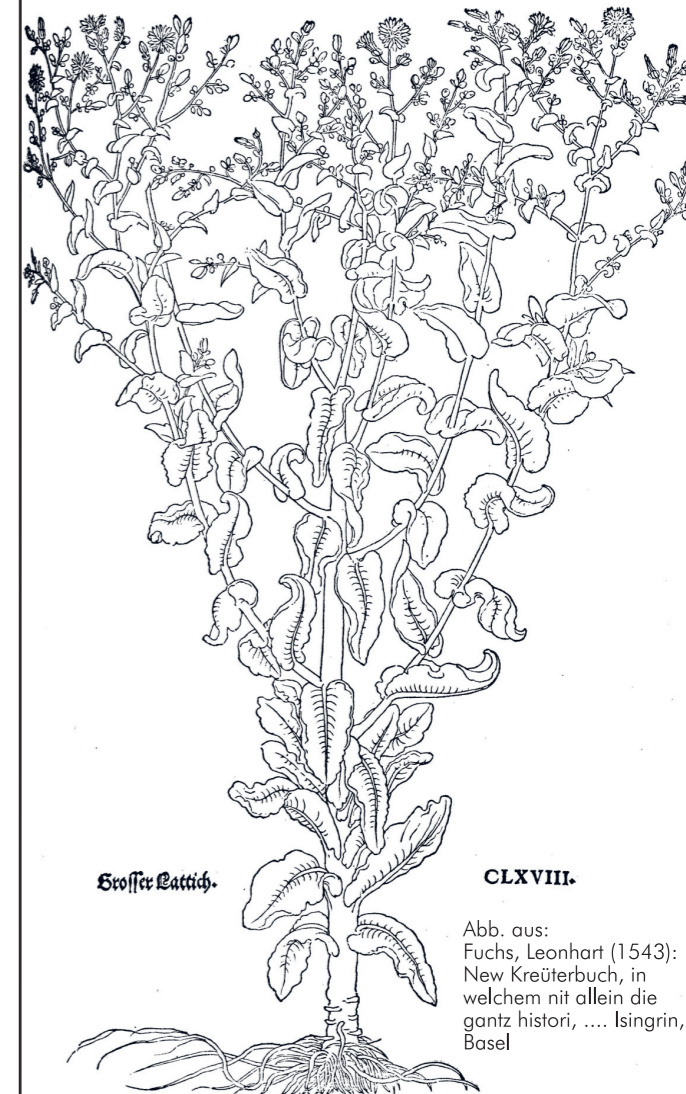


Gartensalat

Lactuca sativa L.



Grosser Lattich.

CLXVIII.

Abb. aus:
Fuchs, Leonhart (1543):
New Kreüterbuch, in
welchem nit allein die
gantz histori, Isingrin,
Basel

Schutzgebühr
0,10€

VEN

Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V.

Unterschiedliche Grüntöne, teilweise rötlich überhaucht oder rot gesprenkelt, oder ein dunkles Rot kennzeichnen die einzelnen Sorten. Die Blätter bilden bei allen Varietäten zu Beginn des Wachstums eine Grundrosette. Bei den Köpfen des Kopfsalates ist die Sproßachse gestaucht und die mittigen Blätter nach innen gewölbt, dicht gepackt und gebleicht. Zu Beginn der Blütenbildung streckt sich die Achse und verästelt sich im oberen Drittel.



Kultur

Salat wächst selbst in den kleinsten Gefäßen, jedoch bevorzugt auf humosen, lehmigen Böden. Die Pflanzen benötigen zum Wachsen volles Licht. Voranzucht ab Februar bei Treib- und Fröhsorten ermöglichen eine Ernte ab Mai. Es folgen Sommer-, Herbst- und Wintersorten, so dass bis zum Frost eine kontinuierliche Selbstversorgung aus dem eigenen Garten möglich ist. Die Jungpflanzen werden ausgepflanzt, wenn sich 4 - 6 Laubblätter entwickelt haben. Bei den kopfbildenden Salaten sollte die Pflanzweite 25 x 25 bis 35 x 35 cm betragen, je nach der Größe der Köpfe und Umblätter. Abgehärtete Pflanzen vertragen sogar einige Minusgrade. Die Pflanzen nicht zu tief setzen, um Fäulnis am Wurzelhals zu vermeiden. Bei Bewässerung darauf achten, dass keine Fäulnis entsteht. Am besten in den Morgenstunden wässern, damit die Pflanzen trocken in die Nacht gehen. Es kann auch direkt in Reihen dünn und flach ausgesät werden. Salat braucht zur Keimung kühle Temperaturen. Über 15° C tritt eine Keimhemmung auf. Schnitt- und Pflücksalate werden direkt dünn in Reihen mit Abständen von 15 - 20 cm gesät. Zu dicht stehende Pflanzen können als erste Ernte herausgenommen werden. Mit seiner kurzen Kulturzeit eignet sich Salat als Zwischenkultur zu Möhren, Porree, Bohnen oder Kohl.

