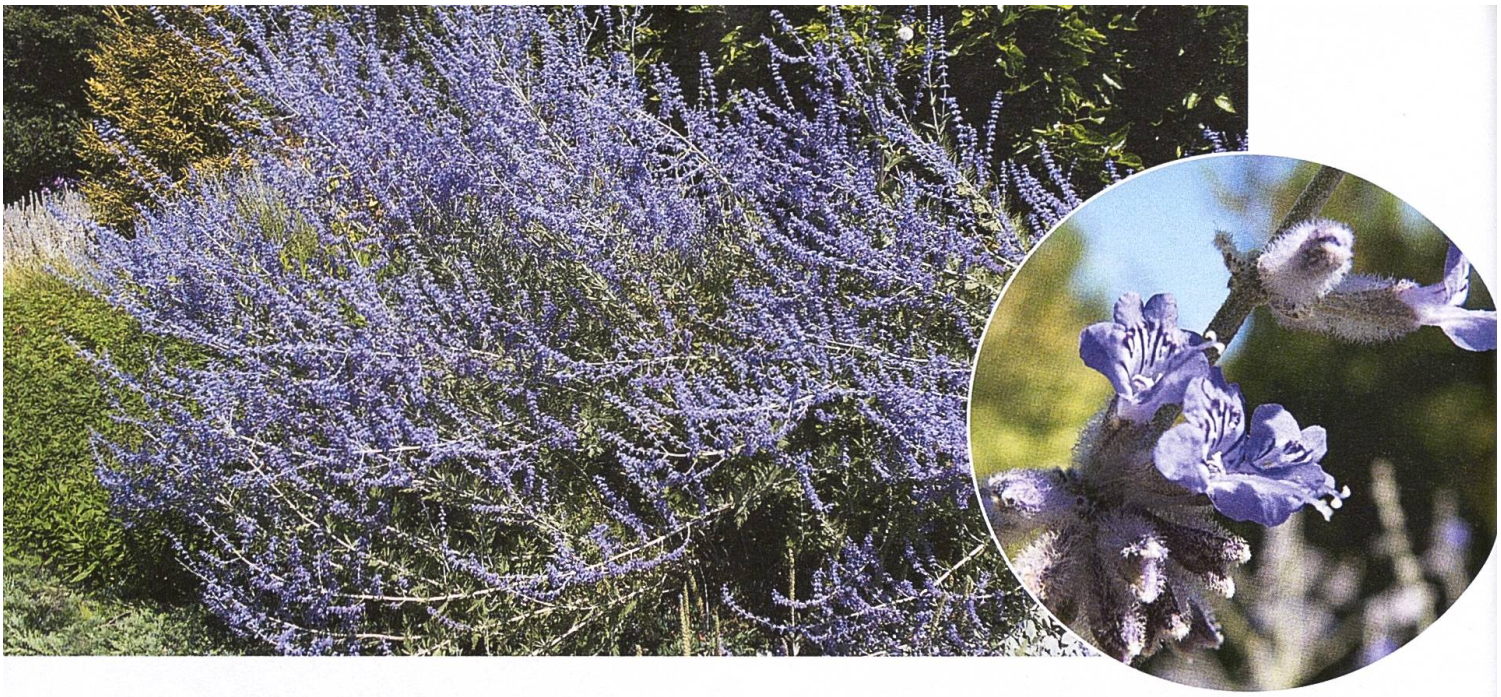
*Tipp:* Vom Kraut des Steinquendels lässt sich ein köstlicher Tee zubereiten, der zart nach Minze schmeckt. Mit den Blättchen kann man auch Tomatensaucen, Suppen, Pilzgerichte und weitere Speisen aromatisieren.

## Stattliche Perowskie

Auch die Perowskie (*Perovskia atriplicifolia* u.a.) kommt mit Hitze und Trockenheit ausgezeichnet klar. Die Pflanze, auch «Silberstrauch» oder «Blauraute» genannt, bildet wunderschöne lavendelblaue bis blauviolette Blüten, die Bienen, Hummeln und weitere Nutzinsekten magisch anziehen. Stängel und Blätter der Perowskie sind etwas Besonderes: von silbergrauer Farbe und stark aromatisch duftend.

Die Perowskie ist ein Halbstrauch. Das bedeutet, dass sie am Fuss verholzt und darüber krautig-weiche Triebe ausbildet. Wer die verblühten Rispen einmal im Jahr zurückschneidet, fördert die Blühfreudigkeit und das buschige, vitale Wachstum der Pflanze. Mit bis zu 120 cm Grösse ist die Perowskie eine stattliche Erscheinung. Für kleinere Balkone gibt es im Fachhandel auch Zwergformen der Perowskie, die bis 50 cm gross werden.

