



Romanasalat „Forellenschluss“

- Pflanzung:** bis Mitte Oktober
Pflege: sparsam gießen, Pflanzen trocken halten, im Glashaus gut lüften, Pflanzen vor Regen und Schnee schützen (Abdeckung)
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der kräftigsten Blätter
Verwendung: frische Salate
Besonderheit: Durch die auffällige Blattfärbung auch optisch ein Genuss!



Rucola (Wilder)

- Pflanzung:** bis Mitte Oktober
Pflege: gießen nur bei Trockenheit, nicht zu nass halten!
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der kräftigsten Blätter
Verwendung: frische Salate, als Gewürzkraut
Besonderheit: zartwürziger Geschmack, mehrjährige Pflanze



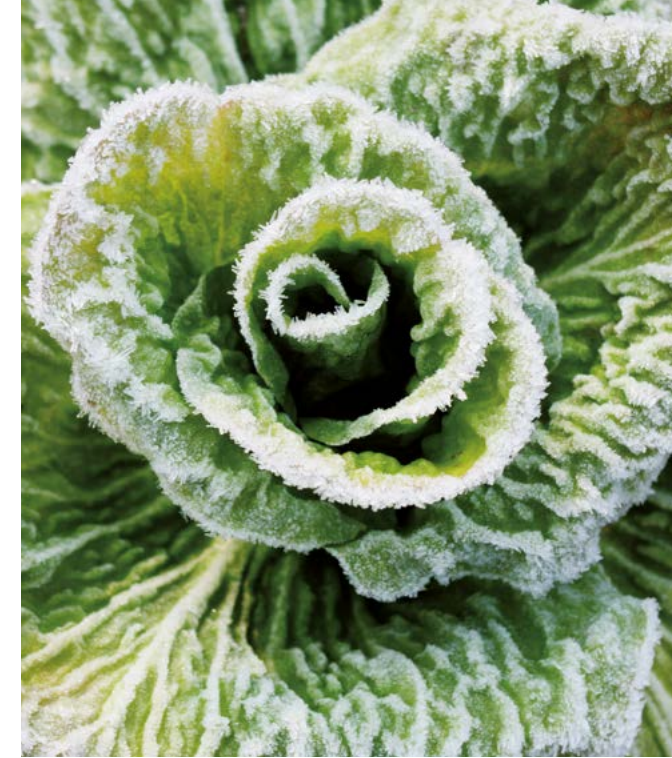
Spinat

- Pflanzung:** bis Mitte Oktober
Pflege: regelmäßig gießen
Winterschutz: keiner erforderlich
Ernte: laufende Ernte der kräftigsten Blätter oder der ganzen Pflanze
Verwendung: junge, zarte Blätter als Salat, größere Blätter für Spinat
Besonderheit: unverzichtbarer Klassiker unter den Wintergemüsearten



Vogersalat

- Pflanzung:** bis Ende Oktober
Pflege: nach der Pflanzung gut eingießen, später eher trocken halten, Unkraut jäten
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der größeren Einzelblätter oder der ganzen Pflanze, Blätter nicht in gefrorenem Zustand ernten
Verwendung: frische Salate
Besonderheit: sehr kältetolerant, wächst auch bei +5 Grad noch



Wintersalat „Winterkönig“

- Pflanzung:** bis Mitte Oktober
Pflege: sparsam gießen, Pflanzen trocken halten, im Glashaus gut lüften, Pflanzen vor Regen und Schnee schützen (Abdeckung)
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der größeren Einzelblätter oder der ganzen Pflanze, Blätter nicht in gefrorenem Zustand ernten
Verwendung: frische Salate
Besonderheit: alte Traditionssorte mit relativ großem Kopf



Wintamine

Die Winter-Gemüseernte
im eigenen Garten, Hochbeet und
unbeheizten Gewächshaus!



Frische Vitamine ernten in der kalten Jahreszeit!

