

## Asia-Salate (*Brassica rapa*, *Brassica juncea*)

Familie: Kreuzblütler (Brassicaceae)

### Besonderheiten

- Bei den sogenannten Asia-Salaten handelt es sich um Asiatische Blattgemüse unterschiedlichster Arten und Sorten, die bereits im Babyleaf-Stadium von 6-12 cm geerntet und meist als bunter Salat-Mix angeboten werden.
- Zur Verwendung als Asia-Salate gibt es spezielle Sorten von Blattkohl, Blattsenf, Salatkohl, Pak Choi und Co., die sich besonders gut für den Anbau als Babyleaf eignen. Sie alle zählen zu den Verwandten des Kohlgemüses.
- Variabel sind nicht nur Farbe und Form der Blätter, sondern auch der Geschmack: Die Bandbreite reicht je nach verwendeten Sorten von mild-nussig bis scharf-würzig.
- Asia-Salate sind außerordentlich raschwüchsig und mit Schutz vor Niederschlag geschützt absolut winterhart (frostfest bis -15 °C).



### Anbau

- Sortenempfehlungen:
  - **Blattkohl** 'True Siberian', 'Western Front'
  - **Blattsenf** 'Agano', 'Friszy Joe', 'Friszy Lizzy', 'Golden Frills', 'Golden Streaks', 'Grün im Schnee', 'Red Giant', 'Rouge metis', 'Ruby Frills', 'Tokyo Beauty'
  - **Mizuna/Salatkohl** 'Arun', 'Mandovi', 'Mibuna', 'Mizuna', 'Mizuna Deep Red', 'Mizuna Early', 'Nagoya'
  - **Pak Choi** 'Arax', 'Green Fortune', 'Hanakan', 'Sagami', 'White Celery'
  - **Rosetten-Pak-Choi** 'Tama', 'Tatsoi'



- Asia-Salate können entweder direkt ausgesät oder als Jungpflanzen vorkultiviert und dann ausgepflanzt werden.
- Für einen ergiebigen, unkrautfreien Bestand sollten enge Reihenabstände (10-20 cm) gewählt und auch innerhalb der Reihe dicht gesät bzw. gepflanzt werden (Einzelkornablage in der Reihe im Abstand von 2,5 cm/Pflanzung: Tuffs mit 5-6 Pflanzen pro Topf im Abstand von 15-20 cm).
- Durch eine geschickte Anbau-Staffelung kann man sich den gesamten Winter hindurch mit frischen Asia-Salaten versorgen:
  - Der erste Satz wird Anfang Oktober im Frühbeetkasten ausgesät.
  - Im Abstand von 14 Tagen folgen die späteren Sätze.
  - Bis Ende Oktober ausgesäte Sätze werden noch vor Weihnachten erntereif, die Aussaaten von Anfang bis Mitte November liefern Ernte im Frühjahr.
  - Werden jeweils nur die losen Blätter in einer Höhe von ca. 2 cm geschnitten, sind 2 bis 3 Ernten möglich. Sollen die Salate nur einmal beerntet werden, wird die ganze Blattrosette geschnitten.
  - Asia-Salate sind äußerst ertragreich: Pro m<sup>2</sup> liefern sie 2-3 kg Erntegut.



## Literatur

COLEMAN, E., 2015: Handbuch Wintergärtnerei. Frisches Biogemüse rund ums Jahr. Löwenzahn Verlag, Innsbruck. 2. Auflage.

GARTENFLORA: Gemüse im Winter anbauen – So klappt's. Hrsg.: dbv network GmbH.

<https://www.gartenflora.de/gartenwissen/nutzgarten/gemuese/gemuese-im-winter-anbauen/>. Zugriff am 16.02.2021.

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

PALME, W., 2017: Frisches Gemüse im Winter ernten. Die besten Sorten und einfachsten Methoden für Garten und Balkon. Löwenzahn Verlag, Innsbruck. 2. Auflage.

## Bildnachweis

Fröhler, L., 2021