

MEERKOHL

Wissenschaftlicher Name: *Crambe maritima*

Pflanzenfamilie: Kreuzblütengewächse (*Brassicaceae*)

Weitere Namen: Strandkohl, Seekohl

Herkunft: Bereits bei den Römern war der Meerkohl als allerdings wenig bekanntes Gemüse in Verwendung. Der Meerkohl wächst wild in den Küstengebieten West- und Nordeuropas sowie am Schwarzen Meer. In England wird der Meerkohl seit 1750 kultiviert und ist dort ein sehr feines und auch beliebtes Gemüse. Bei uns wird er zusehends, ausgehend von botanischen Gärten, als Gemüserarität kultiviert und von Feinschmeckern geschätzt.

Kultur: Als Standort eignen sich alle sonnig bis halbschattigen Stellen. Der Meerkohl gedeiht in jedem humosen Gartenboden. Die Aussaat ist schwierig, da der Meerkohl ein Kaltkeimer ist (Spezialisten simulieren im Kühlschrank die notwendige Kälte für die Samenkeimung). Besser gelingt die Vermehrung durch Wurzelabrießlinge über den Winter. Das Treiben der fleischigen Sprosse erfolgt wie beim Spargel von März bis April durch Drüberstülpen von lichtundurchlässigen Gefäßen, abdecken mit Folien oder Anhäufeln.

Düngung: Meerkohl ist ein Mittelzehrer.

Beschreibung: Meerkohl ist ein ausdauernder (!), sehr widerstandsfähiger und robuster, reich verzweigter und offener Blattkohl. Die Pflanze wird ca. 50 bis 70 cm hoch. Die in der Regel aufrechten, langen und 2 bis 3 cm dicken, kahlen Blattstiele haben große, rundliche, breit gelappte, leicht gewellte, blaugrüne, wachsbedeckte und etwas fleischige Blätter. An ca. 60 cm hohen rispig verzweigten Stängeln erscheinen im Mai und Juni die kleinen weißen, in kurzen Trauben stehenden Blüten. Die Beerntung beginnt, wie beim Spargel, im dritten Jahr nach der Aussaat und kann 7 bis 10 Jahre fortgesetzt werden

Wichtigste Inhaltsstoffe: Vitamin C (ca. 30mg%).

Sorten, Varietäten, Formen: keine bekannt.

Lagerung: Die geschnittenen Stiele können im Kühlschrank ungefähr 1 Woche aufbewahrt werden.

Hinweise: In England gibt es zum Überstülpen der Pflanzen eigens hergestellte „sea kale pots“ mit 30 cm Durchmesser und 50 cm Mindesthöhe. Die auf diese Weise gebleichten, zarten und saftigen Stiele oder Sprosse werden abgeschnitten, wenn sie ca. 15 bis 25 cm Länge erreicht haben und sich die Blattspreiten noch nicht entwickelt haben.

Verwendung: Die zarten und bleichen Stängel kann man roh in Salaten essen, fast immer werden sie jedoch gekocht. Geschält und wie Spargel zubereitet, ergeben sie ein sehr wohl-schmeckendes Gemüse. Der Geschmack ist angenehm süßlich-aromatisch, angenehm kohlar-tig.

