

RETTICH

Wissenschaftlicher Name: *Raphanus sativus* var. *niger*

Pflanzenfamilie: Kreuzblütengewächse (*Brassicaceae*)

Weitere Namen: Radi, Rettig

Herkunft: Das östliche Mittelmeergebiet und Vorderasien werden als Heimat des Rettichs angenommen. Die ältesten Hinweise zur Nutzung des Rettichs stammen allerdings aus Nordchina. Im 1. und 2. Jahrhundert kultivierte man Rettich in Ägypten, Italien, Griechenland und im römischen Germanien. Für den Anbau in Deutschland gibt es sichere Hinweise aus dem Mittelalter. Im 16. Jahrhundert wird der Rettich in fast allen Kräuterbüchern genannt. Heute ist er in allen Erdteilen verbreitet.

Kultur: Rettich bevorzugt möglichst sonnige, aber nicht zu trockene, Lagen auf tief gelockerten, humusreichen Böden, die nicht zum Verschlämmen neigen. Der pH-Wert sollte bei 5,6 bis 7 liegen. Frührettich wird Ende März bis Mitte Mai und Anfang bis Mitte August ausgesät, Sommerrettich von Mitte Mai bis Mitte Juli und Herbst/Winterrettich von Ende Juni bis Anfang August. Frührettich soll auf einen Abstand von 20 x 10 cm vereinzelt werden, spätere Sätze auf 30 x 20 cm. Das Saatgut wird 0,5 bis 1,5 cm tief abgelegt. Wichtig ist eine Bodenlockerung, vor allem um Erdflöhe der Kultur fernzuhalten, sowie eine gleichmäßige und reichliche Wasserversorgung. Frührettich kann nach 6 bis 7 Wochen, Sommerrettich nach 8 bis 9 Wochen und Herbst/Winterrettich nach 14 bis 16 Wochen geerntet werden.

Düngung: Rettich hat einen mittleren Düngerbedarf.

Beschreibung: Rettich ist eine zweijährige Pflanze, die im ersten Jahr eine Rosette gelappter und fiederteiliger Blätter ausbildet sowie eine kräftige Rübe. Im zweiten Jahr bildet die Pflanze den Blütenstand mit kleinen, weißen, roten oder violetten Blüten.

Die Rübe entsteht aus dem basalen Teil des Hauptsprosses, dem Hypokotyl und einem Teil der Wurzel. Sie ist je nach Sorte rund, zapfenförmig, spindelförmig, zylindrisch, oval, walzenförmig, bis zu 30 cm lang und in der Farbe weiß, rosa, rot, braun, violettblau bis schwarz und rot mit weißen Spitzen. Das Fleisch der Rübe ist stets weiß. Eine Anbaupause von 2 bis 3 Jahren mit allen Kreuzblütengewächsen einhalten.

Wichtigste Inhaltsstoffe: Kohlenhydrate, Eiweiß, Fett, Kalzium, Kalium, Phosphor, Natrium, Eisen, die Vitamine B₁, B₂, Niacin und C.

Sorten, Varietäten, Formen:

z. B. weiß: ‚Halblanger Weißer‘, ‚Münchner Bier‘, ‚Neckarruhm‘, ‚Rex‘, ‚April Cross F₁‘, ‚Lindegger Sommer‘,...

z. B. schwarz: ‚Langer schwarzer Winter‘, ‚Runder schwarzer Winter‘, ‚Wiener Runder Kohlschwarzer‘,...

z. B. rosa: ‚Ostergruß‘,...

z. B. bräunlich: ‚Maindreieck‘,...

z. B. rot: ‚Hilds roter Neckarruhm‘,...

Vermarktung: Junge und Frührettiche werden mit Laub als Bündelware angeboten, sonst stückweise oder nach Gewicht.

Lagerung: Rettich kann bei 0,5°C und 90% rel. Luftfeuchtigkeit oder in Erdmieten 4 bis 6 Monate gelagert werden. Rettiche mit Laub, also Bündelware, sind kühl und nicht zu trocken aufzubewahren. So halten sie sich maximal 10 bis 14 Tage.

Pflanzenschutz: An den Wurzeln können die Kohlhernie, Rettichschwärze, Sclerotiniafäule, Fusarium-Welke schädigen, am Laub Kohlschwarzringfleckenvirus, Weißer Rost, Falscher Mehltau. An Schädlingen treten hauptsächlich Erdflöhe, Kleine und Große Kohlflye, Blattläuse und die Kohldrehherzmücke auf.

Hinweise: Welke und gelbliche Blätter deuten auf alte Ware hin.

Verwendung: Rettich wird überwiegend roh verzehrt. Berühmt ist der weiße Bierrettich in Bayern, ein ausgesprochenes „Biergartengemüse“, das zur Brotzeit gehört wie eine Brezn und die Weißwurst. Es gibt aber auch eine Reihe von Rezepten für Kochgemüse wie Rettichauflauf, Rettichröstchen und Rettichsuppe. Rettich besitzt einen hohen gesundheitlichen Wert. Er hilft bei Erkältungen, Herz-, Leber-, Galle- und Verdauungsbeschwerden.