Vermehrung

Salat gehört zu den Selbstbefruchtern, die Saatgutgewinnung gelingt auch dem Anfänger. Zu beachten ist, dass sich die Aussaatzeiten etwas verschieben. Die frühen Sorten müssen wie die Treibsalatsorten bereits im Winter (Januar/Februar) auf der Fensterbank, im warmen Mistbeet oder im beheizten Gewächshaus vorgezogen werden. Die Sommersorten werden ebenfalls etwas früher, d.h. im März /April, ausgesät, die Wintersalatsorten ab Anfang September.

Die Kultur der Salate erfolgt wie üblich. Die am besten entwickelten, nach sortentypischen Merkmalen ausgewählten Pflanzen, z. B. die mit den festesten Köpfen, werden mit einem Stab markiert und dann davon die zuletzt in Blüte gehenden („schießenden“) für den Samenbau ausgewählt. Die Stäbe werden dabei nach und nach entfernt.

Einige sehr feste Köpfe, z. B. die Eissalate, brauchen besondere Hilfe beim Durchschieben der Blütentriebe: Die Köpfe müssen kreuzweise eingeschnitten werden. Der Schnitt darf nicht zu tief erfolgen um den Vegetationskegel nicht zu verletzen.

Bis zur Ausreifung der Samen müssen die Samenträger stets auf gute Gesundheit überprüft werden.

Absterbende oder faulende Blätter müssen regelmäßig entfernt werden. Die Samenträger sollten in der Regel durch einen genügend hohen Stab gestützt werden. Besonders zu beachten ist, dass die Samen im Trocknen heranreifen, denn bei nasser Witterung verkleben und verpilzen die Samen sehr schnell. Zur Not muss ein provisorisches Dach errichtet werden. Die Samen reifen gestaffelt über mehrere Wochen heran. Sie können einzeln gezupft werden, oder als ganze Pflanze ausgerauft werden, wenn die nötige Menge an Samen trocken heran gereift ist. Die Pflanzen sterben dabei völlig ab.



Nach der Reinigung wird die Saat gut beschriftet kühl, dunkel und trocken aufbewahrt.

Nutzung

Einige der Lactucaarten werden für medizinische Zwecke kultiviert. Der Gartensalat ist die einzige Art, die für Nahrungszwecke genutzt wird und große ökonomische Bedeutung erlangt hat. Unser Wort Salat entstammt dem italienischen „salata“ und bedeutet gesalzene Speise. Früher fehlte es im Sommer an Salat, da er im Langtag Schosser bildete und in Blüte ging. Um sich zu bevorraten, wurde Salat wie Bohnen in Salz eingelegt. Beliebt war auch die warme Zubereitung oder das Übergießen mit warmer Sauce. Frische Salate können pur oder gemischt mit anderen frischen Sommergemüsen angerichtet werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Gartensalate sind beliebt, da sie so gut wie keine Kalorien enthalten, erfrischend und appetitanregend sind. Der Gehalt an Apfel- und Zitronensäure liefert den frischen Geschmack, wertvoll ist der Gehalt an Mineralstoffen und Vitamin C.

© Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V. 2020
Text: AG Gemüse des Jahres im VEN

Abbildungen auf den Innenseiten:
Der Küchen- und Gemüsegarten, F. C. Heinemann - Gartenbibliothek
7. Aufl. 1915, Druck: Herman Dege Buchhandlung, Leipzig
Samen-Hauptverzeichnis 1894,
redigiert von Herrmann A. Frommer Nachf., Budapest
Johannes Böttner, Praktische Gemüsegärtnerei, 8. Aufl. 1917
Königliche Hofbuchdruckerei Trewitsch & Sohn
M. Leibl, Gemüsegärtnerei zum Erwerb und Hausbedarf, 1892
Verlag Paul Parey, Berlin

Aktiv werden im VEN

Nutzpflanzenvielfalt:
lebendig, ökologisch, unabhängig
Dafür steht der Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V.

- Unterstützen Sie uns dabei, in dem Sie
- in ihrem Garten samenfeste Sorten erhalten
 - sich in Regionalgruppen engagieren
 - Mitglied werden

Bezugsquellen für Saaten und Pflanzen erhalten Sie über unsere Saatgutliste.

