



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>

18702

BIO - Chinesischer Senfkohl - Pak Choi

BIO - Chinesischer Senfkohl - Pak Choi

© www.saflax.de

Brassica rapa supsp. *chinensis*

Pak Choi ist ein naher Verwandter des Chinakohls. Er bildet lockere Köpfe mit hellen, dicken Blattrippen. Die löffelförmigen Blätter sind von dunklerem Grün und ähnlich denen des Mangolds. Pak Choi hat einen leicht senfartigen, aromatischen Geschmack. Bereits sechs bis acht Wochen nach der Pflanzung können Sie die Blätter ernten. Da Pak Choi viel Feuchtigkeit enthält, sollte er möglichst frisch verarbeitet werden. Ernten Sie die druckempfindlichen Blätter vorsichtig. Pak Choi schmeckt gehackt roh im Sa

Naturstandort: Ursprünglich heimisch ist Pak Choi in den asiatischen Klimazonen; vor allem in China, Taiwan und Japan.

Anzucht: Sie können die Pflanzen von Januar bis März in einem windgeschützten Frühbeet mit einer Fleeceabdeckung für frostige Nächte oder in Töpfen auf einer sonnigen Fensterbank vorziehen. Setzen Sie pro Pflanzloch drei Körner circa einen Zentimeter tief in Kokosfasersubstrat oder BIO-Gemüseerde. Nach dem Keimen lassen Sie dann jeweils nur den kräftigsten Sämling stehen. Von der Aussaat bis zum pflanzfähigen Setzling dauert es dann vier bis sechs Wochen. Die ideale Keimtemperatur beträgt 15 bis 20 Grad Celsius. Sobald die Jungpflanzen den Erdballen gut durchwurzelt haben, können sie ab Ende Mai, wenn keine Nachtfröste mehr auftreten können, ins Freiland umziehen. Pflanzen Sie sie mit einem Pflanzabstand von 40 bis 50 Zentimetern so tief, dass der Wurzelansatz circa einen Zentimeter mit Erde bedeckt ist und unterfüttern Sie die Auspflanzung mit Kompost.

Standort: Als Starkzehrer gedeiht die Pflanze am besten auf tiefgründigen, nährstoffreichen Böden mit einem guten Wasserspeichervermögen an einem sonnigen Platz im Gemüsebeet.

Pflege: Die Pflanze benötigt regelmäßig Wasser und Nährstoffe. Wässern Sie großzügig, vor allem an heißen Tagen, aber vermeiden Sie Staunässe. Regelmäßiges Entfernen von Unkraut und Auflockern des umliegenden Erdreichs danken die Pflanzen mit einem höheren Ertrag und Aroma. Versorgen Sie die Pflanzen nach der Auspflanzung und bis circa zwei bis drei Wochen vor der Ernte regelmäßig mit BIO-Gemüsedünger.

Im Winter: Die Aussaat sollte jährlich neu erfolgen.