



Mike Peel - CC-BY-SA-4.0 - <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

13035

Sonnenblume Puschel

Sonnenblume Puschel

© www.saflax.de

Helianthus annuus

Unser 'Puschel' ist der Zwerg unter den Sonnenblumen und damit wunderbar für kleine Beete, Blumentöpfe oder die Fensterbank geeignet. Sie erreicht eine Wuchshöhe von maximal 40 Zentimetern und bildet dabei ebenmäßige, puschelige Blüten aus. Alle Sonnenblumen bilden sogenannte Scheinblüten, die aus bis zu 15.000 Einzelblüten bestehen. Ihre Blütezeit liegt gewöhnlich zwischen Juli und Oktober. Der hohe Nektargehalt, der in der Mittagszeit einen Zuckergehalt von bis zu 35% aufweisen kann, lockt zahlreich Schmetterlinge, Hummeln und Bienen zum Blütenstaub. Aber auch Raubinsekten werden angelockt, die Läuse und andere Schädlinge in der nahen Umgebung vertilgen. Sonnenblumen sind sogenannte Kompasspflanzen, die sich immer dem Sonnenlicht zuzuwenden (Heliotropismus). Die Knospe folgt der Sonne von Ost nach West, um in der Nacht nach Osten zurückzukehren. Blühende Sonnenblumen sind übrigens nicht mehr heliotrop. Die Köpfchen zeigen dann überwiegend in Richtung Sonnenaufgang. Die Sonnenblumensamen (Kerne) verfügen über einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren. In Russland, der Türkei und Spanien werden die Kerne gerne in gerösteter Form gegessen.

Naturstandort: Das Verbreitungsgebiet von Sonnenblumen befindet sich vor allem von Nord- bis Mittelamerika und wurden bereits vor 4.000 Jahren am Mississippi und in Mexiko archäologisch nachweisbar angebaut. Spanische Seefahrer brachten die ersten Sonnenblumensamen dann

Anzucht: Die Anzucht erfolgt am besten zwischen März und Juni. Setzen Sie die Samen einfach direkt in den Gartenboden oder in einen Kübel mit Gartenerde. Im Kübel gilt ein Verhältnis von 2 Pflanzen auf 35 Zentimeter Topfdurchmesser, damit die Pflanzen nicht zu stark um Nährstoffe konkurrieren. Halten Sie die Erde jetzt gleichmäßig feucht. Bei warmen Temperaturen keimen die Samen bereits nach ein bis zwei Wochen.

Standort: Der Name sagt es bereits - Sonnenblumen lieben und brauchen Licht und am liebsten mögen sie volle Sonne. Dies gilt auch bereits für Jungpflanzen.

Pflege: Der Wasserbedarf ist hoch und Sie sollten Ihre Sonnenblumen vor allem im Sommer am besten täglich versorgen. Auch der Nährstoffbedarf ist ausgeprägt und sollte in der Zeit von April bis September am besten wöchentlich mit einem flüssigen Grünpflanzendünger gestillt werden. Sonnenblumen eignen sich gut als Schnittblumen für die Vase. Entfernen Sie vom abgeschnittenen Stiel bis auf die oberen zwei bis drei alle Blätter, damit der Schnitt in der Vase länger haltbar ist.

Im Winter: Sonnenblumen sind einjährig. Wenn Sie im Winter die verblühten Sonnenblumen aufrecht stehen lassen, bieten sie noch Nahrung für Samen fressende Vögel.