Kontakt

Verein zur Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt e.V.
Walburger Str. 2, 37213 Witztenhausen
geschaeftsstelle@nutzpflanzenvielfalt.de
06558/ 58 299 32 (Anita Legde-Pähler)
montags 17-19 Uhr, mittwochs 10-12 Uhr
www.nutzpflanzenvielfalt.de

Gartensalat (*Lactuca sativa* L.) wird in fast allen Ländern der gemäßigten Klimazonen kultiviert. Kopfsalate, darunter auch Eis- und Bataviasalate, Blattsalate und Römersalate beherrschen mit zahlreichen, rasch wechselnden Sorten das moderne Sortenspektrum in Europa. Historische, samenfeste Sorten sind von den Sortenlisten, aus dem Handel und aus den Gärten fast gänzlich verschwunden. Ihnen gilt unser Augenmerk in der Erhaltung und Nutzung. Dabei bilden die

Wintersorten einen besonderen Schwerpunkt. Römersalate erleben derzeit eine Renaissance im Angebot der Supermärkte. Die traditionellen Sorten und ihre Nutzungsmöglichkeiten werden durch den

VEN wieder entdeckt und weitergegeben. Spargelsalate mit ihrer Doppelnutzung von Blatt und Stängel sollen ebenfalls ekultiviert und vermehrt werden. Daher ruft der VEN den Gartensalat für die Jahre 2007 und 2008 zum Gemüse des Jahres aus.



Geschichte und Entwicklung

Die Wildform der Gartensalate ist der zweijährige Kompass- oder Zaunlatic (*Lactuca serriola* L.), der auf trockenen Standorten in Mittel- und Südeuropa sowie in Vorderasien, Nordindien und Nordafrika wächst. Wann sich genau die ersten Kulturformen herausgebildet haben, ist nicht bekannt. Ca. 4500 Jahre alte Reliefs belegen die Nutzung der Gattung *Lactuca* in einer dem Römersalat ähnlichen Darstellung. Ausgebreitet hat sich der Gartensalat von den Ägyptern aus zu den Griechen und den Römern. Im Mittelalter gelangte er in die Klostersgärten Europas. Vermutlich wurden bereits zu dieser Zeit die verschiedenen Varietäten nach und nach aus den Blattsalaten entwickelt, in Mitteleuropa der Kopfsalat, in Südeuropa der Römersalat.



Aus den eigentlichen Kopfsalaten mit ihren butterzarten Blättern haben sich ab dem 18. Jahrhundert in Frankreich die Bataviasalate mit fleischigen, knackigen Blättern züchterisch herausgebildet. Die Entwicklung der Eissalate begann Ende des 19. Jahrhunderts in den USA. Batavia - und Eissalate stellen keine eigenen Varietäten dar, sondern gelten nur als Typen des Kopfsalates. In China ging ab dem 5. Jahrhundert die Auslese hin zu Formen mit verdickten, bitterstoffarmen Blütenstängeln, den sog. Spargel- oder Stängelsalaten. Im gesamten asiatischen Raum ist der Spargelsalat bis heute die Hauptnutzungsform. In der Antike wurde eine weitere Varietät unter den Gartensalaten entwickelt und genutzt, der Ölsalat, dessen ölereiche Samen verpresst wurden. Diese Varietät ist ausgestorben.

Varietäten und ihre Eigenschaften

Zu den Blattsalaten zählen Pflücksalate (*Lactuca sativa* var. *crispa* L.) und Schnittsalate (*Lactuca sativa* L. ssp. *acephala* Alef. var. - Gr. *secalina*). Sie bilden keine Köpfe, es werden daher die einzelnen, meist sehr zarten, Blätter verwendet. Pflücksalate entwickeln sich langsam und werden nach und nach von außen beerntet. Wenn sich der Blütenstängel bildet, bleiben die Blätter zunächst noch groß und bitterstofffrei und können daher weiter genutzt werden. Sorten dieser Varietät waren wegen ihrer lang andauernden Erntezeit in Hausgärten sehr beliebt.

Blattsalate werden heute meist einheitlich als Schnittsalate bezeichnet. Der Schnittsalat im klassischen Sinne bildet innerhalb weniger Wochen dichte Rosetten, die bei der Ernte als Ganzes geschnitten werden und beim Kappen der Strunkbasis rasch in Einzelblätter zerfallen. Schnittsalate sind bis heute sehr beliebt und im Handel in großer Vielfalt zu finden. Im Hausgarten kann man sie natürlich auch wie Pflücksalate beernten. Sie werden jedoch schneller bitter. Zu Kopfsalaten zählen der klassische Kopfsalat (*Lactuca sativa* L. convar. *incocta* Helm var. *capitata* L.), wegen seines zartblättrigen Herzens auch Butter(kopf)salat genannt, sowie der Bataviasalat und der Eis(berg)salat. Butterkopfsalate werden seit Jahrhunderten züchterisch bearbeitet. Die einzelnen Sorten unterscheiden sich nicht nur in ihren optisch erfassbaren Merkmalen sondern auch in ihrer Eignung für den Anbau in den verschiedenen Jahreszeiten



oder für die Freiland- oder die Unterglaskultur. Beim Hausgärtner ist Kopfsalat bis heute sehr beliebt, fast in der gesamten Vegetationsperiode kann er den Speisezettel bereichern. Treibsorten und die fast vergessenen Wintersorten verlängern die Ernteperiode ganz wesentlich.

