

Mit Verlosung von 5 Flaschen
Multikraft Roots mit Effektiven Mikroorganismen
zur Pflanzenstärkung!

Kohlgemüse – Wer zur Pflanzenart des **Gemüsekohls** (*Brassica oleracea*) gehört, hat viele Geschwister, Cousinen und Cousins. Durch weitere Züchtungen entstammen dem ursprünglichen Gewächs unzählige Formen und Grössen in verschiedensten Farben.

Am Anfang war der Gemüsekohl

Der Gemüsekohl gehört innerhalb der Gattung der Kohlgewächse zur Familie der Kreuzblütler (*Brassicaceae*). Kreuzblütler haben ihren Namen aufgrund der in

ELSA FERSTL
Garten-Center Meier, Dürnten

Kreuzform angeordneten weissen oder gelben Blütenblätter.

Die «Wunderwuzzis»

Kohlgemüse überzeugt nicht nur als Vitamin-C-Bombe, sondern im selben Masse auch als Mineralstoff- und Spurenelementlieferant. Kohlgemüse vermag diese Stoffe aus dem Boden aufzunehmen und zu speichern. Deshalb ist ein biologischer Anbau vorzuziehen, da das Gewächs ebenso schädliche Stoffe aufzunehmen vermag. Verantwortlich für den typischen Kohlgeschmack sind Schwefelverbindungen. Als Wintergemüse verwöhnt uns der Alleskönner mit wichtigen gesundheitsfördernden Stoffen durch die kalte Jahreszeit.

Aber auch als Zierpflanze sind Kohlgewächse wahre «Eyecatcher». In Blumenrabatten gepflanzt, machen sie eine gute Figur und sind äusserst dekorativ. Wobei dies nicht nur für Zier- und Federkohl gilt – sämtliche Kohlarten haben einen Zierwert.

Sonderlinge

Eine faszinierende Züchtung aus Rom aus dem 16. Jahrhundert ist der Romanesco (*Brassica oleracea* convar. *botrytis* var. *botrytis*). Er ist eine Mischung aus Blumenkohl und Brokkoli. Überzeugen tut er mit seinem besonders aromatischen Geschmack. Sein Blütenstand erinnert an kleine Türmchen. Das besondere daran: Die Formen präsentieren Selbstähnlichkeit und spiegeln das Muster der Fibonacci-Spiralen wider.

Der Grünkohl, auch Federkohl genannt, weist den höchsten Vitamin-C-Gehalt unter allem Gemüse auf. Sein süssliches Bouquet entfaltet er bei kälteren Temperaturen über dem Nullpunkt. Wie fälschlicherweise manchmal angenommen wird, braucht der Federkohl für den feinen Geschmack keinen Frost. Selbstverständlich ist er aber frostresistent.

Neu in der Familie ist die Züchtung «Flower Sprouts», auch Kalettes genannt. Die Züchtung aus Rosen- und Federkohl überzeugt mit einem mild-nussig-süsslichen Geschmack. Die farbige Überraschung erfolgt dann bei der Zubereitung. Das Kochwasser nimmt nämlich die Violettfärbung des Gemüses an, ohne dass die Flower Sprouts dabei selbst verblassen.

Tipp für die Küche:
Kürzere Kochzeiten verhindern den intensiven Kohlgeruch. Ausserdem soll kürzeres Kochen gesünder sein.

Spieglein, Spiegeln an der Wand ...

... wer ist der Schönste im ganzen Land? So zahlreich die Sorten sind, so unterschiedlich ist ihr Aussehen. Blätter erscheinen glatt, oval, stark gekräuselt bis blasig. Die Kohlgemüse-Sorten haben eine ein-, zwei- oder mehrjährige Lebensdauer und erreichen Höhen von 40 bis 120 cm – wobei die grossen Exemplare einen verholzten Strunk ausbilden. Es gibt sie rund oder spitz gewachsen. Was sie alle aber gemeinsam haben ist der Chromosomensatz $2n = 18$.

Besonders interessant: Gemüsekohlarten zeigen wie kaum eine andere Gemüsegruppe Fehlformen und teilweise unerklärliche Erscheinungsformen. Dazu gehören etwa Albinismus der Blätter und Gelbfärbung, Glasigkeit, Haarigkeit des Kopfes oder die «Kopflosigkeit» bei Blumenkohl.

Blaukraut ist Rotkraut und Rotkraut ist Blaukraut

Früchte, die den Farbstoff Cyanidin enthalten, erstrahlen in den Farbnuancen Blau, Violett bis Rot. Das Rot für Himbeeren und Rotkohl ist der selbe Farbstoff wie das Blau bei den Trauben. Aber auch ein Rotkohl kann mal Rot oder in Blau erscheinen. Wie kann das sein? Die Lösung findet man im Boden. Je nach pH-Wert des Bodens nimmt der Rotkohl verschiedene Farben an. Ist der Boden sauer, scheint der Kohl rot. Ist er basisch, erstrahlt er blau.

