



Foto: Martin Wiesner

## **NATUR IM GARTEN**

Angelika Ertl-Marko

redaktion@woche.at

### **Ein Hoch auf den Paradiesapfel**

Das Schönste ist es, in den Gärten zu gehen und eine tolle Ernte einzubringen. Dies ist jetzt beispielsweise bei den Paradies-Pflanzen möglich, deren Früchte rasch ausreifen. Ein gutes Zeichen für die perfekte Reifung des Nachtschattengewächses ist das dürre Laub. Versuchen Sie jetzt möglichst nicht mehr zu gießen – zumindest nicht nach 14 Uhr. Die Pflanzen müssen auf alle Fälle abtrocknen, sonst könnten sie von einem Pilz befallen werden. Je trockener, desto besser für die Früchte.

Kochen Sie jetzt Tomantensugo wie folgt ein: Zwiebel anrösten, Knoblauch und Paradeiser dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Noch heiß in Gläser einfüllen und zum Abkühlen auf den Deckel stellen. Auch die Samen für das nächste Jahr lassen sich jetzt ernten: Entnehmen Sie aus der schönsten Frucht die Samen mit dem Messer. Schmieren Sie diese am besten auf eine Küchenrolle und bewahren sie diese an einem dunklen, kühlen Ort auf. Eine weitere Möglichkeit der Aufbewahrung der Samen ist das Einfrieren. Der Paradiesapfel stammt übrigens aus Südamerika und spendet fantastische Mineralstoffe für die Gesundheit.

**Ihre Angelika Ertl-Marko**

**Service-Angebot von „Natur im Garten“ Steiermark:**

Kostenlose Beratung am Gartentelefon Steiermark 03334/31 700, [www.oekoregion-kaindorf.at](http://www.oekoregion-kaindorf.at)