

Gärtnern mit der  City Farm Augarten

DER KLEINSTE GARTEN IST EIN TOPF

Cool zum Fest. Zu Weihnachten verschenkt man selbstgebaute Asia-Salate und hängt Gemüse in den Baum.



Die City Farm Augarten ist bekannt für ihr „Snow Food“, das klimaschonend ohne Verschwendung von Heizenergie im Winter geerntet wird. Darunter Asia-Salate, wie rechts im Bild ein Pak Choi. Links im Bild: Winterportulak, Eichblattsalat und Brunnenkresse im Topf



Wer bei Kohlgemüse nur an Weißkraut, Kohl, Kohlrabi oder Karfiol denkt, liegt zwar grundsätzlich richtig, weil es die sind, die wir im Westen schon sehr lange kennen, anbauen und verwenden. Im Fernen Osten sind aber über Jahrhunderte Sorten und Arten entstanden, die Asia-

Salate, wie sie bei uns lange unbekannt waren. Von diesem fernöstlichen, für uns noch immer extravaganten Kohlgemüse soll hier die Rede sein. Auch weil es sich sympathischerweise ganz ohne Heizenergiezufuhr mitten im Winter frisch ernten lässt, manches verträgt bis zu minus 20 Grad Celsius. Und auch weil es sich, in einen Topf gesetzt (und mit

Dekor, Farben und Schleife festlich gestaltet) als Do-it-yourself-Weihnachtsgeschenk eignet. Es ist ein Geschenk mit dem Statement: Mach es mir nach und rette ein wenig die Welt.

Viele dieser Kohle sind botanisch der Art Brassica rapa zuzurechnen, dem wilden Rübsen oder Feldkohl, der europäischen Ursprungs ist. Während man in Europa aus dem Rübsen die Speiserübe entwickelte, zielte die bäuerliche Züchtung in Fernost auf eine Blattnutzung der Pflanze ab. Eine faszinierende Fülle an Blattgemüsen wurde daraus entwickelt, darunter die Klassiker Pak Choi, Mizuna und die Blattsenfe. Viele Asia-Salate, schnellwüchsige, anspruchslose Typen, fühlen sich in den Hausgärten unserer Breiten wohl, ebenso wie in einem Topf, der bekanntlich die kleinste Form eines Gartens ist. Was sich – beispielhaft - im Topf oder einem kleinen Balkonkisterl anbauen lässt, zeigt das Bild rechts oben: Blattsenf Red Giant, Pak Choi weiß, gefolgt von Gartenkresse als Außenseiter inmitten dieser Asiaten. Es folgen die

FOTOS: CITY FARM AUGARTEN; JOHANNES HILOCH



Blattsenf-Sorten Rouge Metis und Golden Streak und der Kohlsalat Mizuna. Im Fernen Osten kennt man einen viel breiteren Zugang zur Nutzungsvielfalt der Asia Salate. Man genießt sie als „Baby leaves“, nämlich bereits als zarte Jungpflanzen. Von der Aussaat bis zur Ernte dauert es sechs bis acht Wochen, die Pflänzchen sind dann etwa acht Zentimeter hoch. Nach Samen muss man sich in Spezialgärtnereien, zum Beispiel bei „Reinsaat“ (in Bioqualität) oder „Austro-saat“ umsehen. Die Aussaat erfolgt direkt in den Topf. Die mobile Topfkultur kann

man in kalten Nächten an die Hauswand rücken und bei eisiger Witterung auch kurzzeitig in kühle Räume ins Haus holen. Gegossen wird im tiefen Winter kaum, erst im auslaufenden braucht Gemüse wieder mehr Wasser. Wie die Pflanzen es schaffen, mit dem Frost umzugehen? Zunächst bedeutet er für sie Stress. Darauf reagieren sie mit der Bildung bestimmter Inhaltsstoffe, indem sie Frostschutzmittel einlagern: Zucker, Fette oder Aminosäuren, die verhindern, dass im Zellinneren Eiskristalle entstehen. „Die Eisbildung in den Zellen ist

das wirklich Gefährliche“, sagt der „Snow Food“-Pionier und City Farm Augarten-Leiter Wolfgang Palme, „es kommt zum Platzen mit tödlichem Ausgang. Eisbildung in den Zellzwischenräumen ist hingegen umkehrbar. Nach dem Auftauen sind die Pflanzen frisch und knackig wie zuvor“. Pflanzen in Froststarre darf man nicht anfassen, weil durch die Bewegung und die mechanische Beanspruchung die Eiskristalle das Pflanzengewebe schädigen können.

