



H. Zell - CC-BY-SA-3.0 - <http://creativecommons.org/licenses/by-3.0/>



Kadavoor - CC-BY-SA-3.0 - <http://creativecommons.org/licenses/by-3.0/>

© 1. H.Zell 2. Ks.mini - CC-BY-SA-3.0 - <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>

17515

Parakresse

Parakresse

Acmella oleracea

Die Parakresse wird 20 bis 40 Zentimeter hoch und bildet 2 bis 3 Zentimeter lange Blütenstände mit leuchtend gelben Blüten und einer roten Mitte aus, die zum Ende der Blüte hin langsam verschwindet. Die Form ihrer Blütenköpfe führte zum umgangssprachlichen Namen Husarenkopf. Sie entwickelt beim Kauen einen ganz eigenen leicht pfeffrig scharfen, prickelnden, pikant würzigen Geschmack und stellt eine interessante Alternative zu Chili oder Pfeffer dar. Mit der ersten Ernte kann normalerweise bereits zwei Monate nach der Aussaat begonnen werden. Aufgrund der leicht betäubenden Wirkung sagt man den Blättern und auch den Blüten schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkung für den Mund nach. Das Abzupfen der etwa 5 Zentimeter langen und Vitamin-C reichen Blätter kann je nach Bedarf auch während der Blüte zwischen Mai und Oktober erfolgen. Parakresse ist eine gute Ergänzung zu rohen Salaten, scharfen Fleisch- und gedünsteten Gemüsegerichten. I

Naturstandort: Die Würzpflanze ist in der Karibik sowie im tropischen Südamerika, vor allem in Brasilien und Peru heimisch ist.

Anzucht: Die Anzucht im Haus ist das ganze Jahr über möglich. Drücken Sie das leichte Saatgut nur ein wenig auf feuchte Anzuchterde und bedecken Sie es höchstens nur ganz wenig mit dem Erds substrat, da es sich um einen Lichtkeimer handelt. Decken Sie das Anzuchtgefäß mit Klarsichtfolie ab, die Sie mit Löchern versehen. So ist die Erde vor Austrocknung geschützt. Alle zwei bis drei Tage sollten Sie die Folie für 2 Stunden entfernen. Das beugt einer Schimmelbildung auf der Anzuchterde vor. Stellen Sie das Anzuchtgefäß hell und warm bei 20 bis 25° Celsius. Halten Sie die Erdoberfläche feucht (z.B. mit einem Wassersprüher), aber nicht nass. Abhängig von der Anzuchttemperatur erscheinen die ersten Sämlinge nach ein bis zwei Wochen.

Standort: Ein vollsonniger, warmer und geschützter Standort - während des Sommers auch im Freien - ist ideal. Aufgrund ihrer Frostempfindlichkeit sollte sie erst Mitte Mai ins Freie gestellt werden.

Pflege: Halten Sie die Parakresse wie alle Kräuter nicht zu feucht. Auch eine Düngung ist normalerweise nicht erforderlich, da Kräuter einen nährstoffarmen Boden bevorzugen. Durch Stützen können Sie eine stärkere Verzweigung der Parakresse erreichen. Achten Sie bei einem Standort im Freien auf Schnecken und Raupenbefall achten!

Im Winter: Parakresse ist nicht winterhart und sollte daher frostfrei an einem hellen Standort bei 10 bis 15° Celsius überwintern.

© www.saflax.de