



Farbe in den Gemüsegarten!

Ein Vulkan im Gemüsebeet? Kein Problem mit der Mangoldsorte `Roter Vulkan` kann es auf keinen Fall zu Verbrennungen kommen - ein echter Hingucker ist er allerdings schon und im Wechsel gepflanzt mit einer grünen Sorte wie `Schweizer Silber` strahlt er über jeden Gartenzaun und könnte schon den Neid der

Nachbarschaft wecken. In der Regel erntet man aber von einem Mangoldbeet mehr als man essen kann und so beglückt man die Nachbarn einfach mit einem schönen, eßbaren Geschenk!

Mangold stammt vermutlich aus dem Mittelmeerraum wo er schon von den alten Griechen und Römern kultiviert und gegessen wurde. Mit den Römern kam er dann nach Deutschland und wurde in deutschen Gärten häufig angebaut bis er ab dem 16. Jdh. vom Spinat immer stärker verdrängt wurde und fast in Vergessenheit geriet.

Dabei lassen sich farblich hübsche Beete damit gestalten und der Ertrag hält den ganzen Sommer und Herbst über an. Besonders hübsch sieht im Spätherbst der erste Rauhreif auf den großen Blättern aus. Strengere Fröste übersteht der Mangold leider nur sehr schlecht.



Mangold kann als Pflänzchen vorgezogen oder auch direkt ins Beet ausgesät werden. Wer es besonders bunt mag kann auch auf Sorten wie `Lime Light` zurückgreifen, die ein Farbenspiel von Gelb über Rot und Grün in einer Aussaat erbringen, so kann man, wenn man die Pflänzchen vorzieht die am schönsten gefärbten aussuchen und nach eigenem Geschmack im Beet zu schönen Farbharmonien pflanzen. Man sollte aber die

Größe der Pflanzen stets im Blick behalten, sodass sie sich nicht gegenseitig im Wachstum behindern sondern zu eindrucksvollen Gestalten entwickeln können.

Italienisch inspirierter Mangoldauflauf

500gr grüne Mangoldblätter, (die Stiele extra als Gemüse kochen)
600gr mehlig kochende Kartoffeln
100gr frisch geriebener Parmesan
6Eßl. süße Sahne
4 Eier
Salz, Pfeffer, Muskatnuß, etwas Zitronensaft

Kartoffeln weich kochen, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken, mit Sahne und Eiern gründlich vermischen.

Mangold in Streifen schneiden, mit etwas Wasser blanchieren bis er zusammenfällt. Pürieren mit den Pürierstab und mit den Gewürzen kräftig abschmecken.

750gr Käse, Mangold und Kartoffelbrei vermischen.

Feuerfeste Auflaufform mit Olivenöl bestreichen und mit der Masse füllen. Restlichen Käse darüber streuen und im Backofen bei circa 180°C 20 Minuten überbacken