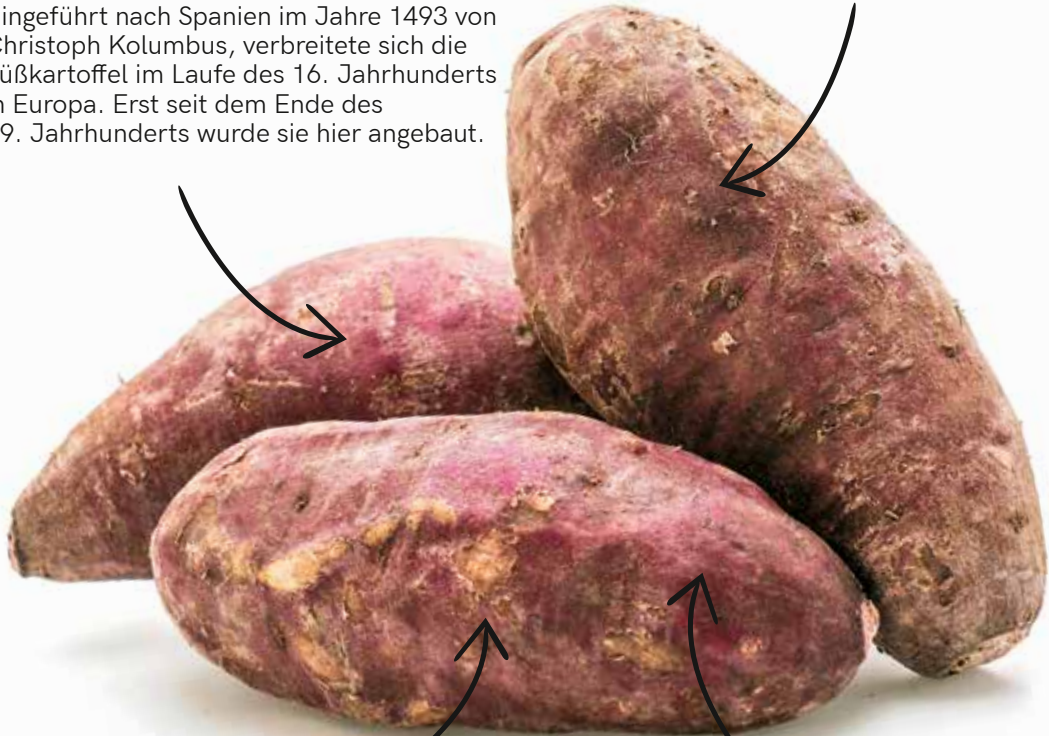


Geschichte

Eingeführt nach Spanien im Jahre 1493 von Christoph Kolumbus, verbreitete sich die Süßkartoffel im Laufe des 16. Jahrhunderts in Europa. Erst seit dem Ende des 19. Jahrhunderts wurde sie hier angebaut.

Pflanze

Die Süßkartoffel (*Ipomoea batatas*) ist eine mehrjährige krautige Pflanze mit sehr ornamentalen herz- oder pfeilförmigen Blättern und rosa-violetten Trichterblüten. Die teils kriechenden teils kletternden Stängel können über 4 m lang werden.



Eigenschaften

Reich an Kohlehydraten und einfachen Zuckern, sind Süßkartoffeln viel kalorienreicher als Kartoffeln und werden daher für Diabetiker und Menschen mit Adipositas nicht empfohlen. Allerdings sind sie glutenfrei und können daher auch von Menschen konsumiert werden, die eine Glutenunverträglichkeit haben. Süßkartoffeln enthalten Kalium, Vitamin E und Vitamin A in höherer Konzentration und sind sehr reich an Ballaststoffen.

Besonderheiten

Es gibt viele Süßkartoffelsorten: mit rosa, rötlicher oder violetter Schale, mit gelbem, gelb-orangem oder lila Fruchtfleisch. Die verbreitetste Sorte ist diejenige mit heller Schale und orangem Fruchtfleisch.



SO WIRD'S GEMACHT

- 1** Legen Sie die Süßkartoffel so auf das Gefäß, dass die schmale Seite mit dem Wurzelansatz nach unten weist und der apikale Spross mit den Trieben nach oben. Nutzen Sie vier Zahnstocher, um die Knolle zu stützen. Füllen Sie so viel Wasser ein, bis ein Drittel der Knolle bedeckt ist. Stellen Sie das Gefäß an einen hellen Ort, aber nicht direkt in die Sonne.
- 2** Innerhalb von 30 Tagen wird die Süßkartoffel beginnen, sowohl Wurzeln als auch kleine Triebe zu bilden. Diese sollten Sie zunächst weiterwachsen lassen. Wechseln Sie das Wasser einmal pro Woche und achten Sie darauf, dass die Wurzeln nicht austrocknen.
- 3/4** Wenn die Triebe eine bestimmte Länge (mindestens 15–20 cm) erreicht und fünf bis sechs gut entwickelte Blätter haben, schneiden Sie sie ab. Stellen Sie sie in ein Glas mit Wasser und warten Sie ab, bis sie Wurzeln geschlagen haben.



NACH EINIGER ZEIT ...

Wenn Sie die Süßkartoffel im Garten einpflanzen möchten, müssen Sie nur die Stecklinge im späten Frühjahr in den zuvor gut bearbeiteten und belüfteten Boden setzen. Achten Sie darauf, dass die Luft- und Bodentemperatur mild genug ist. Die Stecklinge sollen einen Abstand von etwa 40–50 cm zueinander haben. Wässern Sie sie einmal pro Woche. Ab Mitte Oktober werden Sie die neuen Knollen ernten können: Jede Pflanze bildet drei bis acht Stück. Wenn Ihr Anbauexperiment mangels geeigneter Freiflächen bei Phase 4 beendet werden muss, nutzen Sie die dekorativen Möglichkeiten des großzügig treibenden Wurzelgeflechts. Lassen Sie die Stecklinge im Glas. Innerhalb von ein paar Monaten werden Sie eine Pflanze mit langen Stängeln voller Blätter erhalten, die Sie auf Spaliere oder andere Rankgerüste klettern lassen können. Am schönsten wirkt die Pflanze, wenn ihre Stängel nach unten hängen. Achten Sie darauf, dass immer ausreichend Wasser im Glas ist, damit die Wurzeln nicht austrocknen.

◦ SÜBKARTOFFEL ◦

