

Neue Serie „Salatvielfalt“ Januar 2015

Babyleaf: Knackige Salate sind ein Fest für Augen und Gaumen. Ob milder Kopfsalat mit seinen vielen Sorten, würziger Romana oder herzhafter Radiccio – alle Blattgemüsesorten haben gartenfrisch das beste Aroma und den höchsten Nährwert. In dieser neuen Serie stelle ich Ihnen Salatarten vor, die es sich lohnt einmal im Garten auszuprobieren. In der Gemüsetheke des Supermarkts wird oft nur Kopfsalat und Eissalat angeboten, weil diese Salatarten fast industriell produziert werden können. Allerdings findet man in den fertig gemischten und geputzten Salatbeuteln der Kühlregale eine meist appetitliche Artenvielfalt. Diese Vielfalt ist auch in unseren Gärten keine Kunst, wie sich nachfolgend bei der Salatmischung „Babyleaf“ zeigen wird. Für manche Gartenfreunde ist schon überraschend, dass viele Salatarten zur gleichen Pflanzenfamilie wie Sonnenblumen, Astern, Löwenzahn oder Ringelblumen gehören (Asteraceae – Korbblütler). Weniger überraschend ist sicher, dass Salate viele Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe, aber kaum Kalorien enthalten. Mit einer üppigen Portion von 100 Gramm nimmt man nur 10- 15 Kilokalorien zu sich, sehr ölige Vinaigrette nicht mitgerechnet. Hier nun eine kurze Beschreibung von „Babyleaf“: Das Salatbeet bereiten wir wie auch bei anderen Salaten vor. Mit etwas eigenem Kompost oder gekaufter Erde aus dem Sack wird der Boden evtl. verbessert. Auf jeden Fall sollte der Boden unkrautfrei, locker und fein abgeharkt sein. Die Aussaat erfolgt im Frühjahr, gestaffelt alle 4 Wochen bis zum Sommer im Abstand von 30 cm oder breitwürfig. Die Pflegemaßnahmen beschränken sich auf normale Unkrautbekämpfung und wenn notwendig, gießen. „Babyleaf“ gehört zu den schnell wachsenden Schnittsalaten und eignet sich auch für Gefäße auf dem Balkon. Die Ernte beginnt schon mit dem Verziehen oder Ausdünnen. Die entfernten Pflanzen kommen in die Küche, die Verbleibenden haben mehr Platz. Später

lassen sich die größeren Blätter ernten. Die inneren Blätter wachsen noch etwas nach. So kann man bis zu 4 mal ernten. „Babyleaf“ bildet keine festen Köpfe. Den Samen gibt es als Mischung roter, grüner, krauser und glatter Sorten von Quedlinburger bei Richter (Delitzsch), bei Pötschke und von Kiepenkerl im Bauhaus.

E. Schmitt, Gartenfachberater KGV Alt Schönefeld.

