



Die Pastinake – Bereicherung für Garten und Küche

TEXT UND FOTOS VON DR. BERND HORNEBURG, KULTURSAAT E.V. UND
UNI GÖTTINGEN, ABTLG. PFLANZENZÜCHTUNG

Sortenvielfalt
bei Pastinaken
Paare von links:
'White King',
Zuchtlinie,
'Halblange
Weiße',
'Aromata'

Pastinaken eignen sich hervorragend zum Braten, für Mischgemüse, Suppengemüse und Eintöpfe, als Rohkost, als Babybrei und sind auch als Chips lecker und gesund. Trotzdem waren sie in Mitteleuropa über viele Jahrzehnte weitgehend aus dem Anbau verschwunden, weil bevorzugt Möhren und Kartoffeln kultiviert wurden. Ganz anders war und ist die Situation in England: Dort gibt es abgepackte Rüben in jedem Supermarkt als Standardgemüse. In Deutschland waren es in erster Linie engagierte Bio-Betriebe, die in den letzten zwanzig bis dreißig Jahren eine Vermarktung aufgebaut haben. Die Pastinake ist in allen ihren Organen vom Aroma ätherischer Öle

durchzogen, wie es auch von anderen Doldenblütlern wie Möhre, Dill und Sellerie her bekannt ist. Die Blätter sind nur einfach gefiedert und damit weniger stark gestaltet als die anderer Doldenblütler. Wilde oder verwilderte Pastinaken wachsen häufig neben Wegen oder im Straßenbegleitgrün, weniger im Grünland. Die Pastinake blüht im zweiten Jahr ihrer Entwicklung. Sie kann bei genügend Standraum und Pflege bis zu zwei Meter hoch werden. Die Dolden fallen – sehr ungewöhnlich für Doldenblütler – durch ihre gelbe Farbe auf.

Bei richtigen Bedingungen einfache Kultur

Pastinaken können auf allen Böden angebaut werden, nur Staunässe ist schädlich. Die Standweite sollte der Bodengüte angepasst werden. In der Züchtung arbeiten wir mit einem Reihenabstand von 40 cm und vereinzeln in der Reihe auf 5 cm, um Konkurrenz zu fördern. Geringer sollte die Standweite nicht gewählt werden. In Mitteleuropa ist bei einer Aussaat um den 15. April ein zügiger Aufgang gewährleistet, wenn genügend Feuchtigkeit vorhanden ist. Bei ungünstigen Bedingungen kann sich die Keimung verzögern und



Blühende Pastinake für die
Vermehrung

Die Pastinake

ungleichmäßig sein. Hier ein Anbautipp älteren Jahrgangs zum ausprobieren:

Franz Hermann und Heinrich Lueder schrieben 1793: „(...) daß man (die Pastinacke) am gewissensten zeitig bekomme, wenn man sie erst im December, unmittelbar vor dem Eintritte des Winterfrostes säet. (...) Wer sie im December säet, hat sie noch vor der Mitte des Junius eßbar, und im Julius bereits von der größten Stärke, ohne daß sie schon so widerlich süß schmecken, als gemeiniglich im späten Herbst.“

Die Keimlinge brauchen eine ebenso intensive Pflege wie Möhren. Sind die Pflanzen herangewachsen, sind sie durch das üppige Laub, das bis etwa 60 cm hoch wird, konkurrenzstark und brauchen bis zur Ernte nur noch wenig Aufmerksamkeit. Schädlinge spielen bisher nur eine geringe Rolle. Lediglich Wühlmäuse haben eine Vorliebe für die Wurzeln.

Längste Wurzel war 1,70 m lang

Sortenunterschiede sind im Laub nur wenig zu erkennen. Auch die Blattmetamorphose ist im ersten Jahr der Entwicklung ab dem fünften Laubblatt wenig ausgeprägt. In Blättern und Stängeln finden sich phototoxische *Furanocumarine*. Sie können durch Sonnenschein bei empfindlichen Menschen zu einer Steigerung der UV-Empfindlichkeit führen. Pastinaken haben eine besonders ausgeprägt in die Tiefe streichende Hauptwurzel. Bei feuchtem Boden reißen beim Roden die Wurzeln manchmal erst tief unter der Bodenoberfläche ab. Die längste Wurzel, die ich selber in der Hand hatte, war bei 1,70 m abgerissen! Im Herbst verfärben sich die älteren Blätter und sterben ab. Möchte man bei der Ernte das Laub zum Ziehen benutzen oder wird im Erwerbsbetrieb mit dem Klemmbandroder geerntet, darf der geeignete Zeitpunkt nicht verpasst werden. Inzwischen arbeiten wir auch mit Zuchtlinien, die ihr Laub länger behalten. Pastinaken sollten möglichst feucht gelagert werden, da sie leicht

astrocknen und dann ein spezielles dämmstoffartiges Mundgefühl entwickeln. Die Überwinterung im Freiland ist vorzuziehen, da die Wurzeln in normalen Wintern vollständig winterhart sind. Bei speziell kalter, lokaler Witterung empfiehlt sich eine Abdeckung mit Stroh. Im vergangenen Winter hatten die nach der Auslese zur Saatgutgewinnung erst im November gepflanzten Rüben ohne Probleme Fröste bis zu -27 Grad mit einer leichten Schneedecke überstanden.

