



Praxisanleitung: Kaltkompostieren

A) Standort und Behälter

Der Kompost gehört an einen halbschattigen Platz, direkt auf den gewachsenen Boden – nicht auf Beton oder Fliesen, damit Bodenorganismen (Würmer, Mikroben) von unten einwandern können. Als Behälter eignen sich ein offener Holzkomposter, ein Drahtsilo oder eine einfache Miete. Wichtig ist, dass das System nicht luftdicht abschliesst, damit genügend Sauerstoff an das Material gelangt und keine Fäulnis entsteht. Für einen typischen Haushalt reichen zwei Behälter von etwa 1×1 Meter. Grundfläche: einer zum Befüllen (Sammelphase) und einer zum Reifen lassen (Reifephase).

B) Fundament und Schichtung

Bevor du anfängst, legst du auf den Boden eine Schicht von etwa 10 bis 20 cm grobem, holzigem Material: Äste, grober Häcksel, grobes Stroh. Diese Schicht dient als Drainage und Luftkanal. Sie verhindert, dass sich unten Wasser staut und anaerobe Zonen entstehen, in denen Fäulnisbakterien statt nützlicher Kompostmikroben arbeiten würden.

C) Laufendes Befüllen (Sammelphase)

Ab jetzt fütterst du deinen Kompost regelmässig – jedes Mal, wenn du Küchenabfälle hast. Die Grundregel dabei ist einfach: Auf 1 Teil frisches, feuchtes, stickstoffreiches Material (Gemüserüst, Kaffeesatz, Obstschalen, Rasenschnitt) kommen 1–2 Teile trockenes, kohlenstoffreiches Strukturmaterial (Holzhäcksel, trockenes Laub, Kartonstreifen, Stroh). Das Strukturmaterial sorgt dafür, dass der Haufen locker und durchlüftet bleibt und nicht zu einer nassen, stinkenden Masse wird. Gleichzeitig dient es als Deckschicht: Es bedeckt das frische Material, hält Gerüche fern und schützt vor dem Austrocknen. Rasenschnitt am besten vorgängig mit Häcksel mischen und dann dazugeben.

Wie oft umwälzen? In der Sammelphase, solange du also noch aktiv neues Material drauf gibst, solltest du den Haufen etwa alle sechs bis acht Wochen einmal grob mit einer Gabel lockern oder teilweise umsetzen. Das bringt Sauerstoff ins Innere, bricht verdichtete Stellen auf und fördert eine gleichmässige Zersetzung. Häufiger als alle vier Wochen ist in der Regel nicht nötig und bringt keinen zusätzlichen Vorteil.

D) Wann aufhören zu befüllen?

Es kann gut sein, dass sich dein Behälter nur sehr langsam füllt. Das liegt daran, dass das Material stetig zersetzt wird und massiv an Volumen verliert. Deshalb ist die reine Füllhöhe als Kriterium nicht praxistauglich.

Stattdessen gilt eine doppelte Regel:

Regel 1 – Zeit: Ein Behälter wird maximal etwa 6 bis 12 Monate lang aktiv befüllt. Danach ist Schluss mit neuem Material, egal wie voll oder leer er aussieht.

Regel 2 – Platz: Wenn der Behälter schon vorher praktisch voll ist (etwa 60 bis 80 cm Füllhöhe nach Setzung), wechselst du ebenfalls früher.

Es gilt, was zuerst eintritt. Ab diesem Zeitpunkt gehen neue Küchenabfälle in den zweiten Behälter; der erste geht in die Reifephase.



E) Umschichten und Reifephase (Behälter A → Behälter B)

Zum Start der Reifephase setzt du den gesamten Inhalt von Behälter A einmal komplett um, indem du alles in Behälter B füllst: Was unten lag, kommt nach oben; was aussen war, kommt nach innen. Dadurch wird der Haufen gut durchlüftet und homogenisiert, und die Reife startet gleichmässiger.

Die Reifephase in Behälter B dauert etwa sechs bis neun Monate. In dieser Zeit gibst du keine neuen Abfälle mehr dazu. In dieser ruhigen Phase bauen vor allem Pilze und Actinomyceten das Material zu stabilem Humus um – dafür brauchen sie möglichst wenig Störung. Du kontrollierst nur noch gelegentlich die Feuchtigkeit: Der Kompost sollte sich anfühlen wie ein gut ausgedrückter Schwamm – feucht, aber nicht tropfend. Wenn er zu trocken wird, giesst du leicht nach; wenn er zu nass ist, mischst du etwas trockenes Strukturmaterial unter.

F) Wann ist der Kompost fertig? Reifer Kompost erkennst du an vier Merkmalen:

1. Er hat eine dunkelbraune bis schwarze, krümelige Struktur.
2. Er riecht angenehm erdig, nach Waldboden – nicht nach Ammoniak oder Fäulnis. Dieser Geruch kommt von Geosmin, einem Stoff, den Actinomyceten (nützliche Bodenbakterien) in der Reifephase produzieren.
3. Das Ursprungsmaterial ist kaum noch erkennbar; nur grössere Holzstücke können noch sichtbar sein.
4. Im Kressetest keimen Kressesamen problemlos und wachsen ohne Verbrennungen oder Wachstumshemmung.

Typischer Zeitplan für einen Haushalt (2-Behälter-System)

- Jahr 1: Behälter A wird befüllt (Sammelphase), alle 6 bis 8 Wochen grob lockern.
- Jahr 2: Zu Beginn von Jahr 2 wird der Inhalt von Behälter A komplett in Behälter B umgesetzt – dort geht er in die Reifephase (nur ruhen lassen, Feuchte kontrollieren). Behälter A ist jetzt leer und kann wieder neu befüllt werden.
- Jahr 3: Zu Beginn von Jahr 3 wird der reife Kompost aus Behälter B geerntet. Anschliessend wird der Inhalt von Behälter A erneut in Behälter B umgesetzt (Reife), und du startest wieder mit einem leeren Behälter A in die neue Sammelphase.

So hast du immer einen Haufen in der aktiven Sammelphase und einen in der Reife – und du bekommst regelmässig fertigen Kompost.

Kontakt

Benjamin Stern
079 851 93 35
b.stern@umweltpaedagogik.ch

