

CHINAKOHL

Wissenschaftlicher Name: *Brassica rapa* ssp. *pekinensis*

Pflanzenfamilie: Kreuzblütengewächse (*Brassicaceae*)

Weitere Namen: Chinesischer Kohl, Pekingkohl, Schantungkohl, Japankohl

Herkunft: Der Chinakohl soll angeblich aus einer Kreuzung zwischen *Brassica rapa* ssp. *chinensis* (Pak Choi) und *Brassica rapa* ssp. *rapa* (Speiserübe) hervorgegangen sein. Der Chinakohl ist daher mit den europäischen Kohllarten nur entfernt verwandt, die ja alle auf eine Wildform (*Brassica oleracea* var. *silvestris*) zurückgehen. Er stammt wahrscheinlich aus dem Norden Chinas, wo er auch bereits seit mehr als 500 Jahren kultiviert wird. Im 18. Jahrhundert gelangte er durch Missionare nach Europa.

Kultur: Chinakohl benötigt lehmige Sand- bzw. sandige Lehmböden und einen pH-Wert von 6 bis 7,5. Üblich ist eine Direktsaat und zwar von Ende Juli bis spätestens Mitte August. Frühere Aussaaten neigen zum Schossen. Einige Sorten sind in der Zwischenzeit im Handel, die auch früher angebaut werden können. Die auflaufenden Pflänzchen sollten auf einen Abstand von 40 x 40 cm vereinzelt werden. Nach der Aussaat leicht angießen, auch eine Bewässerung während der Kulturdauer ist notwendig. Eine Ernte erfolgt dann von Oktober bis November.

Düngung: Chinakohl hat einen hohen Düngbedarf, am besten wird ein schnell wirkender Stickstoffdünger verabreicht. In der Regel erfolgen 1 Grunddüngung und 2 Kopfdüngungen.

Beschreibung: In unseren Breiten gilt Chinakohl als einjährig, in Ostasien ist er entwicklungsphysiologisch zweijährig. Die pflanze bildet 30 bis 60 cm lange, meist länglich-ovale, selten quer-ovale, Blätter aus. Die Außenblätter sind, je nach Sorte, hell-, mittel- oder dunkelgrün, die Innenblätter orange, gelb, cremefarben oder weiß. Die Mittelrippen der Blätter sind fleischig, weiß und verbreitert. Je nach Sorte werden ovale, hoch-ovale oder lange Köpfe gebildet. Chinakohl besitzt keinen ausgeprägten Strunk. Werden Blüten ausgebildet ähneln sie jenen der anderen Kohlgewächse. Die Blüten sind gelb, Früchte sind Schoten. Chinakohl ist eine Langtagspflanze. Niedrige Temperaturen während der Keimphase führen mit Sicherheit zum Schossen vor der Kopfbildung.

Wichtigste Inhaltsstoffe:

Kohlenhydrate, Eiweiß, Aminosäuren, Senföle, Kalium, Kalzium, Phosphor, Eisen, Provitamin A, Vitamin C.

Sorten, Varietäten, Formen:

langköpfige, lockere Formen mit schmalen, grünen Blättern: ‚Cantoner‘, ‚Granat‘, ‚Banko F₁‘, ‚Green Rocket F₁‘

runde bis ovale Formen mit festen, gedrungenen Köpfen und breiteren, gelbgrünen, stärker gekräuselten Blättern: ‚Hongkong Hybrid‘, ‚Nagaoka‘, ‚Nagaoka King‘, ‚Early Market‘, ‚Yuki F₁‘, ‚Asten F₁‘, ‚Kasumi F₁‘, ‚China Express F₁‘

orange Innenblätter: ‚Orange Queen‘

Lagerung: frisch gekauft kann Chinakohl etwa 3 bis 4 tage aufbewahrt werden.

Optimale Lagerbedingung: 0-1°C und 92 bis 95% rel. Luftfeuchtigkeit und gute Luftzirkulation.

Lagerungsdauer: unter optimalen Bedingungen 2 bis 3 Monate.

Pflanzenschutz: Wie alle Kohlgewächse ist auch Chinakohl durch die Kohlhernie (*Plasmiodiophora brassicae*) stark gefährdet. Typische Krankheiten für den Chinakohl sind überdies Blattfleckenkrankheiten (*Alternaria brassicae*, *A. brassicicola*, *Pseudocercospora capsellae*, *Phoma lingam*) und Falscher Mehltau (*Peronospora parasitica*). An tierischen Schädlingen kommen meist Erdflöhe, Kohlflye, Blattläuse und die Kohlrübenblattwespe vor.

Hinweise: Schwarze Schnittstellen am Grunde des Kopfes weisen auf eine schlechte Behandlung bzw. eine zu lange Lagerzeit bei zu hohen Temperaturen hin.

Verwendung: Chinakohl wird als Salat (als Salat hat er den Namen Jägersalat) und als Kochgemüse zubereitet. Beliebte Zutaten zu Chinakohlsalat sind Äpfel, Orangen, Mandarinen, Kiwi, Pfirsiche, Mais, Harte Eier, Paprika, Gurken, Paradeiser, Karotten u. v. m. In Milch gedämpft schmeckt Chinakohl besonders gut. Weitere Verwendungsmöglichkeiten: Eintopf, Rouladen, Suppe, überbackener Chinakohl, Chinakohl-Gratin, Chinakohl-Kuchen. Chinakohl lässt sich auch einfrieren.



