Da haben wir den Salat!

SALAT AUF KLEINEM RAUM
SALATANBAU!

Salate drinnen anpflanzen

Langsam gehen die langen Tage vorbei und es wird kühler. Im Herbst wird der Garten eingewintert … doch halt! Auch in der kühleren und sogar kalten Jahreszeit kann draußen gegärtnert werden. Der Salat wächst zwar langsamer, aber er wächst!

HERBST

MODUL 02

SALAT AUF KLEINEM RAUM

SALATANBAU!

Salate drinnen anpflanzen

Im Herbst denkt man normalerweise in der Natur an Rückzug, an das Einwintern des Gartens. Doch dank der Wiederentdeckung des Wintergärtnerns wurden nun wieder einfache Techniken bekannt, wie auch in der kalten Jahreszeit gegärtnert werden kann.

Wir wollen mit unserem Salat-Projekt zeigen, dass es mit ein wenig Neugier - und auch auf kleinstem Raum - möglich ist, Salat aus dem Samenkorn bis zum Teller zu kultivieren und auch im Kindergarten zu verarbeiten. Viele Kinder haben kaum Kontakt mit Natur und wissen nicht, wie Lebensmittel angebaut werden. Das wollen wir mit unserem Projekt ändern.

Uns ist wichtig, dass die Kinder lernen, dass gärtnern auch ohne synthetischen Dünger und die chemische Keule beim Pflanzenschutz möglich ist – daher treten wir für Saatgut aus biologischer Produktion ein und vor allem für an Anbau sogenannter „samenfester" Sorten, deren Saatgut man auch im kommenden Jahr noch verwenden kann.

>> siehe dazu auch Aktion Saatgutgewinnung in Modul 8

Salat ist schon seit 2500 Jahren als Kulturpflanze bekannt und man geht davon aus, dass er vom Wilden Lattich, der auch bei uns vorkommt, abstammt. Der Name Lattich weist darauf hin, dass

Tipp

Als Pflanzgefäße eignen sich zum Beispiel leere Eisboxen, aufgeschnittene Milchkartons und halbierte PET-Flaschen, leere 500g Joghurtbecher, alte Konservendosen, mit Folie ausgelegte, tiefe Holztabletts, auch leere Eierkartons können verwendet werden

die Pflanze einen milchigen Saft in ihren Stängeln hat und auch alle gezüchteten Salate aus dieser Pflanzenfamilie haben diesen.

Viele Kinder essen keinen Salat – doch das muss nicht so sein. Selbstangebaut wird dieses vielseitige Gemüse, das noch dazu wirklich kinderleicht anzubauen ist, zum kulinarischen Highlight.

Wer gehört nun zur Familie der „Salatköpfe"?

Botanisch betrachtet sind die meisten Salate aus der Familie der „Korbblütler", dazu gehören die Kopf- und Schnittsalate, aber auch ihre bitteren Vertreter wie Zichorien, Radicchio, Zuckerhut und andere. Blattsalate wie Rucola und Kresse gehören zu den „Kreuzblütlern".

Was braucht nun so ein Salatkopf, um gut wachsen und gedeihen zu können, bis ihn die Kinder stolz ernten können? Ein wenig Licht, Erde und regelmäßig ein Schlückchen Wasser. Salat gedeiht auf kleinstem Raum, sogar in halbierten PET-Flaschen kann er wachsen!

Salat gedeiht sogar in halbierten PET-Flaschen!

Wir möchten mit unserem Projekt den Salatanbau schmackhaft machen und gleichzeitig Vielfalt vermitteln.

Den Eisbergsalat kennt mittlerweile (fast) jedes Kind, doch beispielsweise den Vogerlsalat, der sogar in der kalten Jahreszeit draußen wächst, kennt längst nicht jede und jeder!

In unseren Supermärkten gibt es zwar mittlerweile eine stattliche Auswahl an Blattgrün, doch die Natur hält noch viel mehr für uns bereit. Durch Züchtung und Selektion sind viele verschiedene, auch lokaltypische Sorten entstanden.

In Österreich sind typische Vertreter der „Wiener Butterhäupt'l", ein sehr zarter Salat mit mürben Blättern oder der „Grazer Krauthäupt'l", der wenig mit Kraut zu tun hat, aber sehr bissfest und knackig schmeckt. Beide können im Garten angebaut werden.

Im Herbst empfiehlt sich der bereits genannte Vogerlsalat, aber auch Schnittendivien- und Blattzichoriensalat können noch spät angebaut werden. Wem diese zu bitter sind, der ist auch mit Babyleaf-Salaten gut bedient. Diese wachsen auch im Innenraum.

Bei all den genannten können mit der Schere jeweils die äußeren Blätter sauber geerntet werden und es wächst laufend Salat nach – wenn man sie nicht zu tief abschneidet.

Tipp

Die meisten Salate sind Lichtkeimer – bei diesen wird das Saatgut auf die fein vorbereitete Erde nur aufgestreut, aber bleibt unbedeckt von Erde. Dann kann man die Samen mithilfe eines Reibebretts oder den flachen Händen andrücken, damit beim vorsichtigen Gießen nichts davonschwimmt. Lichtkeimer/ Dunkelkeimer?! Eine Faustregel besagt, dass kleines und leichtes Saatgut eher zu den Lichtkeimern gehört.

