

Erdbeerspinat (*Blitum capitatum*)

Familie: Gänsefußgewächse (Chenopodiaceae)

Besonderheiten

- Erdbeerspinat ist ein in Vergessenheit geratenes Bauerngartengemüse, das heute eine Renaissance erlebt. Der Grund für das zeitweilige Verschwinden des Erdbeerspinates ist die Tatsache, dass sich andere Spinatarten einfacher und schneller ernten lassen. Während die Blätter beim Erdbeerspinat einzeln abgezapft werden müssen, lassen sich andere Spinatarten sogar maschinell ernten, was den Anbau deutlich wirtschaftlicher macht.
- In Privatgärten gewinnt der Erdbeerspinat dennoch wieder zunehmend an Beliebtheit. Seine attraktiven, erdbeerähnlichen Früchte stellen eine raffinierte Dekoration für verschiedenste Speisen dar. Die Früchte sind essbar, aber wenig aromatisch.
- Die Blätter können genauso wie klassischer Spinat zubereitet werden: Entweder roh als Salat oder gekocht bzw. gedünstet als Gemüsebeilage.
- In Ampeln gepflanzt schmückt der Erdbeerspinat auch Balkon und Terrasse.



Anbau

- Erdbeerspinat kann entweder direkt an Ort und Stelle ausgesät oder zunächst in kleinen Töpfen vorkultiviert werden. Die Direktsaat erfolgt von März bis Juli mit jeweils 25 cm Abstand zwischen den Reihen. Innerhalb einer Reihe sollten die Sämlinge auf 15 cm Abstand vereinzelt werden, um den Pflanzen optimale Wachstumsbedingungen zu ermöglichen.
- Alternativ können ab Februar je 3-4 Samenkörner in 9er-Töpfe gesät und warm aufgestellt werden. Ist der Ballen durchwurzelt, können die Jungpflanzen im Abstand von 25 x 15 cm ins Beet oder in Ampeln und Balkonkästen gepflanzt werden.
- Da Staunässe schlecht vertragen wird, ist ein gut durchlässiger Boden bzw. ein guter Wasserabzug im Pflanzgefäß entscheidend für gutes Gedeihen.
- Nach 10-12 Wochen Kulturzeit lassen sich die ersten Blätter ernten. Das Erntezeitfenster erstreckt sich bis zum Blühbeginn, da die Blätter danach sehr klein bleiben.
- Da die Blätter relativ schnell zu welken beginnen, sollten sie erst kurz vor der Verarbeitung gepflückt werden. In ein feuchtes Tuch gewickelt lassen sie sich im Kühlschrank 5-6 Tage lagern.

Literatur

GARTENLEXIKON.DE: Erdbeerspinat, Blitum capitatum – Anbau und Pflege.

<https://www.gartenlexikon.de/erdbeerspinat/>. Zugriff am 29.03.2021.

JACKSCH, T. & KELL, K.: Von Amaranth bis Zuckerwurzel... Raritäten für den Gemüsegarten. Hochschule Weihenstephan-Triesdorf, Institut für Gartenbau. Unveröffentlichte Zusammenstellung.

Bildnachweis

Klinkan, H.