



die Stiele verzehrt. Werden die Salatpflanzen hauptsächlich roh zubereitet, sind Spinat und Mangold vornehmlich gekocht in der Küche zu finden. Junge Spinatblätter lassen sich aber auch als Zugabe zu Salat verwenden. Blattgemüse lässt sich nur über einen sehr begrenzten Zeitraum lagern. Die Welke wird durch Lagerung neben reifenden Früchten wie Äpfeln oder Tomaten beschleunigt. Die Früchte strömen das Pflanzenhormon Ethen

aus, welches den Reifungsprozess beschleunigt. Um die Haltbarkeit von Spinat zu verlängern, wird dieser häufig direkt nach der Ernte blanchiert, um das Volumen zu verringern, und tiefgefroren. Auf diese Weise ist Spinat mehrere Monate lang haltbar. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.deutsches-obst-und-gemuese.de

Fotos:

fotolia (SunnyS), iStockphoto (Crisma, laurent Renault, dirkr, StevanZZ, Liubov Shirokova)
fotolia (robynmac, Bert Folsom)

Mit freundlicher Unterstützung der
Landwirtschaftlichen Rentenbank

Blattgemüse

Vor allem der Rucola erlebte in den letzten Jahren eine Renaissance.

Ist er der älteren Generation noch unter dem Begriff Rauke bekannt, so fand er unter seinem italienischen Namen wieder Einzug in die deutsche Küche und erfreut sich großer Beliebtheit.

Merkmale

Die Liste der zum Blattgemüse gezählten Arten ist vielfältig und beschränkt sich nicht auf eine Pflanzenfamilie, wie es beispielsweise beim Kohlgemüse der Fall ist. Die Zuordnung zum Blattgemüse richtet sich nach dem verwendeten Pflanzenteil, ist also keine streng botanische



Kategorisierung. Bekannte Vertreter des Blattgemüses sind Kopf-, Lollo-, Eichblatt- und Eis(berg)salat, Feldsalat sowie Rucola. Interessanterweise sind es zwei verschiedene Arten, die unter dem Begriff Rucola auf dem Markt erhältlich sind. Zum einen ist das der Schmalblättrige Doppelsame (*Diplotaxis tenuifolia*) sowie die Salat-*rau*ke (*Eruca sativa*). Beide gehören zur Familie der Kreuzblütengewächse und sind mit dem Kohlgemüse verwandt. Charakteristisch für beide ist ein würzig-nussiger Geschmack. Rote Salatvarianten wie Lollo rosso oder der rote Eichblattsalat erhalten durch einen hohen Anteil an Anthocyanen ihre Färbung. Anthocyane sind es

auch, die die Blätter der Laubbäume im Herbst rot leuchten lassen. Neben den bereits genannten Salaten werden auch Chicorée, Endiviensalat, Radicchio, Römischer Salat sowie Spinat und Mangold zum Blattgemüse gezählt.

Herkunft

In der Art *Lactuca sativa* aus der Familie der Korbblütler werden verschiedene Varietäten unter dem Trivialnamen Gartensalat zusammengefasst. Dazu zählen beispielsweise, je nach Verwendungsform, die Kopf-, Blatt- und Schnittsalate. Es wird angenommen, dass diese vom Lattich abstammen, dessen Ursprung in Asien

und Ostafrika vermutet wird. Spinat hingegen gehört zur Familie der Fuchsschwanzgewächse und stammt wahrscheinlich aus Südwestasien. Im 9. Jahrhundert wurde erstmals in Spanien vom Spinat berichtet, welcher damals von den Arabern dort eingeführt wurde.

Anbau und Ernte

Im Jahr 2016 wurde in Deutschland Blattgemüse auf einer Gesamtfläche von knapp 18.000 Hektar im Freiland angebaut. Dies entspricht 15 Prozent der gesamten Freilandgemüsefläche von mehr als 120.000 Hektar. Die Hauptanbauggebiete des Blattgemüses liegen in Rheinland-Pfalz, Niedersach-

sen und Nordrhein-Westfalen mit insgesamt zwei Dritteln der Anbauflächen. Im Freilandanbau flächenmäßig am stärksten vertreten sind Eissalat, Spinat, Feldsalat sowie Kopfsalat. Mehr als 121.000 Tonnen Eissalat, 69.000 Tonnen Spinat und 49.000 Tonnen Kopfsalat wurden im Jahr 2016 geerntet. Allein auf Niedersachsen entfielen dabei 35.000 Tonnen der Eissalaternte. Der Anbau von Salat im Gewächshaus spielt mit etwa 500 Hektar nur eine untergeordnete Rolle.

Nutzung

Wie die Bezeichnung Blattgemüse bereits andeutet, werden von diesen Pflanzen die Blätter, teilweise auch