

NUTZGARTENDATEI

Pflanzenart:	Liebstöckl (Liebstock, Maggikraut) <i>Levisticum officinale</i>
Botanische Familie:	Doldenblütler (<i>Apiaceae</i>)
Kulturart:	mehrwähriges Kraut
Klima und Standort:	Die Staude ist zwar vollkommen frosthart, liebt aber sommerliche Wärme, damit sie ihr volles Aroma entfalten kann. Sie sollte daher einen warmen, vollsonnigen Platz im Garten erhalten.
Bodenansprüche:	Der Boden soll nährstoffreich, humusreich, tiefgründig, leicht erwärmbär und gut wasserhaltend sein.

Nährstoff-ansprüche: Die Gewürzpflanze gehört zu den Mittelzehrern. Eine jährliche Kompostdüngung, ca. 2-3 kg im Herbst um die Staude verteilt, genügt, damit sie gesund aufwächst.

Sorten: Liebstöckl wird wie viele unserer Gewürzkräuter nicht in verschiedenen Sorten angeboten. Der Same ist erhältlich unter der Artbezeichnung **Liebstock**, *Levisticum officinale* oder auch unter der Bezeichnung „Maggikraut“.

Positive Nachbarn: Da Liebstock eine Staude ist, ist sein Platz in der Kräuterecke des Gartens, wo er lange Jahre stehen bleiben kann. Mit den meisten Kräutern verträgt er sich recht gut. Im 1. Jahr, solange er noch klein ist, steht er gut zwischen Kohlgemüse.

Negativer Nachbar: Wermut

Pflanzdaten

Saatbad: 30 Minuten in Humofix®-Lösung

Aussaat: In Saatkästen oder -schalen: ab März
Ins Freiland: April – Mai oder besser August – Oktober

Pflanzung: April/Mai oder September/Oktober

Pflanzabstände: 50 cm

Saat- und Pflégetipps

Für einen Hausgarten genügen 2-3 Pflanzen, zumal man durch Wurzelteilung immer wieder Liebstöckl vermehren oder verjüngen kann. Man schneidet dazu die alte Wurzel in Längsteile und setzt die Stücke im Frühjahr oder Herbst in humusreiches, gut mit Kompost versorgtes Land. Im ersten Jahr kann man ihn gut zwischen Kohlgemüse pflanzen oder auch im März zwischen Kohlgemüse säen. Im Herbst pflanzt man ihn dann an einen Platz, auf dem er lange Zeit stehen bleiben kann. Wie Rhabarber verlangt er eine gute Kompostdüngung und für den Winter eine solche Bedeckung. Behagt ihm der Standort, kann er zu einem 2 m hohen Busch werden.

Der Same ist ein ausgesprochener Dunkelkeimer, aber auch niedrige Temperatur fördert die Keimung. Er ist nur kurze Zeit keimfähig, deshalb empfiehlt es sich, gleich nach der Ernte im August - Oktober auszusäen. Im Frühjahr kann dann gepflanzt werden. Wartet man mit dem Aussäen bis zum Frühjahr, gehen nicht mehr alle Samen auf. Da man jedoch nur wenige Pflanzen benötigt, macht das nichts aus. Als Düngung verträgt Liebstock am besten Kompost, sowohl eingekraut als auch als Bodenbedeckung.

Für eine gute Blattentwicklung sollte man in Abständen etwas Brennesseljauche geben: in den Boden 20fach verdünnt, als Spritzung über die Pflanzen 50fach verdünnt. So bleiben die Blätter zart und grün.

Da auch die Wurzel verwendet werden kann, sowohl zu Würzzwecken als auch zu medizinischen Zwecken, ist eine Bodenspritzung mit Schachtelhalmbrühe anzuraten.

Im 2. Jahr kommt die Pflanze erst richtig zur Entfaltung und treibt Blüten und Früchte. Legt man aber Wert auf eine gute Wurzelernte, so muss ein Teil der Blüten ausgebrochen werden.

Die Pflanze hält sich jahrelang im Garten und macht keine Ansprüche und Arbeit. Doch tut ihr im Winter eine Decke aus gutem Kompost gut.

