



Sabine Reber

# Grosse Saftwurzeln

Ihr Kraut sieht hübsch aus – und ihr Geschmack ist eine Wucht! Wer in seinem Garten allerdings prächtige **Pastinaken** ernten möchte, muss schon was dafür tun.

**U**nd wieder bereue ich es, dass ich nicht noch mehr Pastinaken gesät habe! Wie schön die grossen dunkelgrünen Laubbüschel der *Pastinaca sativa* im Spätsommer und Herbst auf dem Beet stehen! Wie lecker die ersten cremeweissen Wurzeln schmecken, die wir geerntet, in dünne Scheiben geschnitten und auf dem Blech über dem Feuer geröstet haben! Pastinaken haben diese eigenartig herbe Süsse, wie sie bei keinem anderen Wurzelgemüse vorkommt. Besonders gut tritt diese Eigenschaft beim Backen auf dem Blech oder auch beim Frittieren hervor. Selber gemachte Pastinakenchips sind eine kulinarische Offenbarung. Ausserdem schmecken Pastinaken wunderbar in Kombination mit mehligem Kartoffeln zu einem währschaftigen Püree verstampft.

Aber erst einmal müssen diese feinen grossen Saftwurzeln ordentlich angebaut werden. Pastinaken selber ziehen braucht vor allem Geduld. Sie müssen möglichst zeitig im Frühjahr gesät werden, am besten, sobald der letzte Schnee weg ist. Und dann passiert erst einmal lange nichts. So lange, dass man manchmal schon vergisst, wo man sie gesät hat, und das dazugehörige Schild vielleicht bereits verloren gegangen ist. Und dann irgendwann im April oder Anfang Mai spriessen plötzlich die sellerieartigen Blätter. Nun heisst es: Achtung beim Jäten! Mehr als einmal habe ich die jungen Pastinakenpflanzen erst an ihrem typischen Geruch erkannt, als ich die schon ausgerissenen Pflänzchen in der Hand hielt! Sie riechen nicht nur wie Stangensellerie, sie schmecken auch so. Um solche Jätunfälle zu verhindern, lohnt es sich, neben den Pastinaken jeweils

noch ein wenig Ringelblumen oder vielleicht Radieschen zu säen. Diese keimen beide rasch und erinnern uns daran, dass da ja auch noch die Pastinaken in der Erde schlummern.

Falls Sie die Pastinaken zu dicht gesät haben sollten, dann passen die ausgedünnten Pflänzchen bestens in die Salatschüssel. Auch während des Sommers können immer mal wieder einige junge Pastinaken geerntet werden. Ihre Wurzeln werden mit der Zeit bis zu dreissig Zentimeter lang und unterarmdick – aber um so gross zu werden, brauchen sie genug Platz. Darum werden alle Pflanzen, die zu dicht stehen, schon vorher geerntet und verwendet. Das Laub der älteren Pastinaken lässt sich als Gewürz oder wie Blattspinat in diverse Gerichte integrieren. Die jungen Wurzeln schmecken gebacken oder gekocht hervorragend.



Beides lässt sich kulinarisch verwenden:  
Kraut und Wurzel der Pastinake.

Gemüse gedeihen. Bei den Pastinaken kann man das besonders gut beobachten – von nichts kommt halt nun einmal nichts, und richtig schöne, grosse Pastinaken wollen verdient sein! ✨

**Sabine Reber** ist Autorin, Pflanzenexpertin und Gartenberaterin. [www.sabinesgarten.ch](http://www.sabinesgarten.ch), [www.hikesandherbs.ch](http://www.hikesandherbs.ch)