

# SICHTUNG

## Senfkohl

### Wandlungsfähiges Blattgemüse zum Saisonklang

Im Herbst 2015 gab es im ARCHE NOAH Schaugarten Schiltern eine Sichtung verschiedener Sorten und Herkünfte von Senfkohl (*Brassica juncea*) aus dem Samenarchiv zu sehen. Dabei stand die Erkundung der geschmacklichen Eigenschaften im Mittelpunkt. – Von Michaela Arndorfer.

#### Asiens „Gartenkohl“

Was der Gartenkohl *Brassica oleracea* für Europa und den Mittelmeer-Raum ist, stellt der Senfkohl im asiatischen Raum dar: eine vielfältige Kulturpflanzensippe mit einer komplexen, dynamischen Evolution. Die Art entstand als Hybrid<sup>1</sup> aus einer Kreuzung von *Brassica napus* (Verwandtschaft von Raps und Kohlrübe) und *Brassica rapa* (Verwandtschaft von Stoppelrübe, Chinakohl, Pak-Choy). Durch intensive Nutzung und Selektion als Futter-, Öl- und Gemüsepflanze ist ein breites Spektrum an Sortentypen entstanden, das neben einfachen Blatttypen auch stängel-, knollen- und kopfbildende Formen umfasst. Allein für China werden 16 verschiedene Sortentypen unterschieden.<sup>2</sup> Besondere Bedeutung hat der Senfkohl auch als traditionelle Ölpflanze (z.B. in Indien) und als Gewürz zur Senfherstellung (Sareptasenf).

#### Aussaat im Spätsommer

In Mitteleuropa hat Senfkohl zuletzt größere Verbreitung als Bestandteil von Asia-Salatmischungen erlangt. In Versuchen an der HBLFA Schönbrunn erwies sich Senfkohl als außerordentlich frosttolerant bis -14°C und geeignet für die Winterernte im kalten, unbeheizten Folientunnel.<sup>3</sup> Die Sortensichtung im letzten Jahr wurde auf Beeten des ARCHE NOAH Schaugartens angelegt und umfasste einfache Blatttypen. Die Aussaat erfolgte in der letzten Augustwoche durch Direktsaat per Hand in Reihenabständen von 25cm. In einem Teil der Reihe wurde auf 10cm vereinzelt, der Rest der Reihe wurde nicht ausgedünnt

1 Dreieck von U laut Wikipedia  
2 Chen 2016  
3 Palme Foliensammlung Winterernte 2014

und für die Ernte im Baby-Leaf Stadium genutzt. Die Jugendentwicklung verlief zügig, sodass bereits nach 4 Wochen der erste Schnitt für die Blattverkostung stattfand. Die beernteten Pflanzen wuchsen nach und konnten Anfang/Mitte November ein weiteres Mal geschnitten werden. Im Hausgarten eignet sich Senfkohl hauptsächlich als Herbstkultur, da Frühjahrsaussaaten rasch in Blüte gehen und zu wenig ergiebig sind. Für Herbsternte empfiehlt sich eine Aussaat Ende August/Anfang September. Für eine Winterernte von Dezember bis Februar (unter Folien- oder Vliesschutz) kann im Weinbaugbiet bis Anfang/Mitte Oktober ausgesät werden. Im Saatguthandel sind inzwischen auch zahlreiche optisch attraktive Sorten mit fein geschlitzten Blättern und in verschiedenen Blattfarben erhältlich: z.B. 'Rouge Metis' (rot), 'Golden Frills' (gelbgrün).

#### Scharf ja, bitter nein

In der Rohverkostung der jungen Blätter wurden Schärfe, Konsistenz, Saftigkeit und Bitternoten beurteilt. Bitterstoffe waren in keiner der Proben nennenswert wahrnehmbar. Die Schärfe variierte innerhalb des Sortiments über einen weiten Bereich. 'Tender Green Spinach' zeigte die geringste Schärfe und die festeste Konsistenz, sodass sich diese Sorte auch als purer Blattsalat gut eignen würde. Die stattliche Blattmasse der vereinzelt Pflanzen spricht außerdem für eine Nutzung als Spinatpflanze. Das andere Ende der Schärfeskala besetzten 'Amsoi', 'Osaka Purple Leaf' und 'Grün-im-Schnee', wobei die Ausprägung der Senfschärfe je nach Sorte unterschiedlich wahrnehmbar war: sofort bemerkbar oder zuerst mild, später merklich ansteigend. Eine stichprobenartige Verkostung an größeren Blättern im Spätherbst ließ den Eindruck entstehen,



dass einige Sorten und Herkünfte an Schärfe eingebüßt hatten und – damit verbunden – auch an geschmacklicher Attraktivität. Senfkohl lässt sich sowohl roh als Brotauflage als auch mariniert in Salaten einsetzen. Der Zusatz von Salz mindert – wie auch bei Rettich – die Senfölschärfe. Außerdem ist die Nutzung größerer Pflanzen als Spinat oder Wok-Gemüse sehr reizvoll, weil sie vielen Gerichten ein feines, unaufdringliches Senfkohl-Aroma verleiht. Die Schärfe geht beim Dünsten gänzlich verloren.

