

## Yamswurzel (*Dioscorea batatas*)

Familie: Yamswurzelgewächse (Dioscoreaceae)

### Besonderheiten

- Geschmacklich erinnern die Knollen der Yamswurzel an Süßkartoffeln. Ebenso wie (Süß-) Kartoffeln lassen sich auch Yamswurzeln in der Küche vielseitig verwenden. Gekocht, gebacken, frittiert, gegrillt oder gebraten sind sie schmackhafte Stärkelieferanten.
- Vorsicht: In ungekochtem Zustand sind die Knollen giftig! Selbes gilt für alle oberirdischen Pflanzenteile.
- In ihrer chinesischen Heimat wird die Yamswurzel auch als Heilpflanze sehr geschätzt. Sie soll Linderung bei Appetitlosigkeit und Müdigkeit, Rheuma, Harnwegsentzündungen und Verdauungsbeschwerden verschaffen.



### Anbau

- Eine Besonderheit der Yamswurzel ist ihre Art der Vermehrung: Die Pflanze bildet in den Blattachsen kleine, vegetativ entstandene Brutknöllchen aus, die als Pflanzgut verwendet werden.
- Diese Brutknöllchen werden zwischen Anfang März und Anfang April zu je 2 Stück ca. 1-2 cm tief in kleine Töpfe gesteckt und bei 25 °C aufgestellt.
- Etwa ab Mitte Mai können die Jungpflanzen im Abstand von 1,2 bis 1,5 m ausgepflanzt werden. Der Standort sollte sonnig bis halbschattig sein und einen humosen, gut durchlässigen Boden aufweisen.
- Sobald sich aus den Knospen 15-20 cm hohe Triebe entwickelt haben, benötigen die Kletterpflanzen eine Rankhilfe, an der sie sich entlangwinden können. Im Laufe des Sommers können die Pflanzen eine Höhe von 3-5 m erreichen. Außerdem wird eine enorme Blattmasse produziert.
- Im späten Frühjahr bzw. beginnenden Sommer kann die Yamswurzel durch Stecklinge vermehrt werden.
- Sämtliche Energie, die die kräftigen Pflanzen im Laufe der Vegetationsperiode durch Photosynthese erzeugen, wird in den dicken, dahlienähnlichen, bis zu 2 m senkrecht in den Boden wachsenden Knollen gespeichert. Besonders wichtig für das Knollenwachstum ist die Phase der Laubverfärbung im Herbst, wenn sämtliche Energie in die unterirdischen Speicherorgane eingelagert wird.
- Daher sollte mit der Ernte der leicht zerbrechlichen Knollen bis Ende Oktober gewartet werden. Dunkel und kühl lassen sich



die Yamswurzeln gut bis zu 2 Wochen lagern. In gekochtem Zustand können sie auch eingefroren werden.

- In der Regel sind die Pflanzen in Mitteleuropa ausreichend winterhart, ein leichter Winterschutz, z. B. in Form einer Mulchdecke, ist aber dennoch empfehlenswert.

### Literatur

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

RIEDHOF.ORG, 2015: Lichtwurzel-Anbau.

<https://riedhof.org/projects/lichtwurzelanbau/>. Zugriff am 31.03.2021.

### Bildnachweis

- (1) H. Zell/Wikimedia Commons, CC BY-SA 3.0
- (2) Public Domain/Wikimedia Commons