

## Pak Choi

Pak Choi ist eine asiatische Kohlart, die geschmacklich dem Chinakohl ähnelt. Er ist jedoch saftiger und würziger als der Chinakohl.



### Steckbrief

Heimat:	wahrscheinlich Mittelchina
Bot. Name:	<i>Brassica rapa</i> var. <i>chinensis</i>
Familie:	Kreuzblütler ( <i>Brassicaceae</i> )
Synonyme:	Paksoi, Chinesischer Senfkohl, Blätterkohl
Inhaltsstoffe:	ähnlich wie andere Kohlarten
Besonderheiten:	kühle Temperaturen (unter 10 °C) und lange Tage (über 12 Stunden Tageslänge) führen zur Blüte

### Boden und Klima

Pak Choi bevorzugt, wie der nahe verwandte Chinakohl, sandige Lehmböden. Geeignet sind jedoch auch alle anderen Standorte, an denen Kohlpflanzen angebaut werden. Der Wasserbedarf ist hoch, stauende Nässe wird nicht vertragen. Mildes Klima, wie z. B. Weinbauklima, wirkt sich günstig auf das Wachstum aus.

### Fruchtfolge

Gegenüber Kohlhernie ist Pak Choi sehr empfindlich und muss daher in weitem Fruchtwechsel mit anderen Kreuzblütlern (Kohlarten, Rettich, Radies etc.) stehen.

### Sortenwahl

Wegen der großen Schossgefahr sind schossfeste Sorten zu bevorzugen. Geeignete Sorte ist beispielsweise 'Joi Choi' F1.

### Bodenbearbeitung und Düngung

Da Pak Choi in der Regel als Nachkultur angebaut wird, ist eine normale Bodenbearbeitung ausreichend. Eine Grunddüngung ist nicht nötig, da meistens noch genügend Nährstoffe von der Vorkultur vorhanden sind. Der Nährstoffbedarf ist ähnlich wie beim Chinakohl. Eine Nachdüngung mit 25 g Kalkammonsalpeter pro m<sup>2</sup> oder 50 g Hornmehl pro m<sup>2</sup>, und zwar 2 bis 3 Wochen nach dem Auflaufen der Pflanzung ist ausreichend.

### Kultur

Aussaat:	ab Mitte Juli
Pflanzabstand:	30 bis 40 cm Reihenabstand, 30 cm in der Reihe
Vereinzeln:	nur bei Direktsaat erforderlich
Pflanzung:	kleine Pflanzen verwenden, große Pflanzen wachsen schlecht an
Kulturdauer:	50 bis 65 Tage

## **Ernte und Lagerung**

Die Ernte muss vorsichtig erfolgen, da die fleischigen Blätter sehr empfindlich sind. Pak Choi besitzt nach der Ernte nur eine kurze Lagerfähigkeit. Auf dem Beet ist er bis zum ersten Frost gut haltbar.

## **Pflanzenschutz**

Pak Choi ist sehr anfällig für die Kohlhernie (Symptome: kümmerliche, zurückgebliebene Pflanzen; an den Wurzeln dicke Wucherungen). Unbedingt auf eine weite Fruchtfolge (s.o.) achten!

Kulturschutznetze bieten einen ausreichenden Schutz gegenüber den anderen Kohlschädlingen.

Erdflöhe können die Keimlinge gefährden. Eine gleichmäßige Bodenfeuchte mindert den Erdflohbefall. Auch ein spezielles feinmaschiges Erdflöhe-Netz schützt die Jungpflanzen.

## **Verwendung**

Hauptsächlich werden die fleischigen Blattrippen verwendet - als Gemüse oder Salat. Die jungen Blätter lassen sich wie Wirsing oder Blattspinat zubereiten.

Januar 2008