

Salatvielfalt im Kleingarten: Rapünzchen

Rapünzchen, in Sachsen nennt man den Feldsalat so. Andere Namen sind in anderen Regionen üblich; Rapunzel (Sie kennen sicher das Märchen, in dem der Wunsch nach diesem Salat eine Tragödie auslöste), Vogelsalat, Nüsslisalat, Ackersalat (bot. *Valerianella locusta*) u.a. Das bekannte und vitaminreiche Baldriangewächs ist in Mitteleuropa und im Mittelmeerraum wild verbreitet. In unseren Gartenmärkten sind viele, zum Teil winterharte Sorten erhältlich. „Gala“ und „Vit“ (mehltautolerant!) von FloraSelf bei Hornbach und von Chrestensen bei Klee, „Verte de Cambrai“ von Sperli und von Quedlinburger „Vally“ bei Hornbach und Klee. Die anspruchslose Pflanze gedeiht im Freien auf abgeräumten Gemüsebeeten als Nachkultur - außer nach Kopfsalat. Der Anbau ist auch im Frühbeet, im Gewächshaus und sogar im Balkonkasten möglich. Rapünzchen sind Schwachzehrer. Sie gedeihen auf humosen, kalkhaltigem, sandigen Boden besonders gut. Gute Nachbarn sind Zwiebeln, schlechte Nachbarn sind Kohlgemüse. Weil Rapünzchen Langtagspflanzen sind, werden sie nur im Herbst und Winter kultiviert. Im Sommer blühen („schießen“) die Pflanzen. Je nach Sorte kann ab August ausgesät werden. Sät man breitwürfig, wird der Samen eingeharkt. In Reihen wird dünn, mit wenig Erde bedeckt und Reihenabstand 15 cm ausgesät. Der Samen muss bis zum Auflaufen der Saat stets feucht gehalten werden. Die Beete sollten unkrautfrei gehalten werden. Vor Kahlfrösten kann man mit Vlies oder Reisig schützen. Geerntet werden die gesamten Blattrosetten. Der Salat ist vor dem Verzehr gründlich zu waschen, weil sich in diesen engen Rosetten Erde oder Sand verstecken kann. Um den Geschmack nicht zu überdecken, sollte dieser Salat nur mit einfachen Soßen angerichtet werden. Mir schmecken Rapünzchen am besten mit Zitronensaft, Pfeffer, Salz und fein gehackter Zwiebelschlotte oder Schnittlauch.

Guten Appetit wünscht Ihr
Gartenfachberater Edgar Schmitt KGV „Alt Schönefeld“

ES 7 15 Rapünzchen