AKTION 1

Was wissen wir über Salat?

Als Auftakt in das Salatprojekt empfiehlt es sich, (vor allem) mit den älteren Kindern im Vorfeld 2 Kategorien zu erheben.

VOR **BEGINN DES PROJEKTS**
ein großes Plakat anfertigen:

1. Was ich glaube ... – z.B. könnte hier stehen:

- Pflanzen brauchen Erde
- Pflanzen brauchen Wasser
- Pflanzen brauchen Sonne
- Pflanzen wachsen aus Samen

2. Was ich mich frage ... – z.B. könnte hier stehen:

- Woher bekommen wir das Saatgut?
- Welche Salatsorten wir wohl bekommen?
- Wie pflanzen wir die Samen an?
- Wie groß werden die Salatpflanzen?
- Wie lange wird das dauern, bis der Salat groß sind?
- Wie werden unsere Salate wohl schmecken?
- Woher wissen wir, wann sie reif sind und wir sie ernten können?

NACH Abschluss des Projekts

3. Was ich gelernt habe ... – z.B. könnte hier stehen:

- Wir haben unser Saatgut im Internet bestellt
- Wir haben die Salate bestellt, die uns bei der Verkostung geschmeckt haben
- Ich habe gelernt, wie man Salate drinnen anbaut
- Alle Salatpflanzen haben Keimblätter

Tipp

Besonders leicht gedeihen am Fensterbrett die sogenannten „micro-greens": das sind zwarte Keimlinge von Salat- oder Gemüsepflanzen, die auch drinnen gut gedeihen. Ein wenig feine Erde, ein kleiner flacher Behälter, wo das Wasser gut ablaufen kann, Saatgut und ein Wassersprüher – das ist alles, was Sie dafür brauchen! Welche Pflanzen für diese Art der Kultur am Fensterbrett geeignet sind und eine detaillierte Anleitung zur Kultivierung finden Sie im Downloadbereich unter micro-greens.

AKTION 2

Outdoor-Wintersalatanbau

Wollen Sie im Winter Feld- oder Vogerlsalat ernten, säen Sie dazu **Anfang bis Mitte September** aus:

Vor der Aussaat muss der Boden gut gejätet und das Beet feinkrümelig vorbereitet werden (> *siehe auch Modul 6: Frühling Garten*).

Danach werden gerade Reihen mit einem Abstand von etwa 15 cm gezogen und das Saatgut etwa 1 cm tief eingestreut, gut angedrückt – das erwähnte Reibebrett empfiehlt sich dazu – und mit gut gesiebter Erde bedeckt.

Danach wird gut gewässert. War der Sommer sehr heiß und trocken, sollte das Beet auch schon in den Tagen vor der Aussaat gut gewässert werden, damit der Boden durchfeuchtet ist.

Sie können die Salatpflänzchen auch drinnen vorziehen, etwa 3-5 Samenkörner pro Topf, gut feuchthalten und nach ungefähr vier Wochen werden die Pflanzen topfweise im Abstand von circa 10x10 cm ins Freie verpflanzt.

Oft wird der Feldsalat zu dicht gesetzt und die unteren Blättchen werden gelb, das erschwert das Putzen und verdirbt die Freude am Salatanbau. Deshalb lieber mehr Platz dazwischen lassen, damit sich die Blattrosetten gut ausbreiten können.

Tipp

Salat enthält bis zu 90% Wasser. Deshalb braucht er regelmäßig einen Schluck aus der Gießkanne!

BEZUGSQUELLEN FÜR BIO-SAATGUT FÜR SALAT:

www.samen-maier.at/bio-saatgut
www.reinsaat.at
www.arche-noah.at
www.bioseeds.bplaced.net/Shop
www.eschenfelder.de/produkte/sprossen-und-keime/keimsaaten

HOCHSCHULE FÜR
Agrar- und Umweltpädagogik
Eigene Rechtspersönlichkeit

Ländliches
Fortbildungs
Institut

Ergänzend zu den Faltblättern gibt es einen
umfangreichen Downloadbereich auf
www.schuleambauernhof.at

Die Download-Optionen sind bei den einzelnen Modulen mit gekennzeichnet.

IMPRESSUM – Auftraggeber: Ländliches Fortbildungsinstitut (LFI) Österreich, Schauflergasse 6, 1015 Wien
Medieninhaber: Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte/eigene Rechtspersönlichkeit, Angermayergasse 1, 1130 Wien
Texte: DI Karoline Meixner-Katzmann (www.omniaverde.at), Mag. Rosemarie Zehetgruber (www.gutessen.at) · **Fotocredits:** Irene Treitner, Ingimage, Adobe Stock
Layout/Grafik: Kouba Grafikdesign · **Druckerei:** gugler*print, Melk, www.gugler.at

Dieser Folder wurde auf 100 % Recyclingpapier gedruckt. Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse" des Österreichischen Umweltzeichens. gugler*print, Melk, UWZ-Nr. 609, www.gugler.at

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete.