

Ingwer (*Zingiber officinalis*)

Familie: Ingwergewächse (Zingiberaceae)

Besonderheiten

- Ingwer ist buchstäblich in aller Munde: Ob als fruchtig-scharfes Gewürz, als Beigabe zu Tee, Säften oder Salaten, im Ginger Ale oder kandiert als süße Knabberlei – die Trend-Knolle erfreut sich wachsender Beliebtheit. Sie kann roh oder gekocht, frisch oder getrocknet verzehrt werden.
- Ingwer wird nicht nur wegen seiner geschmacklichen Qualitäten geschätzt. Schon seit Jahrtausenden ist er fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und auch die westliche Medizin entdeckt ihn zunehmend für sich. Die enthaltenen Gingerole sind einerseits für die Schärfe verantwortlich, wirken aber auch appetitanregend, magenstärkend und verdauungsfördernd. Weiterhin ist Ingwer ein bewährtes Mittel gegen Reiseübelkeit und kommt zur Behandlung von Rheuma, Muskelbeschwerden und Erkältungen zum Einsatz.
- Auch im Hinblick auf die Fruchtfolge bringt Ingwer als einkeimblättrige Pflanze Vorzüge mit sich: In der Regel ist das Gewächshaus zum großen Teil mit Nachtschattengewächsen wie Tomaten, Paprika oder Auberginen belegt. Nur Schlangengurken als Kürbisgewächs bilden eine nennenswerte Ausnahme. Wer Ingwer anbaut, verschafft dem Boden im Gewächshaus eine Verschnaufpause und fördert durch die wechselnde Fruchtfolge den Erhalt der Bodenfruchtbarkeit.



Anbau

- Herkunftsbedingt fühlt sich Ingwer in tropischer bzw. subtropischer Umgebung am wohlsten. Folgerichtig sollte der Standort sehr warm aber halbschattig sein und eine hohe Luftfeuchte aufweisen. Ein Anbau im Gewächshaus oder Folienhaus ist aufgrund der klimatischen Ansprüche zu empfehlen. Der Boden oder das Substrat sollten nährstoff- und humusreich sein und stets leicht feucht gehalten werden ohne zu vernässen.
- Übrigens: Ingwer-Anbau in Bayern ist nicht abwegig. Schon seit 2017 wird das exotische Gewächs von der Bayerische Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau in Franken mit Erfolg kultiviert.



- Die Anzucht erfolgt vegetativ durch im Fachgeschäft gekaufte Ingwerknollen. Diese werden im Frühjahr vorsichtig in ca. 3-5 cm lange Stücke geschnitten, flach in halb mit Substrat gefüllte Töpfe gelegt und dann leicht mit Erde bedeckt. Wichtig ist, die Knollen im Folgenden stets leicht feucht und vor allem warm zu halten – 20 °C sollten es mindestens sein. Eine Abdeckung mit einer Folienhaube sorgt für die optimale Luftfeuchtigkeit. So kultiviert ist nach etwa 3 Wochen ist mit den ersten zarten Austrieben zu rechnen.
- Sobald sich ein Spross gebildet hat, können die jungen Pflanzen in einzelne, größere Kübel umgesiedelt werden. Die Folienhaube wird nun nicht mehr benötigt und der Standort darf auch gerne etwas heller sein. Es empfiehlt sich, den Topf unten mit einer Drainageschicht aus Blähton oder ähnlichen Materialien zu versehen, um einen guten Wasserabzug zu gewährleisten. Alternativ können kräftige Jungpflanzen auch einen Platz im Gewächshaus erhalten.
- Der Wurzelballen sollte immer leicht feucht gehalten werden, jedoch nie zu nass werden, da dies Wurzelfäulen begünstigen würde.
- Nach einer Kulturzeit von ca. 8 Monaten ist der Ingwer erntereif, was sich an der gelblichen Verfärbung der Blätter erkennen lässt. Die Rhizome lassen sich nun im frischen Zustand verarbeiten oder bei Zimmertemperatur trocknen.
- Ingwer ist eine mehrjährige, aber nicht frostharte Pflanze handelt. Einen Winter im Freiland würden die horizontal im Boden kriechenden, dicht verästelten und knolligen Rhizome nicht überleben. Wer Ingwer überwintern möchte, sollte ihn im Topf an einem ca. 10 °C kühlen, hellen Ort halten und die Rhizome während der Winterruhe nur äußerst sparsam gießen.



Literatur

BAYERISCHE LANDESANSTALT FÜR WEINBAU UND GARTENBAU, 2018: Ingwer „Made in Franken“? – Asiatische Heilpflanze erobert die Gewächshäuser. Pressemitteilung vom 18.06.2018.

<https://www.lwg.bayern.de/presse/pms/2018/192219/index.php>. Zugriff am 30.03.2021.

JACKSCH, T. & KELL, K.: Von Amaranth bis Zuckerwurzel... Raritäten für den Gemüsegarten. Hochschule Weihenstephan-Triesdorf, Institut für Gartenbau. Unveröffentlichte Zusammenstellung.

SCHMIDT, V., 2021: Ingwer (*Zingiber officinalis*). Mein schöner Garten, 15.02.2021.

<https://www.mein-schoener-garten.de/pflanzen/ingwer/ingwer>. Zugriff am 30.03.2021.

Bildnachweis

- (1) Kell, K.
- (2) Fröhler, L., 2021
- (3) Fröhler, L., 2021

