

## PASTINAKE

**Wissenschaftlicher Name:** *Pastinaca sativa*

**Pflanzenfamilie:** Doldenblütengewächse (*Apiaceae*)

**Weitere Namen:** Gartenpastinak, Hammelmöhre, Moorwurzel, Pasterna, Balsternak

**Herkunft:** Die wild vorkommende Pastinake ist in ganz Europa und in Asien vom Kaukasus bis Sibirien verbreitet und wird auch als Wildgemüse genutzt. Die Pastinake ist auch eine der ältesten Sammelpflanzen der Ureinwohner Eurasiens. In Mitteleuropa war sie bis ins 18. Jahrhundert eine wichtige Grundnahrungspflanze und wurde schließlich von Erdäpfeln und Karotten verdrängt. Heute werden Pastinaken hauptsächlich in England, Frankreich, Holland, den skandinavischen Ländern und den U.S.A. angebaut, wo sie als Delikatesse sehr geschätzt sind. Dies ist bei uns nicht der Fall, nur die Verarbeitungsindustrie nutzt die Pastinake zur Herstellung von Babynahrung und Trockengemüse (in der Regel in Mischungen mit anderen Gemüsen).

**Kultur:** Nur frisches, d. h. einjähriges, Saatgut verwenden, da die Samen nach einem Jahr bereits ihre Keimfähigkeit verlieren. Der Anbau kann im Frühjahr erfolgen, sobald der Boden offen ist. Sollen die Pastinaken über den Winter stehen bleiben, wählt man für den Anbau am besten die Monate Mai bis Juni aus. Der Reihenabstand sollte 40 - 50 cm betragen, in der Reihe wird auf 10 - 15 cm vereinzelt. Die Pastinaken benötigen eine Kulturdauer von ca. 200 Tagen, also erfolgt die Ernte erst im Herbst oder aber im darauffolgenden Frühjahr.

**Düngung:** Pastinaken benötigen 100 - 120 kg/ha Stickstoff, aber in 2 Gaben geteilt.

**Beschreibung:** Die Pastinake ist eine zweijährige Pflanze. Die Pflanze wird zwischen 30 und 125 cm hoch. Der aufrechte Stängel ist im oberen Teil verzweigt. Die Stängel sind kantig und gefurcht. Die Blätter sind wechselständig und glänzen auf den Oberseiten. Sie sind einfach gefiedert mit 3 bis 7 Fiederpaaren und einer 3-lappigen Endfieder. Der Blattrand ist unregelmäßig gekerbt.

Die Blüten sind gelb und in Doppeldolden angeordnet. Die seitlichen Dolden überragen die Enddolde; die Seitendolden sind ungleich lang gestielt. Die kleinen Blüten sind zwittrig mit unterständigem Fruchtknoten, die Hüllblätter fehlen (fallen früh ab). Blütezeit ist Juli bis September; Insektenbestäubung. Die Früchte sind breit elliptisch und stark zusammengedrückt, etwa 5-7 mm lang und breit geflügelt.

Im ersten Jahr bildet die Pflanze die rübenartige Wurzel aus, im zweiten Jahr blüht sie dann.

Die rübenförmige Wurzel der Pastinake sieht wie eine übergroße Petersilienwurzel aus. Sie ist walzig oder spindelförmig. Der Kopfteil, dort wo die Blätter ansetzen, ist dick und breit. Die Rübe läuft unten spitz zu und hat nur sehr wenige und dünne Nebenwurzeln. Die Rinde der Rüben ist gelb bis gelbbraun mit dunklen Streifen herum. Innen sind sie fleischig, weiß, manchmal auch gelblich bis bräunlich.

**Wichtigste Inhaltsstoffe:** Kohlenhydrate (Zucker, Stärke, Pektin), Eiweiß, Fett, Kalzium, Kalium, Phosphor, Eisen, Provitamin A, die Vitamine B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub> und C (ca. 18mg%). Der Nährwert der Pastinake übertrifft den der Karotten und der Kohlrübe.

Der aromatische, würzige, zwischen Karotten und Petersilie liegende Duft und Geschmack der Pastinake rührt von ätherischen Ölen her, deren Gehalt zwischen 1,5 und 3,6% schwankt.

### **Sorten, Varietäten, Formen:**

Die Sorten werden eingeteilt in solche mit

- a) kurzen Wurzeln (z. B.: ‚Avonresister‘)
- b) halblangen Wurzeln (z. B.: ‚Suttons Student‘, ‚Halblange Weiße‘)
- c) langen Wurzeln (z. B.: ‚Lange Weiße‘)

**Lagerung:** Die Wurzeln sind frosthart und können den Winter über im Boden bleiben. Sie können auch in Mieten, Kellern und Kühlräumen, dort einige Monate, gelagert werden.

**Optimale Lagerbedingung:** 0 - 1°C  
rel. Luftfeuchtigkeit: 98 - 100%

**Lagerungsdauer:** unter optimalen Bedingungen bis zu 6 Monate.

**Pflanzenschutz:** Manchmal treten Schäden durch die Möhrenfliege auf, in warmen und trockenen Jahren durch den Echten Mehltau.

**Hinweise:** Pastinaken sollen nach mehrwöchiger Lagerung oder nach den ersten Nachtfrösten am besten schmecken.

**Verwendung:** Verwendung finden die rübenförmigen fleischigen Wurzeln (0,8 bis 1,5 kg schwer). Ganz frische Wurzeln und Triebe verwendet man auch zum Würzen. Früher wurden Pastinaken auch als Kaffee-Ersatz verwendet.

Pastinaken werden roh als Salat oder gekocht wie Karotten zubereitet (zum Suppengrün, Wurzelgemüse). In England werden Pastinaken zu Mehl vermahlen und daraus pikante Kuchen gebacken. Die Verarbeitungsindustrie trocknet die Wurzeln zu Würze für Suppen, Mischgemüse, Babynahrung. Weiters werden sie noch als Viehfutter verwendet.