Frisches Gemüse auch im Winter aus dem eigenen Garten, Hochbeet oder unbeheizten Glashauss zu ernten, ist sicherlich der Traum eines jeden Hobbygärtners. Die gute Nachricht dazu: dieser Traum kann Wirklichkeit werden! Es gibt eine ganze Reihe von Gemüsearten, die auch den strengsten Frösten des Winters trotzen und so auch in der kalten Jahreszeit laufend eine vitaminreiche Ernte möglich machen. Voraussetzung dazu ist das zeitgerechte Auspflanzen im Herbst, damit die in Töpfen vorkultivierten Pflanzen noch ausreichend Zeit haben, in die Erde einzuwurzeln. Die Verwendung gut entwickelter, kräftiger Gemüsepflanzen ist natürlich Grundvoraussetzung, denn allzu viel Zuwachs der Pflanzen darf man sich in der kalten Jahreszeit natürlich nicht mehr erwarten!

Dieser Leitfaden mit 10 ausgewählten Gemüseportraits soll somit als kleine Anregung dienen, um die eine oder andere Gemüseart im bevorstehenden Winter einmal auszuprobieren.

Gutes Gelingen und eine vitaminreiche Winterernte wünschen die OÖ Gärtner!

10 Gemüseportraits für die eigene Winter-Ernte

- ❁ Asia-Salate
- ❁ Blutampfer
- ❁ Grünkohl
- ❁ Mangold
- ❁ Pflücksalat „Lattughino“
- ❁ Romanasalat „Forellenschluss“
- ❁ Rucola (Wilder)
- ❁ Spinat
- ❁ Vogelsalat
- ❁ Wintersalat „Winterkönig“



Asia-Salate

- Pflanzung:** bis Ende Oktober
Pflege: sparsam gießen, Regen-/Schneeschutz, vor Staunässe schützen
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der größeren Einzelblätter, Blätter nicht in gefrorenem Zustand ernten
Verwendung: frische Salate, Dekoration, als Gewürzkraut
Besonderheit: Auf Grund der vielfältigen Blattfarben und -formen, wie auch den unterschiedlichen Geschmacksintensitäten der einzelnen Sorten, ein unverzichtbarer Begleiter durch den Winter!



Blutampfer

- Pflanzung:** bis Ende Oktober
Pflege: regelmäßig gießen
Winterschutz: keiner erforderlich
Ernte: laufende Ernte der jungen Blätter
Verwendung: frische Salate, Dekoration
Besonderheit: Die jungen Blätter sehen nicht nur sehr dekorativ aus, durch den angenehm säuerlichen Geschmack passt der Blutampfer auch sehr gut zu Salaten.



Grünkohl

- Pflanzung:** bis Mitte November
Pflege: regelmäßig gießen
Winterschutz: keiner erforderlich, ev. Schneeschutz, damit die Blätter unter der Schneelast nicht abbrechen
Ernte: laufende Ernte der Einzelblätter
Verwendung: zum Kochen, Braten, Dünsten, für Smoothies
Besonderheit: Alte Gemüseart, die bei uns ein wenig in Vergessenheit geraten ist. Blätter sind reich an Vitamin C!



Mangold

- Pflanzung:** bis Ende Oktober
Pflege: regelmäßig gießen und düngen
Winterschutz: keiner erforderlich, ev. Schneeschutz
Ernte: laufende Ernte der äußersten Stiele bzw. Blätter
Verwendung: zum Kochen, Braten und Dünsten, sehr vielseitig verwendbar
Besonderheit: Die leuchtend bunten Blattstiele des Mangolds bringen tolle Farbe in die Wintergemüse-Küche.



Pflücksalat „Lattughino“

- Pflanzung:** bis Mitte Oktober
Pflege: sparsam gießen, Pflanzen trocken halten, im Glashauss gut lüften, Pflanzen vor Regen und Schnee schützen (Abdeckung)
Winterschutz: Im Gemüse- oder Hochbeet mit Vlies oder Folie abdecken, im Gewächshaus kein Winterschutz erforderlich
Ernte: laufende Ernte der kräftigsten Blätter, nicht zu tief abschneiden
Verwendung: frische Salate
Besonderheit: Ernte bis in den Frühling möglich



Buchtipp!



Weiterführende Literatur zum Thema von Wolfgang Palme

Herausgeber:
Die OÖ Gärtner, Auf der Gugl 3, 4020 Linz
www.ooe-gaertner.at

Quelle: Frisches Gemüse im Winter ernten,
Wolfgang Palme, Löwenzahn Studienverlag

Bildquellen: DI Wolfgang Palme,
Austroaat, Reinsaat, Fotolia

