

## RADICCHIO

**Wissenschaftlicher Name:** *Cichorium intybus* var. *foliosum*.

**Pflanzenfamilie:** *Asteraceae* (Korbblütengewächse), Unterfamilie *Cichorioideae* (Zungenblütige Korbblütengewächse).

**Weitere Namen:** Radicchio rosso, Rote Endivie, Roter Chicorée, Rosettenzichorie.

**Herkunft:** Die Heimat des Radicchio ist Europa, Vorderasien und Nordafrika.

**Kultur:** Radicchio ist eine mehrjährige Pflanze. Eine Direktsaat erfolgt von Mitte Juni bis Anfang Juli (Palla-Rossa-Typen) und von Ende Mai bis Anfang August (Veroneser-Typen). Die Saattiefe bei Direktsaat beträgt 2-3 cm.

Bei Sommeraussaat erntet man die Palla-Rossa-Typen im Oktober (bei günstigem Wetter bis Dezember). Die Veroneser-Typen werden zwischen Dezember und März geerntet.

Die Palla-Rossa-Typen eignen sich auch für den Anbau im Gewächshaus.

**Düngung:** Vor der Pflanzung oder Aussaat 60 bis 70 g/m<sup>2</sup> Volldünger.

**Beschreibung:** Radicchio hat auffällig rote oder weißrot gestreifte, oft auch gefleckte, Blätter. Er entwickelt einen festen, runden Kopf. Radicchio schmeckt bitter bis leicht nussartig.

**Wichtigste Inhaltsstoffe:** Phosphor, Kalzium, Kalium, Provitamin A, Vitamin C, Intybin. Das Intybin verursacht den herben bis bitteren Geschmack (auch bei Endivie und Chicorée); es soll stoffwechselfördernd sein und früher war es auch als Magenmittel im Einsatz.

### **Sorten, Varietäten, Formen:**

Es gibt die sogenannten Palla-Rossa-Typen (schnellwüchsig, Ernte im Herbst, vertragen wie Endivien nur leichten Frost) und die Veroneser-Typen (für kontinentales Klima, Ernte von Dezember bis März). Die Ausfärbungen der Blätter reichen von rotviolett, weinrot bis rosaviolett. Die Blattadern sind weiß. Es gibt auch weiß-rot gestreifte und gefleckte Formen.

**Lagerung:** Radicchio ist kein Lagergemüse. In nicht gekühlten Räumen welkt er sehr rasch und die Blätter beginnen sich vom Rand her braun zu verfärben. Radicchio sollte locker und in wenigen Lagen aufbewahrt werden.

**Optimale Lagerbedingung:** bei 6°C und relativer Luftfeuchtigkeit von ca. 90% bis zu 4 Wochen.

**Pflanzenschutz:** Schäden können Erdraupen Schäden, manchmal auch die Schwarzfäule (eine Pilzkrankheit) verursachen.

**Hinweise:** Um den bitteren Geschmack zu lindern, legt man die Blätter ca. 10-20 Minuten in lauwarmes Wasser. Man kann auch Zucker oder Früchte (z. B. Ananas, Bananen, Äpfel, Birnen, Melonen,...) den Blättern beimengen.

**Verwendung:** Radicchio mit der dekorativen rot-weißen Färbung ist der typische „italienische“ Salat. Allein oder mit anderen Salaten oder Früchten wird Radicchio mit Essig und Öl, Joghurt, Marinaden oder Dressings versehen. Als Salat ist er überhaupt vielseitig verwendbar, so auch vermengt mit Champignons, Schinken, Zwiebeln, Knoblauch oder mit heißen

Speckstückchen übergossen. Die Blätter kann man auch mit Käse oder Wurst- und Fleischsalaten füllen.

Auch die Wurzeln des Radicchio werden verwendet. Sie werden geschält und in dünne Scheiben geschnitten oder fein gehackt. So mischt man sie unter den fertigen Salat. Die Wurzeln schmecken etwas bitterer als die Blätter.

Radicchioblätter können auch als gekochtes Gemüse gegessen werden. Sie werden hierzu nur kurze Zeit gedünstet.

