

Brassica oleracea gemmifera / Flower sprout



ID Pflanze	361
Höhe in cm	bis 80
Lichtbedarf	sonnig oder halbschattig
Wasserbedarf	normal oder feucht
Lebensdauer	einjährig
Keimverhalten und Pflege KT = Keimtemperatur	Vorkultur ab März, ab Mitte April ins Freiland; scheint sich auch über Wurzelschnittlinge vermehren zu lassen nicht frosthart Normalkeimer KT 15-18 Grad Dunkelkeimer 0.5-1 cm tief Keimdauer 10-15 Tage
Abstand beim Pflanzen in cm	50 Reihenabstand in cm: 50
Eignung Balkon	Tiefwurzler, deshalb nur für tiefe Töpfe und Kisten geeignet
Düngekategorie	Mittelzehrer

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

Allgemeine Bemerkungen Mischung aus Rosenkohl und Wirsing/Federkohl, gemäss anderen Quellen Grünkohl; auch blühend attraktiv; Neuzüchtung aus dem Jahr 2010

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



Quelle Bild	Debhatler https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/3b/Kalettes_stem_and_indivisual.jpg
Heilpflanze?	nein
Wirkstoffe	Vitamine A, B6, C, Glucosinolate (schwefelhaltige Stoffe) wie Indole und Isothiocyanate (657)
Heilwirkung	Glucosinolate sollen das Krebsrisiko senken;
Kulinarische Nutzung	ca. 4 Minuten garen, gedünstet, angebraten, gekocht oder blanchiert

Quellen und weiterführende Infos:

657 <https://www.migros-impuls.ch/de/ernaehrung/nahrungsmittel/gemuese/flower-sprouts>

660 https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/3b/Kalettes_stem_and_indivisual.jpg

Zusammengestellt von **Silvia Rothen, rothen ecotronics, Bern, Schweiz**

<http://www.ecotronics.ch/blumen.aspx>

Version: 31.12.2022 11:28:43