

Ein Gemüse füllt das halbe Kochbuch – Kohl

Kohl wurde aus dem Wildkohl in vielen Formen und Farben gezüchtet: Rotkohl, Wirsing, Weißkohl, Kohlrabi oder Grünkohl.

Seine Zubereitungsformen sind vielfältig – von Sauerkraut bis zur Kohlroulade.

Kohl erfordert ausreichend Dünger.

Er kann selbst im Winter als Vitamin – C - Spender gute Dienste leisten.

Kohl wird gern mit Kümmel kombiniert, um die Verdauung zu erleichtern



Gemüsekohlrabi, Weißkohl, Brokkoli, Kohlrabi und andere Kulturformen wie Radieschen und Raps gelten als wichtige Vertreter der Kreuzblütengewächse. Sie sind ein wichtiger Bestandteil der Landwirtschaft. Insgesamt lässt sich feststellen, dass viele bekannte Gewürzpflanzen, Öllieferanten und Gemüsesorten häufig Kreuzblütengewächse sind. Manche Arten der Familie werden auch zur Gründüngung eingesetzt.

Die Senföle der Kreuzblütengewächse sind für ihren leicht scharfen Geschmack verantwortlich. Dies kann vor allem bei Meerrettich, Radieschen und Co. geschmeckt werden.

