

Frisch vom Freiland und Tunnel in die Kübel kommen in dieser Woche

Fenchel
Karotten
grüne Zwiebeln
Salate
Zucchini
Mangold
Tomaten
Petersilie
Schnittlauch
Ysop (Teekraut zum Trocknen)

Aktuelles vom Acker

Dieser Sommer ist nicht einfach für den Gemüsebau. Nicht nur die Trockenheit – dagegen können wir bewässern – sondern die Sonneneinstrahlung an sich macht den Pflanzen zu schaffen. An vielen Blättern sind Brandstellen zu sehen, braungelbe eingetrocknete Zellpartien (Sonnenbrand). Einige Pflanzen gehen in Blüte bevor sie richtig ausgewachsen sind.

Es gibt aber auch Kulturen, denen das Wetter nichts auszumachen scheint. Den Karotten, den Zwiebeln, den Kürbissen, den Zucchini und den Tomaten sieht man nichts an, sie haben sich gut entwickelt und wir ernten reichlich.

Die Buschbohnen sind abgeerntet und haben Platz gemacht für die Herbstkohlrabi, die hoffentlich trotz der unwirtlichen Temperaturen gut anwachsen werden. Es ist jetzt auch an der Zeit, Feldsalat (Nüssli) und Grumolo (Winterendivie) auszusäen. Leider ist es dafür viel zu warm, die Samen würden nicht keimen. Wir wollen die erstbeste Abkühlung dafür nutzen.

Auch die Voraussaat für die Setzlinge der Herbstkulturen steht an. Denn wenn Tomaten, Paprika und Auberginen abgeerntet sind, werden im Tunnel nochmal Salate und Kohlrabi gepflanzt, außerdem Winterpostelein, der geschmacklich dem Kopfsalat nahe kommt und mehrmals geerntet werden kann.

Produkt-Informationen:

Aubergine

(*Solanum melongena*) wird auch Eierfrucht (engl. Eggplant) genannt und stammt ursprünglich aus dem Bereich um Indien und China, wo sie schon vor unserer Zeitrechnung kultiviert wurden. Im 12. Jahrhundert gelangte Samen nach Spanien und breitete sich von dort aus in den Mittelmeerländern aus. In Deutschland sind die Früchte erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts bekannt.

Die Aubergine ist ein Strauch, wird aber vorwiegend einjährig kultiviert, da sie wärmeliebend und nicht frostbeständig ist. Wegen der kurzen Kulturdauer (Mai-September) bauen zwei kleinfruchtige Sorten an – eine mit violetter Schale, die andere ist blausviolett/pink.

Die Frucht sollte nur gekocht verzehrt werden, sie ist leicht verdaulich, energiearm und enthält Bitterstoffe, die durch Salzen vor der Zubereitung gemildert werden können. Sie hat einen milden Eigengeschmack und kann daher mit Gewürzen wie Zwiebeln, Zitrone, Kräutern und Pfeffer ergänzt werden.

Zucchini / Zugetti

(*Cucurbita pepo giromontiina*) ist nahe verwandt mit dem Kürbis. Die Bezeichnung kommt aus der italienischen Sprache, wo „Zucca“ = Kürbis bedeutet.

Die Evolution von *C. pepo* vollzog sich aus der Wildart *Cucurbita texana*, heimisch im nördlichen Mexico. Die frühesten Funde der Kulturform sind bis 7000 vor der Zeitrechnung zu datieren. Nach der Entdeckung Amerikas gelangten die Kürbisartigen Früchte zunächst nach Spanien und Italien. Die Bezeichnung Zucchini wurde erst seit den 1960er Jahren im deutschsprachigen Raum bekannt.

Die einjährige, frostempfindliche Pflanze wächst buschförmig. Sie bildet an sechskantigen Stielen fünfklappige Blätter, die stachelig behaart sind. Die Frucht ist eine niedere Beere, die in Form und Farbe je nach Sorte variiert, von walzenförmig über keulenförmig bis rund. Die Früchte werden jung (unreif) geerntet und die Schale ist essbar. Essbar sind auch die männlichen Blüten der Pflanzen, die meist gefüllt gegart werden.

Zucchini können roh wie gekocht verzehrt werden, ihr Geschmack ist leicht nussig. Sie sind gut verdaulich, haben eine geringe Energiedichte, sind säure- und rohfasernarm und enthalten viele Vitamine und Mineralstoffe.

Wir bauen drei Sorten an:

Die gestreifte `Costata Romanesco`, die gelbschalige `Auslese Sativa` und die dunkelgrüne `Serafina`