



## Chicoree

Die Ursprungspflanze des Chicorees ist die, auch als Blaue Wegwarte bekannte, wilde Zichorie, aus deren fleischig verdickten Wurzeln früher noch ein Kaffee – Ersatz gebraut wurde. Der Bleich- oder Treibchicoree wurde im Jahre 1870 zufällig in Belgien entdeckt, als Bauern nach einer reichen Zichorienwurzelernte die Überschüsse im Keller in Erde einschlugen. Während der Wintermonate trieben die Wurzeln wieder aus, die kräftigen Sprosse blieben aber aufgrund des Lichtmangels bleich, zart und milder im Geschmack als die bitteren, grünen Zichorienblätter.

Man kennt zwei Arten der Chicoreetreiberei, wobei heute hauptsächlich die Wassertreiberei angewendet wird: Die im Herbst gerodeten Wurzeln werden dicht an dicht in großen Bassins aufgestellt und bei völliger Dunkelheit ca. 3 Wochen mit warmem Wasser umspült. Diese Methode hat sich gegenüber der Erdtreiberei (die Wurzeln werden mit Erde bedeckt) durchgesetzt, da sie weniger arbeitsaufwendig ist. Die Sprosse lassen sich besser ernten, sind frei von Verschmutzungen und es fällt weniger Putzabfall an.

Der kalorienarme Chicoree ist ein wertvolles, ideales Wintergemüse. Er ist überdurchschnittlich reich an Mineralstoffen (Kalium, Phosphor und Calcium) und Vitaminen (A, B1, B2 und C).

Bei völliger Dunkelheit und 1–2 °C kann Chicoree bis zu drei Wochen gelagert werden.

## Gartensalat – Gemüse des Jahres 2007

Der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt (VEN) e.V. widmet sich mit dieser Wahl einem Gemüse mit langer Geschichte. Schon die alten Ägypter hatten Salat in Kultur. Seine Beliebtheit ist bis heute weltweit ungebrochen.

Der VEN möchte sich 2007 der Kulturgeschichte, den Fragen der Abstammung und der Rekultivierung und Erhaltung alter Sorten und seltener Formen des Gartensalates zuwenden. Kopfsalate, Schnitt- und Pflücksalate; Bindsalate und Spargelsalate zählen zu Gartensalaten. Zu den Kopfsalaten gehören auch die Eissalate und die Bataviasalate. Bei den Schnitt- und Pflücksalate gibt es verschiedene Farben und Formen (Eichblattsalat), teilweise bilden sie dichte kopfähnliche Rosetten. Binde- und Spargelsalate sind in Deutschland noch recht unbekannt. Bindsalat, auch als Römersalat bezeichnet, stammt aus dem Mittelmeerraum und ist auch dort am meisten verbreitet. Ihr Blatt ist knackig, wie beim Eissalat. Die Köpfe sind hochrund und halb geschlossen. Spargelsalate sind in asiatischen Raum zu Hause, man verwendet neben den Blättern auch den Stängel. Die von den Sortenlisten längst gestrichenen alten Sorten, insbesondere die Regional- und Landsorten, stellen ein Stück Kulturgeschichte dar. Ihre nachhaltige Nutzung zählt zu den Zielen des VEN.

Weitere Infos : [www.nabu.de](http://www.nabu.de);  
[www.nutzpflanzenvielfalt.de](http://www.nutzpflanzenvielfalt.de)