

NUTZGARTENDATEI

Pflanzenart:	Grünkohl; (<i>Brassica oleracea convar. acephala var. sabellica</i>)
Bot. Familie:	Kohlgewächse (<i>Brassicaceae</i>)
Kulturart:	nach G. Franck: A , nach M. Thun: Blatt
Klima und Standort:	keine besonderen Ansprüche, gedeiht an sonnigen und halbschattigen Plätzen.
Bodenansprüche	Der Boden soll locker, humus- und nährstoffreich sein: Lehmige Böden sind für Kohlanbau geeigneter als sandige.
Nährstoffbedarf:	Starkzehrer, vor der Pflanzung das Stück mit reifem Kompost versorgen.

Sorten

Halbhoher grüner krauser:

Dunkelgrüner, mooskrauser, sehr ertragreicher Grünkohl, ausreichend winterhart.

Lerchenzungen:

Feinschmeckersorte, in sehr kalten Wintern nicht ganz frostresistent, nur lokale Bedeutung in der Hamburger Gegend.

Hammer:

niedriger bis halbhoher Wuchs, sehr ertragreich, gute Frosthärte.

Winterbor F1:

Halbhohe, späte, dunkelgrüne Sorte mit sehr guter Frostresistenz. Weniger Gelbe Blätter als andere Sorten

Positive Nachbarn:

Borretsch, Erbsen, Buschbohnen, Sellerie, Tomaten, Fenchel, Rote Rüben, Möhren, Spinat, Phacelia, Ringelblumen, Salbei, Salat, Tagetes, Kamille.

Negative Nachbarn:

Kohlarten, Veilchen, Raps, Senf, Zwiebeln, Knoblauch, Erdb..

Günstige Vorkultur:

Spinat, Leguminosen, Salat, Schnittsellerie.

Günstige Nachkultur:

keine, da der Grünkohl bis in den Winter hinein auf dem Beet bleibt.

Pflanzdaten

Saatbad: 15 Minuten in Humofixlösung,
Aussaat: Mai-Juni; **Pflanzung:** ca. 6 Wochen nach der Saat,
also Juni und Juli; die letzte Pflanzung sollte Ende Juli sein.
Pflanzabstände: 50-60 cm, **Reihenabstand:** 50 cm.

Saat- und Pflege tips

Wegen der vielen Kohlschädlinge sollte soweit wie möglich Mischkulturenanbau vorgenommen werden. Man kann Grünkohl auch gut auf noch nicht abgeerntete Beete zwischen fast erntereife Pflanzen setzen, z. B. zwischen Buschbohnen. Wenn der Grünkohl dann den Platz benötigt, räumen die Bohnen das Feld. Auch zwischen einer Phacelia-Grüneinsaat gedeihen die Grünkohlpflanzen gut. Sollten sie im Laufe der Kultur dann zu dicht stehen und zu groß werden, nimmt man einen Teil der Phaceliapflanzen heraus und legt sie entweder als Mulch zwischen andere Gemüse-reihen oder man kompostiert sie.

Für das Auspflanzen u. die weitere Kultur ist folgendes zu beachten:

- Wurzelspitzen vor dem Setzen abknöpfen, so werden die Pflanzen gezwungen, viele kleine Seitenwurzeln zu bilden;
- die Wurzeln in Lehm-brei, der mit Ackerschachtelhalmbrühe angerührt wurde, eintauchen zum Schutz gegen Pilzkrankheiten aus dem Boden;
- nach dem Einpflanzen etwas Algomin oder Basaltmehl um den Wurzelhals und den Stengel streuen zum Schutz gegen Kohlflye, Kohldreherzmücke und Kohlgallenrüssler;
- tief pflanzen, so daß der Blattansatz mit dem Boden abschließt;
- frühzeitig anhäufeln;
- etwa 14tägig mit 1:20 verdünnter Brennesseljauche gießen bis etwa Anfang Oktober;
- bei Trockenheit für ausreichende Bewässerung sorgen;
- regelmäßiges Hacken und Unkrautbekämpfung ist nur nötig, wenn nicht gemulcht wird.

Erntetips und Lagerung

Ab dem Spätherbst, am besten nach Einwirkung des ersten Frostes, kann der Grünkohl je nach Bedarf geerntet werden, auch bei Schnee. In normalen Kellern hält sich der Grünkohl einige Tage frisch. Besser ist es aber, ihn gleich zu verarbeiten und tiefgekühlt aufzubewahren.