Ernte

Die jungen Blätter können während des Sommers laufend geerntet werden zum Frischverbrauch. Einen Teil davon kann man auch trocknen. Man bindet sie zu Sträußen und hängt diese an einem schattigen Ort zum Trocknen auf. Auch getrocknet bleiben die Blätter dunkelgrün. Anders gefärbte Blätter werden ausgelesen, wenn die Droge aufgehoben werden soll. Auch die Wurzel läßt sich trocknen. Dazu gräbt man im Herbst Wurzelstücke aus, säubert sie von Erde und reinigt sie kurz unter fließendem Wasser. Anschließend schneidet man die Stücke der Länge nach durch und hängt sie an Schnüren auf trockenen Dachböden oder in Scheunen zum Trocknen auf. Sie trocknen schwer und feuchten bei nassem Wetter leicht wieder an. Deshalb kann auch der Backofen zu Hilfe genommen werden. Die Teilstücke legt man auf ein Backblech und trocknet bei kleinster Einstellung und etwas geöffneter Backofentür. Trocken sind die Stücke, wenn sich die dünnen Scheiben leicht durchbrechen lassen. Biegen sie sich wie zähes Gummi, enthalten sie noch zuviel Feuchtigkeit.

Die trockenen Stücke müssen trocken und gut verschlossen aufbewahrt werden.

Vermehrung

Liebstöckl kann sowohl durch Teilung der Wurzelstöcke (siehe oben bei Saat- und Pflage tips) als auch durch Samen vermehrt werden. Ab dem 2. Standjahr lässt man einige Blüten abwelken und die Samen ausreifen. Die Samenstände reifen ungleichmäßig, von Mitte August bis in den Oktober hinein. Man erntet die braunen, trockenen Samenstände, bevor die Samen ausfallen, reibt sie auf trockenes Papier aus und sät entweder anschließend gleich aus oder man bewahrt die Samen an einem luftigen, trockenen Ort bis zum Frühjahr auf, auch auf die Gefahr hin, dass dann ein Teil der Körner bereits die Keimfähigkeit verloren hat.

Keimfähigkeit: 1/2 bis 1 Jahr

Schädlinge und Krankheiten

Von Schädlingen und Krankheiten wird Liebstöckl selten heimgesucht. Gelegentlich können folgende Probleme auftreten:

Pilze:

Blattfleckenkrankheit (*Ramularia levestici*): rundliche, braune Blattflecken, besonders bei feuchtem Wetter. Abhilfe: Spritzungen mit Ackerschachtelhalm- und Zwiebschalenbrühe

Schädlinge:

Minierfliegen (*Phytomyza atricornis*): geschlängelte Gänge in den Blättern, meist besser von der Unterseite zu sehen, darin weiße bis 4 mm lange beinlose Larven. Abhilfe: befallene Blätter entfernen und vernichten, Spritzen mit Rainfarnbrühe Ende April und Ende Juni zur Flugzeit.

Blattläuse: Abhilfe: Mischkultur, Spritzungen mit Rhabarberblätterbrühe.

Verwendung

Im frischen wie im getrockneten Zustand kann die ganze Pflanze verwendet werden. Das frische Grün der Blätter kommt vor allem für die Küche in Frage. Doch gilt hier, mehr wie bei jeder anderen Gewürzpflanze: sparsam verwenden; denn die Würze ist scharf und kräftig. Zu allen Suppen, Rohkost- und Fleischspeisen und zu Gemüsen kann man etwas vom frischen Kraut oder der getrockneten Pflanze geben.

Das getrocknete Kraut läßt sich auch mahlen und mit Salz mischen. Es hat den bekannten Maggigeschmack, obwohl es mit Maggi nichts zu tun hat. Die Wurzel kann ebenfalls getrocknet in Suppen mitgekocht werden zur Geschmacksverbesserung. Vor allem aber wird sie als Heilmittel benutzt. Ein heißer Aufguss von Liebstöcklwurzel wirkt harntreibend und ist darum ein bekanntes Mittel gegen Wassersucht. Zur Herstellung des *Liebstöcklsalzes* werden die trockenen Stückchen gemahlen und im Verhältnis 1: 2 (1 Teil Liebstöcklpulver / 2 Teile Salz) mit Kochsalz gemischt. Im Salzstreuer fügt man der Mischung einige Reiskörner bei, damit keine Feuchtigkeit aus der Luft angezogen wird.