

Abessinischer Kohl, Äthiopischer Senf (*Brassica carinata* A. Braun.)

Schnellwüchsiger Blattkohl für den Anbau im Freiland, auf dem Balkon oder Fensterbrett.



Gomenzer



Carina

Bereits im 4. Jahrtausend v. Chr. wurden Vertreter der Art *Brassica carinata* in Äthiopien kultiviert. Traditionell werden die Blätter und jungen Sprosse als Gemüse und die Samen für die Herstellung einer Art Senf oder zur Ölproduktion genutzt.

In Äthiopien herrscht weitgehend gemäßigtes Klima vor, jedoch treten in jedem Jahr auch längere Dürreperioden auf. Der Abessinische Kohl ist an beides gut angepasst weshalb er in unseren Breiten gut gedeiht und darüber hinaus auch mit ungünstigen Bedingungen wie Hitze und Trockenheit gut zurecht kommt. Frost wird nur begrenzt vertragen.

Die Aussaat ins Freiland erfolgt satzweise ab März bis September. Bei Trockenheit muss gut gehackt und gewässert werden, um vorzeitige Blüte zu verhindern. Die Standweite sollte ca. 25 x 2-5 cm betragen. Frühe Aussaaten können mit Vlies oder Lochfolien abgedeckt werden. Ein Anbau als Nachfrucht im kalten Gewächshaus über die Wintermonate kann interessant sein.

Die Pflanzen sind anspruchslos in der Pflege und wenig krankheitsanfällig. Probleme mit Erdflöhen (Lochfraß an Blättern) und Glanzkäfern (Knospenschäden) können auftreten, besonders in Frühjahr und Sommer.

Beim Anbau in Töpfen kann das ganze Jahr frisches Grün von der Fensterbank geerntet werden. Auf etwa 5 Pflanzen pro 11 cm-Topf vereinzeln; überzählige Pflanzen sind die erste Ernte.

Nach 5-7 Wochen können die zarten Stiele und Blätter ab einer Höhe von 15-20 cm geerntet werden. Entweder werden nach Bedarf nur die größten Blätter abgepflückt oder die gesamte Pflanze wird zu einem Termin gebrochen / geschnitten. Abessinischer Kohl kann roh als würzige Salatbeigabe verwendet werden; gedünstet mit etwas Salz und Butter schmeckt er wie ein aromatischer Brokkoli.