Reichhaltige Ernte – so gelingt's

Kohlgemüse kann über das ganze Jahr gesetzt werden. Je nach Jahreszeit ist eine Vorkeimung in Aussaatschalen, Gewächshäusern und Frühbeetkästen erforderlich, bevor die Jungpflanzen dann ins Freiland umgesetzt werden. Sie gedeihen im Gemüsebeet genauso gut wie im Hochbeet. Wichtig ist aber das richtige Fundament: Ein humoser, lehmhaltiger Boden ist die optimale Voraussetzung für eine üppige Ernte. Ein windgeschützter, sonniger Standort wäre noch das i-Tüpfelchen. Bei der Pflanzung bitte nicht die Nährstoffe vergessen! Damit der Sprössling ge-



Der Gemüsekohl (*Brassica oleracea*) ist ein Kreuzblütler. BILD DIGIHILION - SHUTTERSTOCK

stärkt durch die Saison gehen kann, hilft eine ausgewogene Düngung. Da sich die Starkzehrer nach Nährstoffen sehnen, verwöhnt man sie am besten mit einem stickstoffstrotzenden Dünger. Bokashi wäre hier die geeignete Wahl. Beim Fermentationsprozess von Küchenröstabfällen entsteht ein wertvoller nährstoffreicher Dünger – gleiches Prinzip wie bei der Sauerkrautherstellung. Sauerkraut strotzt vor Nährstoffen und Vitaminen. Nach dem Motto: Was für den Menschen gesund ist, ist ebenso für den Boden respektive für das Gemüse gut.

Neben regelmässigen Wassergaben unterstützen Stärkungsmassnahmen das weitere Gedeihen. Brennnessel- und Schachtelhalmextrakte etwa halten Pilzkrankheiten und Lästlinge fern. Auch Effektive Mikroorganismen steigern das pflanzeigene Immunsystem nachweislich. Dadurch stecken die Pflanzen äussere Einflüsse besser weg. Anwendungen mit dem Produkt «MK5» zum Beispiel – von Beginn der Pflanzung an – lassen ungebetene Gäste wie die lästige Weisse Fliege sprichwörtlich im Regen stehen. Wichtig dabei: Die Anwendung muss regelmässig über die ganze Saison hinweg erfolgen.

Gegen einfliegendes Getier helfen mechanische Barrieren wie feinmaschige Kulturschutznetze. Damit diese tatsächlich ihren Dienst leisten, sollten sie gleich zu Beginn der Vegetationsperiode auf die Jungpflanzen gelegt werden.

Um den Befallsdruck von unerwünschten Gästen zu minimieren und gesunde Pflanzen grosszuziehen, ist das Augenmerk auf die Fruchtfolge zu legen. In Erde, in der

im vorausgegangenen Jahr bereits Kohlgewächse gewachsen sind, sollte im darauffolgenden Jahr kein Kohl gesetzt werden. Zudem sollten Verwandte aus der gleichen Familie nicht jedes Jahr «an den selben Tisch» gesetzt werden. In Mischkultur gepflanzt, bringt der Kohl nicht nur Farbe ins Beet, sondern bereichert die anderen Pflanzen. Dadurch breiten sich Schädlinge und Krankheiten weniger schnell aus.

Gute Freunde von Kohlgewächsen sind Tomaten, Gurken, Rüebli, Spinat, Randen, Erbsen, Rhabarber, Pfefferminze, Sellerie, Kresse, Aubergine und Mangold. Weniger beliebt sind Familienmitglieder der Kohlgewächse: Erdbeeren, Zwiebel, Kartoffeln und der Knoblauch.

Mit diesen vorbeugenden Massnahmen können Sie auf jeden Fall beruhigt in die Gemüsekohlzeit starten.



Mischung aus Rosenkohl und Federkohl: «Flower Sprouts» bzw. Kalettes. BILD DEBORAH SAMWELL - SHUTTERSTOCK



Wunderschöner Romanesco: Er entstand aus Blumenkohl und Brokkoli. BILD 7

Kennen Sie diese Kohlarten?

Der Gemüsekohl gehört innerhalb der Gattung der Kohlgewächse zur Familie der Kreuzblütler (*Brassicaceae*). Kreuzblütler haben ihren Namen von den in Kreuzform angeordneten weissen oder gelben Blütenblättern. Hier ein paar Beispiele von Gemüsekohl-Abkömmlingen:

Blumenkohl (*Brassica oleracea* var. *botrytis*), **Brokkoli** (*Brassica oleracea* convar. *botrytis*), **Grünkohl** (*Brassica oleracea* convar. *Acephala*), **Kohlrabi** (*Brassica oleracea* convar. *Caulorapa*), **Rosenkohl** (*Brassica oleracea* convar. *oleracea* var. *gemmifera*), **Kopfkohl** (*Brassica oleracea* convar. *Capitata*), **Rotkohl** (*Brassica oleracea* convar. *capitata* var. *rubra*), **Weisskohl** (*Brassica oleracea* convar. *capitata* var. *alba*), **Wirsing** (*Brassica oleracea* convar. *capitata* var. *sabauda*).

PS: Chinakohl (*Brassica rapa* ssp. *Pekinensis*) und Pak Choi (*Brassica rapa* ssp. *chinensis*) sind keine Gemüsekohle. Sie gehören zur Gruppe der Rübsen (*Brassica rapa*).

WEITERE INFOS

Die Gärtnerinnen und Gärtner vom Garten-Center Meier in Dürnten stehen Ihnen bei Fragen gerne zur Seite: www.meier-ag.ch

VERLOSUNG MULTIKRAFT ROOTS

Wir verlosen 5 Flaschen (1 l) Multikraft Roots mit Effektiven Mikroorganismen zum Testen.

Nehmen Sie online an der Verlosung teil. Teilnahmeschluss: 1. Juni 2021.

www.hev-schweiz.ch/angebote/verlosung

Die Teilnahme ist gratis und unverbindlich. Die 5 Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung der Wettbewerbspreise.

