

ASIA SALAT

ALLGEMEIN

Aromatische Salat-Exoten aus Japan und China werden in unseren Gärten immer beliebter. Vor allem als Baby Leafs und winterliche Salatkultur machen sie hierzulande als ausgewachsenes Wok-Gemüse Karriere, zudem bringen sie neue Aromen in die Gemüseküche. Asia-Salat ist eine Mischung aus verschiedenen Pflanzenfamilien, die hauptsächlich zu den Kohlarten gehören.

ANBAU

Bodenbeschaffenheit: Die meisten Sorten stammen aus gemäßigten Klimazonen und fühlen sich deshalb auch bei uns ziemlich wohl. Sie freuen sich über humosen Lehm- oder Sandboden und einen hellen Standort im Halbschatten.

Nachbarn: Standorte in der Nähe aller Kohlarten inklusive Kohlrabi und Brokkoli sowie Rettiche und Radieschen sollten gemieden werden. Zum Glück bleiben in diesem Ausschlussverfahren auch einige passende Nachbarn übrig. Das sind Spinat, Rote Bete, Mangold, Möhren, Erbsen und Bohnen.

Aussaat/Pflanzung: Die Aussaat im Frühjahr und Frühsommer ist möglich, aber nur bedingt empfehlenswert, denn zu dieser Zeit sind die Schädlinge Kohlweißling, Kohlflye und Erdflöhe aktiv. Der Salat neigt außerdem zu vorschneller Blütenbildung. Wenn er blüht, ist es mit der Ernte leider vorbei. Die beste Aussaatzeit für eine erfolgreiche und mehrfache Ernte von Asia-Salaten ist der Spätsommer, wenn die größte Hitze vorüber ist. Asia-Salat Jungpflanzen können ab März bis Mitte Juli bei einem Abstand von 10–15 cm in vier bis fünf Reihen ins Freiland gepflanzt werden.

Pflege: Es sollte auf eine gleichmäßige Bodenfeuchte geachtet werden. Durch regelmäßiges Hacken und Mulchen bleibt der Boden locker und beikrautfrei. Die Beete sollten mit einem Kulturschutznetz abgedeckt werden, am besten als kleinen Tunnel. Dann haben sie genügend Raum zu wachsen und sind vor Schädlingen, wie zum Beispiel Kohlflye geschützt.

ERNTE UND LAGERUNG

Erntezeitpunkt: Fünf bis sechs Wochen nach der Aussaat und drei bis sechs Wochen nach der Pflanzung können Asia-Salate geerntet werden. Bis spätestens Ende Mai sollten die sie abgeerntet sein, denn sobald die Tage sehr lang und warm werden, gehen die Pflanzen in die Blüte und die Blätter werden bitter

Vorgehen: Fünf bis sechs Wochen nach der Aussaat und drei bis sechs Wochen nach der Pflanzung können Asia-Salate geerntet werden. Bis spätestens Ende Mai sollten sie abgeerntet sein, denn sobald die Tage sehr lang und warm werden, gehen die Pflanzen in die Blüte und die Blätter werden bitter. Asia-Salate sind wie Pflücksalat oder Mangold sogenannte Mehrweg- oder auch „Cut-and-come-again“-Gemüse. Das bedeutet, sie können mehrmals geerntet werden. Dafür muss die Wurzel in der Erde gelassen und der Pflanze genügend Zeit zum Nachwachsen gegeben werden. Am besten am Anfang nur die äußeren Blätter abschneiden und die Inneren nachwachsen lassen. Später kann dann auch die ganze Rosette abgeschnitten werden. Nicht zu tief, dann treiben die Pflanzen wieder neu aus. Meistens werden die Blätter gebündelt, abgewaschen und ins Wasser getunkt. So bleiben sie frisch.

Lagerung: Asia-Salate sind nur bedingt lagerbar. Daher empfehlen wir die Stile des Bündels abzuschneiden und in einem Glas Wasser oder in einem feuchten Geschirrtuch im Kühlschrank aufzubewahren.

GESCHMACK, VERWENDUNG UND INHALTSSTOFFE

Asia-Salate haben einen fein-aromatischen, mild rettichartigen Geschmack. Sie können roh oder gekocht gegessen werden. Je größer die Blätter sind, desto schärfer wird ihr Geschmack. Schmecken die Blätter pur zu intensiv, können diese mit anderen Salaten gemischt werden. Mit ihrem würzigen Geschmack peppen sie den Blattsalat immer wieder neu auf. Auch beim Dünsten verlieren sie ein bisschen von ihrer Schärfe. Die Blätter können auch als würzigen Brotbelag, als Suppeneinlage, als Wok-Gemüse oder zum Umwickeln von anderen Speisen verwendet werden.