Zurück zur Idee mit den lebenden Weihnachtsgeschenken im Topf. Hauptauspflanzzeit war im September und Oktober. Doch wer jetzt noch sehr schnell Asia-Salate aussät, sollte das Glück haben, sie zum Fest halbwegs stattlich überreichen zu können. Auch jenseits der Asia-Salat-Palette können zurzeit noch manche andere Gemüse oder Kräuter rechtzeitig für Weihnachten erntefähig werden. Winterportulak, Eichblattsalat oder Brunnenkresse (im Bild links oben) sind Beispiele dafür. Topf-Gemüse, erntebereit, lässt sich jetzt auch an bestimmten Markttagen (siehe Programmtipps auf der nächsten Seite) auf der City Farm erwerben, solange der Vorrat reicht. Es gibt Vogelsalat, Petersilie, Blattkoriander, Winterkresse, Mangold, Pflücksalat und Rucola.

Auch eine andere, bemerkenswert schöne Pflanze aus dem Reich der →



Viele Gemüse und Kräuter sind viel frostverträglicher als man lange dachte. Man kann sie frisch im Schnee ernten. Gemüseexperte Wolfgang Palme genießt die Wintersonne bei Butterkohlen



Tamo und Jakob sind unsere Topf- und Kisterlgärtner. Den Zierkohl mussten sie schon im Juli für eine frische Weihnachtsernte auspflanzen, für Asia-Salate reicht die Zeit sogar jetzt noch

Kohlgemüse kann auf dem Freigelände, auch in Töpfen, auf der City Farm während des ganzen Winters in ihrer Pracht bestaunt werden. Es ist der Zierkohl, der die graue Jahreszeit bunt macht. Seine lila oder weißen Innenblätter erinnern an Blüten, manche an die von überdimensionierten Rosen, die man zu einem Blumenstrauß zusammengefügt hat. Zierkohle sind aber nicht nur schön, sondern auch essbar. Das „Kleine Kinder Kochbuch“, verfügbar auf der City Farm, enthält das kinderleichte Rezept für „knisternde Kohlchips“ und auch eines für „Knusprige Polentataschen mit frischem Asia-Salat“. Abzuraten ist, schön

ne Zierkohle im Blumenhandel zu kaufen, um sie abzurufen. Sie müssen Dekor bleiben, weil sie in der Regel gespritzt und daher nicht für den Verzehr geeignet sind. Einzelne herausgezupfte Röschen geben aber einen originellen Schmuck für den Christbaum ab. Die City Farm wird ihnen auch heuer wieder mit selbst gezogenem „Snow Food“ behängen, mit kleinen Karotten, Radieschen, Salat und Zierkohl.

INGRID GREISENEGGER

Information
City Farm Augarten
Obere Augartenstraße 1/8, 1020 Wien
www.cityfarm.wien

PROGRAMMTIPPS

30.11.2024: Adventkranzbinden, 10-13 Uhr oder 16-19 Uhr.
18.1. 2025, 9 -13 Uhr: Winterfrischgemüse, mit Wolfgang Palme.
Erforderliche Anmeldung unter: www.cityfarm.wien/erwachsene
Erntefrisches Bio-Innenstadt Gemüse kann man am Marktstand der City Farm an Freitagen, 14 - 18 Uhr, erwerben. Auch Gemüse im Topf und das Buch „Kleine Kinder Küche“, dieses sogar gratis, alles solange der Vorrat reicht.

Aktuelle Infos auf www.cityfarm.wien

In der „Kleinen Kinder Küche“ findet man nicht nur Rezepte für jede Jahreszeit, sondern auch welche mit buntem Zierkohl. Das Buch gibt es auf der City Farm Augarten