Samengewinnung

Grünkohl benötigt, um zu schossen und zu blühen eine Periode von tiefen Temperaturen. Da alle Kohlarten untereinander kreuzbar sind, kann man jedes Jahr nur eine Kohlart vermehren, sonst bekommt man unerwünschte Kreuzungen. Im Gegensatz zu Kopfkohl und Blumenkohl, die man mühsam im Haus oder Schuppen überwintern muß, ist die Samengewinnung von Grünkohl recht leicht. Man läßt einfach einige Pflanzen stehen. Im Frühjahr beginnen sie zu schossen und zu blühen.

Blüte: gelbe Kreuzblüte / Frucht: Schote

Samenernte: ungleichmäßig, Samen werden braun, Schoten klappen auf und die Samen fallen heraus. Sobald die ersten Schoten ausfallen, sollte man ernten und die Samen in den abgeschnittenen Schoten nachreifen und trocknen lassen. Die Pflanzen sind dann meist noch grün.

Tausendkorngewicht: 3 - 4 g; 1 g = ca. 220 Korn.

Keimfähigkeit: 3 – 4 Jahre.

Schädlinge und Krankheiten – Pilze

Kohlhernie: Wucherungen an der Kohlwurzel, Pflanzen bleiben klein und kümmerlich.

Abhilfe: Boden aufkalken, auf befallene Flächen 5 Jahre keinen Kohl oder andere Kreuzblütler anbauen. Flächen öfters mit Schachtelhalmjauche übergießen, Tagetes anpflanzen (vgl. dazu auch S. xx).

Falscher Mehltau: Blätter auf der Oberseite gelblich verfärbt, auf der Unterseite violettgrauer Überzug.

Abhilfe: Weite Abstände, für gute Durchlüftung sorgen, regelmäßiges Spritzen mit Schachtelhalmbrühe oder -jauche.

Schädlinge und Krankheiten – Bakterien

Schwarzadrigkeit: Hautripfen der Pflanze werden schwarz, die Zwischenräume zwischen den Blattadern gelb, Pflanzen verkrüppeln.

Abhilfe: kranke Pflanzen entfernen und vernichten, die noch gesunden durch ausgewogene Düngung und Spritzungen mit Kräuterbrühen stärken.

Schädlinge

Kohlfliege: Fraßgänge mit weißen Maden in den Strüngen, Pflanzen faulen vom Strunk her.

Abhilfe: frühzeitiges Anhäufeln, Bestäuben mit Steinmehl oder Algomin.

Kohlgallenrüßler: Knotenartige Wucherungen an den Wurzeln und am Wurzelhals.

Abhilfe: Ebenfalls anhäufeln, Bestäuben mit Steinmehl oder Algomin.

Kohlweißling: Fraßschäden an Blättern.

Abhilfe: Mischkultur mit Sellerie und Tomaten, Spritzen zur Flugzeit mit einem Auszug aus Tomatengeißtrieben, Absammeln und Vernichten der Eigelege und Raupen.

Kohlblattlaus: ***Abhilfe:*** Mischkultur, Spritzen mit Kräuterbrühen, vor allem mit Rhabarberblätterbrühe oder mit fertigen biologischen Präparaten.

Weißer Fliege (Kohlmottenschildlaus): Blätter verklebt, Unterseite besetzt mit unbeweglichen weißen Larven, beim Berühren fliegen in Scharen kleine weiße „Fliegen“ auf.

Abhilfe: Fruchtwechsel, stark befallene Bestände im Herbst abräumen, nicht über Winter stehen lassen, Spritzungen mit Rainfarn/Rhabarberbrühe u. etwas Neutralseife, mehrmals innerhalb von 5-7 Tagen spritzen.

Bedeutung für die Ernährung und Verwendung

Grünkohl gehört zu den eiweißreichsten Gemüsen. Darüber hinaus ist sein Eiweiß besonders wertvoll. Pro 100 Gramm eßbaren Anteil enthält Grünkohl 140 mg Vit. C, 4 mg Karotin, 490 mg Kalium, 212 mg Kalzium, außerdem Phosphor, Natrium und Eisen. Stark gekrauste Blätter besitzen kleinere Zellen, also mehr Zellwandsubstanz, was eine längere Kochdauer und geringere Verdaulichkeit mit sich bringt.

Grünkohl wird fast ausschließlich in gekochtem Zustand als Gemüsegericht verwendet.