Neue Sorte 'Aromata' ist fest und saftig

In der Literatur ist häufig zu lesen, dass Saatgut nur ein Jahr keimfähig bliebe. Das stimmt nach unseren Erfahrungen so ohne weiteres nicht. Im normalen Lager, bei etwas abgesenkter Raumtemperatur und einer relativen Luftfeuchte von etwa 60 Prozent, bleibt die Keimfähigkeit zwei bis fünf Jahre erhalten. Wichtig ist es, Pastinaken-Saatgut besonders vor Feuchtigkeit und Hitze zu schützen. Die äußere Vielfalt der Sorten ist weitgehend im Foto Seite 4 dargestellt: Lang und schmal wachsende Rüben, wie zum Beispiel bei der neuen von uns gezüchtete Sorte 'Aromata', zeichnen sich durch ein festes und saftiges Gewebe aus. Die kürzesten und dicksten Rüben hat 'White King'. Sie wurde speziell auf kurze, kreiselförmige Rüben ausgelesen, um die Ernte auch auf schweren Böden zu erleichtern. Je breiter die Rüben sind, desto weicher wird jedoch das Gewebe. Die von Becker-Dillingen 1929 beschriebene 'Runde Pastinake' von etwa 10 cm Länge und rund 15 cm Breite scheint entweder verloren zu sein, oder die Wuchsform war durch eine flache Bodenbearbeitung bedingt. Fast alle Sorten haben weiße Wurzeln. 'Aromata' ist leicht butterfarben.

Die Wurzeln reichen senkrecht tief in den Boden, wenn sie ungestört wachsen



Die Pastinake

Die im Foto gezeigte bräunliche Zuchtlinie ist eine farbliche Besonderheit.

Kulinarische Vielfalt

Pastinaken garen in Topf und Pfanne viel schneller, als andere Wurzelgemüse. Kulinarisch haben sie eine große Bandbreite an Geschmäckern zu bieten: Trockensubstanz-

Alle Teile der Pastinake in einer alten Illustration dargestellt



und Kohlehydratgehalte sind hoch, genauso wie Calcium, Kalium, die Vitamine A, B und C. Die Süße ist ein hervorragendes Merkmal der Pastinake, obwohl sie nicht für jeden Verwendungszweck geschätzt wird. Je länger die Wurzel Frost ausgesetzt ist, desto süßer wird sie. Mehr Sortenvielfalt ist auch im Geschmack nötig! 'Aromata' wurde von uns gezielt auf Süße und Aroma ausgelesen, um eine Sorte für Rohkost und zum Kochen und Braten zu schaffen. Wer es weniger süß möchte, verwende die 'Halblange Weiße' oder 'White King'. Generell hat das Aroma verschiedene Nuancen: Wie Maronen, nussig, kokosartig, ähnlich

wie Wurzelpetersilie, leicht möhrig, jedoch trotzdem unverwechselbar Pastinake. Scharfe und bittere Noten können bei schlecht ausgelesenen Sorten sehr ausgeprägt sein. Für zukünftige Sorten als Suppengemüse liegt hier ein großes Potenzial. Konventionell werden Pastinaken überwiegend in England gezüchtet. Inzwischen gibt es zunehmend Hybridsorten. Wir haben sie im Rahmen eines Kultursaat-Projektes von 2004 bis 2006 bundesweit mitgeprüft, ohne Ertrags- oder Qualitätsvorteile zu finden. Die geschmacklich besten Herkünfte waren ältere Sorten oder kamen aus Genbanken. Saatgut von 'Aromata' und 'Halblanger Weißer' gibt es bei der Bingenheimer Saatgut AG www.bingenheimersaatgut.de und Dreschflügel www.dreschfluegel-saatgut.de, die zusätzlich 'White King' führen. Kontakt zum Autor: www.uni-goettingen.de/de/48392.html ■



Pastinake in der Küche

Wer Pastinaken pur und einfach kennenlernen möchte, braucht eine Bratpfanne, etwas Fett, Salz und Kräuter der Saison nach gusto. Die Pastinaken werden in Scheiben von etwa 1 cm Dicke geschnitten und bei mittlerer Hitze mit zweifachem Wenden von beiden Seiten angebraten und gesalzen. Mit einer Gabel testen, wann die Scheiben angenehm weich sind. Beim Servieren die frischen Kräuter zugeben. Für Rohkost werden knackige Pastinaken mittelgrob geraspelt und mit einem Dressing aus Zitrone, Zucker, und nach Geschmack, etwas Eigelb angerichtet.