Herzlichen Dank an Maria Seitner, die im Rahmen ihres Ausbildungspraktikums die Senfkohl-Sichtung begleitete, dokumentierte und für uns aufbereitete. 🍷

#### Saatgutverfügbarkeit

Ab Dezember zu bestellen unter <http://shop. arche-noah.at/index.php/saatgut.html> (Portion für ca. 2m<sup>2</sup>, 3,50 Euro für Mitglieder, 4,- Euro für Nicht-Mitglieder)

- 'Yellow Green Curled' (K 8951) KO200
- 'Tendergreen Spinach' KO055
- 'Volgogradskaja' 189/191 KO118
- 'Grün-im-Schnee' KO001 🍷



#### Kontakt

Michaela Arndorfer  
Michaela.arndorfer@arche-noah.at



1 'Grün im Schnee' – machte seinem Namen alle Ehre und blieb bis zu -12°C noch ansehnlich. 2 'Tendergreen Spinach' – Der Vielseitige: als Blattsalat pur, in Aufläufen oder auf der Pizza brachte er Begeisterung auf dem Mittagstisch. 3 'Roter Riesen-Senf' – Verschönert als Salatbeigabe jedes Mittagessen. 4 'Yellow Green curled' – Für die angenehme Schärfe und die saftige Konsistenz bekam er ein so manches „Mmmh“. 5 'Amsoi' – Ein Senfkohl der wohl viele Anhänger finden wird.

#### Überblick über alle Sorten und Herkünfte der Senfkohl Sichtung 2015

Sortenname (Sammlungscode / Saatgutquelle*)	Rotfärbung	Blattlänge	Schärfegrad	Kurzbeschreibung
'Grün-im-Schnee' (KO001 / Suffolk Herbs UK)	keine	kurz	sehr scharf	Kleine, lanzettförmige, zarte Blätter mit fein gesägten Blattrand. Weiche, eher trockene Konsistenz mit stark würzig-scharfer Senfölnote. Sehr dichter Wuchs. Als Salatbeigabe geeignet.
'Tendergreen Spinach' (KO055 / Chiltern Seeds UK)	keine	sehr lang	gering	Bildet große, verkehrt-eiförmige, glattrandige Blätter. Mittelgrüne, tendenziell nach unten gewölbte Blattspreite. (Sehr) feste Konsistenz, milde Schärfe und Pak-Choi-ähnlicher Geschmack, geeignet als Blattsalat.
'Fordhook' (KO077 / Bot. Garten Riga via IPK)	keine	kurz	gering bis mittel	Vielgestaltig. Mittelgrünes Blatt mit gewellten, gesägten, tief-eingeschnittenen oder zipfeligen Blattrand. Rau behaarte Blattoberfläche. Saftig-feste Blätter mit geringer bis mittlerer Schärfe. Geeignet als Blattsalat. Mittlere Schärfe bleibt bei älteren Blättern erhalten.
'Roter Riesen-Senf' (KO115 / Seed Savers Exchange USA)	teilweise	kurz	mittel	Lanzettförmige Blätter mit gesägten Blattrand. Blattoberfläche leicht rau behaart. Attraktive Rotfärbung der Blattadern auf grünem Untergrund oder rot überlaufene Blattspreite. Mittel ausgeprägte Senfölnote und Saftigkeit. Mittlere Schärfe bei älteren Pflanzen.
'Volgogradskaja 189/191' (KO118 / Russland via IPK)	keine	mittel	mittel	Eiförmige, an der Basis tief eingeschnittene Blattspreite mit gesägten Blattrand. Stark rau behaarte Blattoberfläche. Saftige Konsistenz und mittlere Schärfe.
'Grellos de Santiago-Peregrina' (KO175 / De Compostela ES via Barbetti, IT)	keine	mittel	gering	Große, leicht rau behaarte, breit lanzettliche Blätter mit gesägten Blattrand. Blattspreite an der Basis löwenzahnartig eingeschnitten. Geeignet als Blattsalat wegen milder Senfnote.
'De Compostela/K 9302' (KO197 / De Compostela ES via IPK)	keine	kurz	gering	Lanzettförmige, hellgrüne Blätter mit fein gezähnten Blattrand. Konsistenz fest und saftig. Geringe Schärfe und Senfölnote bleibt auch in älteren Blättern erhalten und eignen ihn als Salat.
'Yellow Green Curled' (KO200 / Peace Seeds USA via IPK)	keine	kurz	mittel (angenehm)	Ovale Blätter mit leicht gewellten, stark gezähnten bis zipfeligen Blattrand. Blattoberfläche rau behaart. Sehr saftige Blattkonsistenz mit sehr ausgewogenem, würzigem Pak Choi Geschmack. Ältere Pflanzen tendenziell schärfer. Sehr gut!
'Osaka Purple Leaf' (KO202 / Peace Seeds USA via IPK)	stark	mittel	sehr scharf (angenehm)	Eiförmiges dunkelrot überlaufenes Blatt mit leicht gewellten, tendenziell gewölbten Blattrand. Markantes krenartiges Senfölaroma mit ansteigender Schärfe. Intensität variiert.
'Indischer Senfkohl' (KO204 / Handel Indien via Hr. Rudolf)	keine	lang	mittel	Lanzettförmige, an der Basis tief eingeschnittene Blattspreite mit gesägtem Blattrand und rau behaarter Blattoberfläche. Saftige Konsistenz. Mittlere Schärfe. Geht sehr rasch in Blüte!
'Amsoi' (KO212 / Suffolk Herbs)	keine	mittel	sehr scharf (ansteigend)	Blätter hellgrün mit länglich eiförmiger Blattform und gesägten Blattrand. Mittelfeste Konsistenz. Mittlere bis tendenziell ansteigende Schärfe. Bildet bei größerer Standweite große Blattrossetten mit fleischiger Mittelrippe.

\* Saatgutquelle IPK = Genbank Gatersleben

