

## Beta vulgaris subsp. vulgaris Flavescens-Gruppe / Stielmangold



<i>ID Pflanze</i>	202
<i>Höhe in cm</i>	bis 30
<i>Lichtbedarf</i>	sonnig oder halbschattig
<i>Wasserbedarf</i>	normal oder feucht
<i>Lebensdauer</i>	<b>zweijährig</b>
<i>Keimverhalten und Pflege</i>	W: Knospen auf/unter Erde
<i>KT = Keimtemperatur</i>	Abstand der Reihen 35-40 cm, Abstand der Pflanzen 15-30 cm; bei Voranzucht ins Freie setzen, wenn 4 bis 5 Blätter vorhanden, buntstilige Sorten sind kälteempfindlicher -> erst Mitte Mai auf den Balkon frosthart Normalkeimer Dunkelkeimer 2 cm tief
<i>Abstand beim Pflanzen in cm</i>	40
<i>Pflanzenanleitung</i>	Stielmangold mit roten Stielen sind weniger ertragreich und frostempfindlicher; Tiefwurzler -> Topf genügend hoch; Dünger stickstoffarm, aber chloridhaltig (evtl. Salz, falls kein chloridhaltiger Dünger verfügbar); Mischkultur mit fast allem, u.a. Pflücksalat, Erdbeeren oder Radieschen; gedeiht auch in grossen Töpfen; blüht erst im 2. Jahr
<i>Düngekatgorie</i>	Mittelzehrer
<i>Ernte</i>	nach 8 bis 12 Wochen erntereif, Herzblätter stehen lassen

**Zeigerwerte gemäss info flora unter <https://www.infoflora.ch/de/flora/art->**

Wasser	pH-Wert	Nährstoffe	Temperatur	Licht	Klimatyp	Humus	Partikelgr.
mässig feucht	schwach basisch (5.5-8)	nährstoffreich	collin	sonnig	subozeanisch		

<i>Krankheiten und Schädlinge</i>	hat kaum Schädlinge oder Krankheiten (86)
<i>Allgemeine Bemerkungen</i>	bezieht sich auf Stielmangold Feurio und Bright Yellow von Sativa (gekauft 2013); unterscheidet sich vom Blattmangold durch hervortretende Mittelrippen. Beide Mangoldarten gibt es mit weissen, roten oder gelblichen Mittelrippen (462)

	Saat	Blüte	Ernte
Januar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Februar	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
März	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
April	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Mai	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Juni	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Juli	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
August	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
September	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Oktober	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
November	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dezember	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



<b>Quelle Bild</b>	Peter Forster <a href="http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/07/Bietole_da_coste%2C_Italia_2.jpg">http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/07/Bietole_da_coste%2C_Italia_2.jpg</a>
<b>Heilpflanze?</b>	nein
<b>Wirkstoffe</b>	Eiweiss, Jod, Vitamine, Natrium, Eisen und Kalium, Vitamin K, Oxalsäure (462)
<b>Nebenwirkungen</b>	wegen der Oxalsäure bedenklich für Personen mit Nierenerkrankungen (462)
<b>Giftig?</b>	ungiftig
<b>Kulinarische Nutzung</b>	Verwendung der Stiele und Blätter als Gemüse; faserige Stiele von unten her schälen; ganz oder in Stücke zerteilt garen; Blätter kurz kochen oder blanchieren (462) Die Wurzel wurde vor dem Aufkommen der Zuckerrübe zur Zuckergewinnen verwendet (650) Sollte wegen des hohen Gehalts an Oxalsäure nicht roh verzehrt werden (650)

### Quellen und weiterführende Infos:

- 86 <http://www.natur-lexikon.com/Texte/km/001/00026-Mangold/km00026-Mangold.html>
- 397 Handbuch Bio-Balkongarten (Andrea Heisting Arce Noah)
- 421 <http://de.wikipedia.org/wiki/Mangold>
- 450 [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/07/Bietole\\_da\\_coste%2C\\_Italia\\_2.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/0/07/Bietole_da_coste%2C_Italia_2.jpg)
- 462 <http://www.livingathome.de/kueche/mangold-40870.html>
- 526 <http://www.bio-gaertner.de/pflanzen/Mangold/Fruchtfolge>
- 549 <https://www.prospecierara.ch/de/sortenfinder/ge-1367>
- 576 <http://de.wikipedia.org/wiki/Mangold>
- 650 <https://www.foodbrothers.com/koch-wiki/mangold.html>

Zusammengestellt von **Silvia Rothen, rothen ecotronics, Bern, Schweiz**  
<http://www.ecotronics.ch/blumen.aspx>