


Pflanzen: Speisechrysanthenen-Steckbrief: Alles auf einen Blick

Neben der Pfahlwurzel besitzt die Speisechrysantheme ein dicht verzweigtes oberflächliches Faserwurzelwerk. Die Blätter sind gelb und/oder weiß. Speisechrysanthenen haben eine Wuchshöhe von 50-80 cm.

 <h3>Speisechrysantheme</h3>	Aussat April-Juni	Standort halbschattig-sonnig	Bodenfeuchte feucht	Pflege junge Triebe beim ersten Austrieb zurückschneiden, regelmäßig schneiden
	Pflanzabstand 30x 10cm	Keimart Dunkelkeimer	Wuchstyp einjährig	Keimtemperatur 12°C bis 15°C
Beetnachbar Salate	Saattiefe 0,5cm	Bodenart humusreich	PH-Wert neutral	Keimdauer 10-21 Tage
			Nährstoffbedarf mittel, Mittelzehrer	

Blütezeit Juli-September	Erntezeit Juni-August	
Vermehrung Samen	Wuchshöhe 30-50cm	
Konservierung trocknen		Heilwirkung verdauungsfördernd, magenberuhigend

Speisechrysantheme

GLEBIONIS CORONARIA

Die Speisechrysantheme hat schöne, weiß-orangene Blüten. Dadurch sieht sie nicht nur angebaut, sondern auch im Salat toll aus.

Die Pflanze hat runde Stiele und längliche, gezackte Blätter. Sie erreicht eine Wuchshöhe von 30 bis 50 cm.

Die Speisechrysantheme sieht nicht nur schön aus, sondern ist auch essbar. Neben den Blüten, sind auch ihre Knospen und die jungen Blätter essbar. Du kannst sowohl einen frischen Salat zaubern, als auch eine würzige Suppe oder sogar eine Quiche.

Die Speisechrysantheme ist außerdem sehr gesund. Sie enthält Folsäure, Carotin, Vitamin C, Kalzium und Mineralstoffe. Dabei wirkt sie

Expertenwissen - Der große Speisechrysanthenen-Steckbrief

Vermutlich stammt die Speisechrysantheme (lat. *Glebionis coronarium*) aus dem östlichen Mittelmeergebiet, bis zum Iran und Pakistan. Heute wird die Speisechrysantheme fast überall auf der Welt angebaut. Die Speisechrysantheme gehört zur Familie der Asteraceae. Neben der Pfahlwurzel besitzt die Speisechrysantheme ein dicht verzweigtes oberflächliches Faserwurzelwerk. Die Blätter sind lanzettlich.

Ab April kann die Speisechrysantheme ausgesät werden. Da die Pflanzen aber recht hoch werden und im Topf nicht als Gruppe angepflanzt werden können, ist es hilfreich, eine **Kletterhilfe** zur Verfügung zu stellen.

Die Samen benötigen eine Bodentemperatur zwischen 15 und 20 °C zum Keimen. Sie zählen zu den Lichtkeimern und sollten nur mit einer ganz dünnen Schicht Erde bedeckt werden. Nach 7-14 Tagen sind die ersten grünen Triebe zu sehen und frühestens 8 Wochen nach der Aussaat sind die Blüten erntereif. Ernten solltest du an einem trockenen Tag, da die Blüten vergleichsweise schimmelfanfällig sind. Achte daher bei der Saatgutentnahme besonders darauf, die Samen komplett durchzutrocknen.

Fraßschädlinge, insbesondere Schnecken, Blattläuse und Minierfliegen, machen den Pflanzen oft zu schaffen. Auch Pilzinfektionen (hauptsächlich mit verschiedenen Erregern des echten und des falschen Mehltaus) sind leider bei Speisechrysanthenen nicht möglich. Um diese wieder los zu werden, sollten die betroffenen Triebe/ Pflanzen entfernt werden (bitte nicht auf den Kompost, sondern in den Restmüll!) und wenn nötig ein Pilzbekämpfungsmittel angewendet werden.

Die Speisechrysantheme bevorzugt einen sonnigen Standort mit mittlerer Nährstoff- und Wasserversorgung. Auch an anderen Orten wird die sehr anpassungsfähige Pflanze wachsen, dann kann es nur sein, dass sich die Blüten nicht ganz so zahlreich und kräftig entwickeln. Leider lieben nicht nur wir Menschen die Speisechrysantheme.

Wenn die Blätter der Speisechrysantheme zum Essen verwendet werden sollen, sollten die jüngeren gewählt werden. Auch in der Kosmetik kommen sie in Cremes zum Einsatz. In der Küche werden sie vor allem als essbare Dekoration verwendet.

Die Speisechrysantheme ist ein wenig bekanntes Gemüse und Würzkraut der fernöstlichen Küche. **Verwendet werden die jungen Blätter roh in Salaten und für Kräutercreme oder als Wok-Gemüse und in Suppen. Die Knospen und Blüten sind ebenfalls essbar und werden traditionell frittiert.** Laufende Ernte durch Abbrechen der Triebe oder einzelner Blätter. Die hübschen Blüten zieren außerdem jeden Gemüsegarten.

Aussaat ab März im Freiland, gedeiht gut bei eher kühlem Wetter. Aus einem Samen entwickeln sich kräftige Pflanzen, die mehrfach beerntet werden können. Frühlingssaaten treiben im Herbst meist nochmal mit vielen jungen Blättern. Eine zweite Aussaat ab August für die Herbst- und Winterernte im geschützten Anbau als Baby-Leaf ist ebenfalls möglich. Die Speisechrysantheme lässt sich einfach selbst vermehren.

Speisechrysanthenen-Pasta mit Schinken

Essbare Blumen sind einfach ein Hit! Sie schmücken den Gemüsegarten und liefern auch noch ein schmackhaftes Mittagessen.

Zutaten:

Zubereitung:

500 g Spiral-Nudeln 1 Zwiebel

in Salzwasser al dente kochen fein hacken und in Butter andünsten.

200 g gekochten Schinken in Scheiben aufgeschnitten

erst in breite Stücke, dann in schmale Streifen schneiden. Zugeben und kurz mitrösten.

3-4 Handvoll Blätter von Speisechrysanthenen

unterheben und 30 Sekunden zusammenfallen lassen. Die abgetropfte Pasta untermengen. Mit

etwas Chilisalz Parmesan-Käse

würzen. Auf 4 Teller verteilen. blättrig hobeln und darauf streuen

Blütenblätter der über die Pastateller streuen. Speisechrysantheme

Dazu passt frischer Gurkensalat aus dem Garten.