

## Salatvielfalt im Kleingarten: Römischer Salat

**Römischer Salat** wieder einmal ein Name, den man sehr häufig als Romanasalat, aber auch als Bindesalat, Sommerendivie oder Kochsalat findet (bot. *Lactuca sativa* var. *longifolia*). Der Römische Salat hat ovale, steil aufrecht stehende Blätter mit starker Mittelrippe. Je nach Sorte sind sie grün oder braunrot gefärbt. Der Salat schließt sich meist von selbst zu einem 35 cm hohem lockeren Kopf. Bei ausreichender Bewässerung ist der Salat auch im Sommer schoßfest. Als Standort wäre sonnig bis halbschattig günstig, sowie humoser, nährstoffreicher Boden. Fast immer und auch bei diesem Salat ist eine Mischkultur günstig (mit Porree, Gurken, Sellerie, Tomaten). Von Februar bis März ist unter Glas und Folie eine Vorkultur möglich. Ab April pflanzt man ins Freie, oder sät in Reihen im Abstand von 30 cm. Später wird auf 35 cm vereinzelt. Vereinzelt man die Sämlinge nicht, kann Römischer Salat auch wie Schnittsalat geerntet werden. Wird der Anbau gestaffelt, steht der Salat über eine lange Zeit zur Verfügung. Das Beet wird unkrautfrei und wie oben erwähnt, feucht gehalten. Will man besonders zarten Salat essen, sollte man die Mittelrippen der Blätter entfernen. Die Blattrippen kann man wie Spargel zubereiten. In Gartenmärkten findet man die Sorten: „Altico“ von Kiepenkerl, „Counter“ von Sperli, „Ovired“ von Chrestensen, und von Quedlinburger „Kasseler Strünkchen“. Minirömer („Pandero“ von flora-frey) finden sich verzehrfertig auch fast ganzjährig in den Gemüsetheken der Supermärkte. Im Garten benötigen diese Sorten wenig Platz. Sie sind also besonders für kleine Gärten und Balkons geeignet. Wer den Salat energiearm zubereiten möchte, kann Zwiebelschloten, Joghurt, Orangensaft, Salz, Pfeffer und gehackte Nüsse hinzugeben.

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

ES 5 15 Römischer Salat