Ab Anfang August überziehen sich die Rispen dann mit Tausenden von Blütchen. Ein «blaues Wunder», das bis in den Herbst hinein anhält.



**Vielseitige Katzenminze**

Die Katzenminze (*Nepeta cataria*) ist eine begehrte Persönlichkeit. Nicht nur aufgrund ihrer Blühfreudigkeit. Auch wegen ihrer euphorisierenden Wirkung auf Katzen, die gerne an ihr schnuppern und knabbern. Manche Stubentiger rollen sich sogar genüsslich in ihrem Laub. Ein «Liebesbeweis», den die robuste Katzenminze problemlos übersteht.

Alle Teile der aromatischen Pflanze enthalten ein ätherisches Öl mit der Substanz «Nepetalacton». Diese wirkt euphorisierend auf Katzen und abstossend auf Stechmücken. Forscher vermuten, dass Letzteres ein Hauptgrund ist, warum Katzen *Nepeta cataria* im Lauf der Zeit besonders zu schätzen gelernt haben. Denn wer wird schon gerne von Mücken gestochen, wenn man stundenlang reglos auf Beute lauern muss? Interessanterweise gibt es aber auch Katzen, welche die aromatisch riechende Pflanze links liegen lassen. Weshalb, ist noch nicht abschliessend geklärt. Es bleibt also eine Überraschung, welche Wirkungen die Katzenminze im eigenen Gartenreich entfalten wird. Fest steht, dass die Pflanze aus der Familie der Lippenblütler reich und aussergewöhnlich lange blüht. Sie bringt von Juni bis September Tausende kleiner Blüten in Hellblau, Weiss, Rosa oder anderen Farben hervor. Auch Duft und Grösse der Blütenrispen variieren je nach Sorte. Die grösste Katzenminze bringt es auf stattliche 140 cm.

Wer die verblühten Rispen nach der Hauptblüte zurückschneidet, erntet einen zweiten Flor, der bis in den Frühherbst hinein anhält. Alles, was die Katzenminze im Gegenzug braucht, ist ein sonniger Standort auf magerem Boden. In diesem Fall samt sie sich auch gerne selbst aus.

Im Garten braucht die Katzenminze keinen Winterschutz. In Töpfen dagegen kann es sinnvoll sein, ein Vlies, eine Kokosmatte oder eine Noppenfolie ums Pflanzgefäss zu wickeln.

*Tipp:* Aus den Blättchen der Katzenminze kann man einen Tee bereiten. Er schmeckt feinherb nach Minze und erinnert daran, dass die Katzenminze eine alte Heilpflanze ist, die seit vielen Jahrhunderten vielseitig eingesetzt wird.

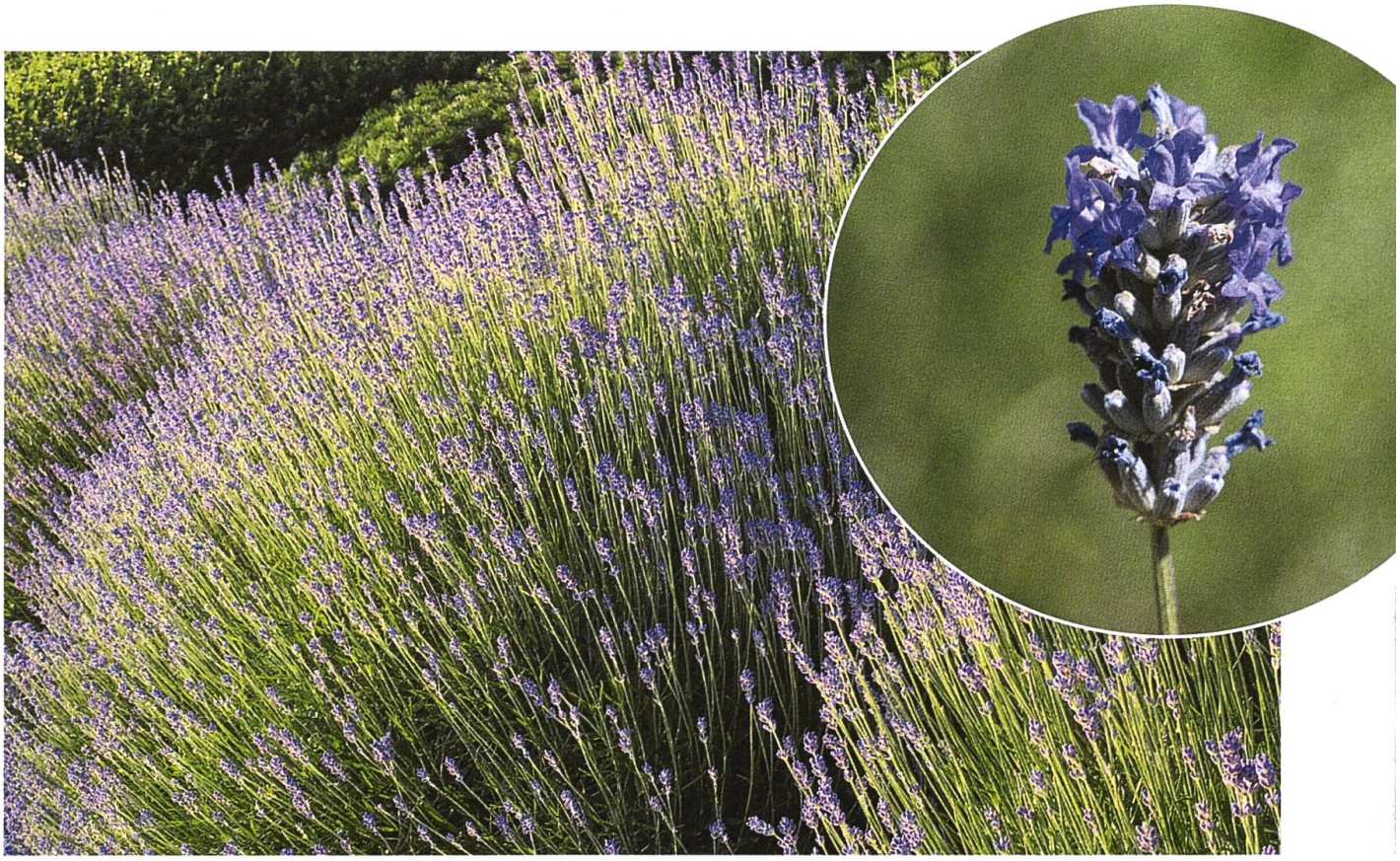
**Immerschöner Lavendel**

Den hinreissend blühenden Lavendel wird jeder kennen. Für hiesige Breitengrade am besten geeignet ist der winterharte Echte Lavendel (*Lavandula angustifolia*). Er verträgt kurzzeitig Temperaturen bis minus 15 Grad Celsius. Sein süsser Nektar zieht unzählige Insekten an – unter ihnen Bienen, Hummeln, Schmetterlinge und Taubenschwänzchen. Ausserdem duftet die Lavendelpflanze von «Kopf bis Fuss» betörend, denn sie steckt proppenvoll mit ätherischen Ölen.

Wie die Katzenminze ist auch der Lavendel eine uralte, wertvolle Heilpflanze. Wir können ihn für die Gesundheit und die Küche nutzen. Etwa, indem wir seine Blüten zu Tee, Salat oder ins Dessert geben. Oder indem wir die Blüten zwei Wochen lang in nativem, also naturbelassenem Pflanzenöl ziehen lassen. Das fertige Öl eignet sich unter anderem zur Verarztung kleiner Hautverletzungen und zur Pflege verspannter Muskeln.

Die Blüte des Echten Lavendels hängt von Sorte und Wetter ab. Wer früh und spät blühende Sorten kombiniert, kann sich von Anfang Juni bis Mitte August an den wunderschönen Blüten in Blau, Rosa oder Weiss erfreuen. Gut zu wissen: Im Handel gibt es niedrige und höher wachsende Lavendelsorten. Letztere bringen es auf über 100 cm Wuchshöhe.

Der Lavendel bevorzugt einen vollsonnigen Platz auf trockenem, kalkhaltigem Boden. Staunässe ist für diese mediterrane Pflanze ein Graus! Deshalb ist bei Töpfen und Pflanzkübeln auf eine gute Drainage zu achten.

Die einzige Herausforderung beim Lavendel ist der Schnitt. Da die Pflanze zum Verholzen neigt und dann auf «nackten Beinen» eher unattraktiv wirkt, sollte man den Lavendel nach der Blüte kräftig zurückschneiden. Das befördert seinen buschigen, vitalen Wuchs.

Besonders schön am Lavendel ist, dass er sich mühelos selbst aussät und stets dekorativ wirkt. Im Gegensatz zu den meisten anderen Dauerblühern ist er immergrün und sieht somit auch im Winterhalbjahr sehr reizvoll aus in seinem silbergrünen Laubkleid.