

## Salatvielfalt im Kleingarten: Salatrauke

**Salatrauke**, inzwischen sind mehrere andere Namen für diesen Salat bekannt. Schon im Altertum wurde diese Pflanze als Salat genutzt, im Mittelalter auch als verdauungsförderndes und harntreibendes Mittel. Durch Urlaub in südlichen Ländern und die Werbung kennen viele Gartenfreunde auch die Bezeichnungen Rucola, Ruka, Rauke Ölrauke und Roquette. Der Kreuzblütler (*Brassica eruca*) stammt aus dem Mittelmeerraum und ist wild bis Afghanistan verbreitet. Auch bei uns sind inzwischen Gartenflüchter von diesen Pflanzen in der freien Natur anzutreffen. Salatrauke hat eine spindelförmige dünne Wurzel, die Blätter sind meist gefiedert und schmecken pikant nussig oder scharf bis bitter. Auffallend schön sind die im Juni erscheinenden gelblich-weißen Blüten. Die Salatrauke ist ausgesprochen wärmeliebend und möchte vollsonnig, aber nicht zu nass stehen. Die Aussaat erfolgt Anfang Mai in Reihen. Wenn der Boden mit Kompost versorgt ist, wird nachdüngen überflüssig. Der Anbau ist auch im Frühbeet, im Gewächshaus und sogar im Balkonkasten möglich. Geerntet wird (gepflückt wie Pflücksalat), wenn die Blätter 5- 10 cm lang sind. Salatrauke eignet sich besonders zum Würzen von Mischsalaten, für Kräutersoßen und Kräuterbutter als Beigabe für Fleischgerichte. Lässt man einige Pflanzen blühen und Samen bilden, kann der Samen wie Senfsaat/ Senfkörner verwendet werden (und auch als Samen für das nächste Jahr). In unseren Gartenmärkten und im Versandhandel sind die Sorten „Salat- Rauke“, „Salatrauke“, „Ruka“ und „Wilde Rauke“ (mehrjährig) erhältlich.

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



ES 9 15 Salatrauke