

SALBEI



💡 Schon gewusst?

Der Name „Salvia“ ist vom lateinischen Verb „salvare“ abgeleitet, welches „heilen“ bedeutet. Schon hier lässt sich erkennen, dass Salbei eine bedeutende Heilpflanze ist. Salbei wirkt antibakteriell, blutstillend, entzündungshemmend, harntreibend, krampflösend, tonisierend. Aber auch in Kosmetika findet er Anwendung. So wirkt er z.B. in der Zahnpasta durch seinen zahnauhellenden Effekt.

Durst



gering

Licht



sonnig

Höhe



niedrig

Säen

1-2 cm

tief

Platzbedarf

4

pro Pflanzbox

Reifezeit

16-32

Wochen

Aussaat



Salbei kann sowohl ab März im Haus in die Voranzucht als auch von Mitte Mai - Ende Juli direkt ins Beet aussesät werden.

1. Anzucht im Haus: Setze die Samen 1-2 cm in die Erde im Anzuchtopf. Die Erde solltest du während der Anzucht stets feucht halten. Bei einer Temperatur von ca. 15 °C keimen die Samen nach etwa 15 Tagen. Wenn du zu eng gesät hast, ziehe die schwachen Sämlinge nach der Keimung heraus. Ab Mitte Mai (nach den Eisheiligen - 11-15. Mai) kann der Salbei ins Freiland.

2. Direktsaat: Setze den Samen 1-2 cm in die Erde und gieße gut an.

Innere & Äußere Werte



Klassiker wie Saltimbocca oder frittierte Salbeiblätter sind dir sicher bekannt. Daneben kannst du frischen Salbei als Zugabe zu Fleisch, Fisch, Gemüse oder Gnocchi verwenden. Oder versuche das Kraut zum Aromatisieren von Essig und Öl. Salbeiblätter lassen sich auch bestens trocknen. Hänge die geschnittenen Zweige kopfüber an einem vor Regen und Sonne geschützten Platz. Als Heilpflanze ist Salbei unter anderem einsetzbar bei Husten, Heiserkeit, Halsschmerzen, Verdauungsproblemen, Zahnfleischentzündungen und übermäßigem Schwitzen.

Pflege



Der Salbei mag es sonnig und eher trocken, aber keine Staunässe. Ansonsten ist er sehr pflegeleicht.

Im Prinzip musst du nur für eine regelmäßige Ernte sorgen. Jedoch musst du dich entscheiden: Salbeiblüten zieren die Pflanzen und locken Insekten an. Durch die Blütenbildung wird jedoch das Wachstum geschwächt. Daher liegt es an dir, ob du gerne kontinuierlich Blätter ernten oder die Blumen genießen und die Pflanze als Nektarpflanze sehen möchtest.

Krankheiten & Schädlinge



Salbei ist gegen Krankheiten und Schädlinge relativ robust. Selten wird die Pflanze vom Mehltau befallen, ab und an treten Spinnmilben auf.

Ernte



Ein regelmäßiges Ernten der Blätter fördert das Wachstum des Salbei. Du kannst die Blätter das ganze Jahr blattweise nach Bedarf mit einer Schere abschneiden. Verzichte auf einen Rückschnitt im Herbst, denn das Laub dient als natürlicher Schutz bei tiefen Temperaturen. Kürze die Triebe im Frühjahr um ein Drittel ein. Durch den Schnitt erzielst du, dass sich die Staude verzweigt und kompakt wächst.

	Jan	Feb	Mar	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Aussaat Freiland					█							
Voranzucht			█									
Pflanzung Freiland					█							
Ernte					█							