Verwendet man alte Sorten, so sind die Blätter meist zarter und geschmackvoller. Der buttrige Geschmack vieler Sorten war Anlass, ihn als Butterkopfsalat zu bezeichnen. Bataviasalate sind dickfleischig, knackig und dennoch zart. Geschmacklich variieren sie von herzhaft-würzig bis mild-süßlich. Sie bilden lockere Köpfe oder dichte Rosetten, stehen also in ihrer Entwicklungsstufe zwischen den Blatt- und den Kopfsalaten. Seit Beginn ihrer Züchtung in Frankreich ist diese Wärme liebende Varietät nur in wärmeren Regionen gut freilandtauglich. Dies gilt vor allem für die älteren Sorten, die meist aus Frankreich stammen. Für den Handel wird die Ware meist aus südeuropäischen Ländern importiert. Verwendung finden ihre Blätter vor allem in fertig geschnittenen Mischsalaten.

Eis(berg)salate haben eine feste, knackige Blattstruktur. Sie besitzen meist sehr große, dicht gepackte Köpfe. Sie beherrschen heute den Markt, werden fast ganzjährig angeboten und verdrängen zunehmend den klassischen Kopfsalat. Sie schmecken frisch jedoch eher mild bis neutral. Zwischen den einzelnen Sorten sind kaum geschmackliche Unterschiede auszumachen. Für den Hausgärtner sind sie für den Anbau im Freiland wenig attraktiv, da sie eine lange Entwicklungszeit haben und bei Regenperioden schnell faulen. Römischer Salat (*Lactuca sativa* var. *longifolia* (Lam.) Helm), heute oft als Romanasalat bezeichnet, hat in Deutschland und dem übrigen Mitteleuropa in nur einigen wenigen Landstrichen Tradition, erobert aber zunehmend die Märkte. Seit dem Mittelalter wird er in Italien, wenig später auch im übrigen Südeuropa genutzt. Er bildet lockere bis mittelfeste, hochrunde Köpfe mit knackigen Blättern. Besonders die alten Sorten hatten sehr lockere Köpfe und wurden daher vor der Ernte zusammengebunden um die inneren Blätter zu bleichen. Sorten mit viel Blattmasse wurden oft auch zum Kochen verwendet. In Deutschland wurde daher der Römersalat auch als Binde- oder Kochsalat bezeichnet.



Spargelsalat (*Lactuca sativa* L. convar. *sativa* var. *asparagina* (*angustana*)) entstand durch die Auslese auf einen dicken, im Inneren bitterstofffreien Stängel. Diese Entwicklung fand im asiatischen Kulturraum statt. Zu Beginn der Kultur im Garten werden die äußeren Blätter wie Pflücksalat geerntet, später dann die Stängel. Ab einer Höhe von 30 cm können sie geschnitten werden.

Verbreitung und Botanik

Die Gattung *Lactuca* umfasst ca. 100 Arten, die der Familie der Korbblütler (*Asteraceae*) angehören und hauptsächlich auf dem eurasischen Kontinent verbreitet sind. Namensgebend für die Gattung war der weiße, bittere Milchsaft, der sich in Wurzeln und Stängeln bildet und sich aus dem Lateinischen (*Lac* / Milch) herleitet.

Gartensalate sind einjährig, im Falle der Wintersorten überjährig. Sie bilden im Laufe ihrer Entwicklung etwa 30 cm lange Pfahlwurzeln aus. Abhängig von der Tageslänge, aber auch von Temperaturen, Bodenverhältnissen und Sortenwahl beginnen die Gartensalate kurz nach ihrer Erntereife Blütenstängel zu treiben, was man volkstümlich als schossen bezeichnet. Es bilden sich an verzweigten Blütenständen rispige Blütenstände. Aus den einzelnen Körbchen, gebildet aus zusammengewachsenen Hüllblättern, ragen 15 - 30 gelbe Zungenblüten hervor. Aus jeder Einzelblüte entwickelt sich je nach Sorte eine weiße, hellgraue, braune oder schwarze, längliche, gerippte Achäne, die Sonderform eines Nüsschens. Jede Frucht trägt einen gestielten Pappus zur Verbreitung der Saat. Die Blätter des Gartensalates sind je nach Sorte unterschiedlich geformt.

