Mangold und Rote Bete
Beta vulgaris

Der neue Trend – Bevorzugung der Zwerge

Biologisch betrachtet, handelt es sich bei Mangold, Roter Bete, Futter- und Zuckerrübe um eine einzige Art. Nur der Mensch hat verschiedene Auslesen getroffen und dabei entweder mehr Wert auf die Rippen, die Konsistenz der Blätter oder den Geschmack der Rüben gelegt. Prinzipiell kann man genauso gut vom Mangold die rübenartigen Wurzeln essen. Und mit etwas Geschick – das heißt, wenn man es geschafft hat, die Wurzel nicht zu verletzen – erhält man auch Exemplare, die gering verzweigt sind, also solche, von denen sich nach der Blatternte zusätzlich die Rüben einfach putzen lassen.

Einen neuen Trend in der Züchtung bilden Gemüse, die sehr klein bereits genussreif sind. So gibt es mittlerweile sogenannten Babyleaf-Salat aus jung geernteten kleinsten Roten Beten, die mit einem Bissen samt Blättchen roh verspeist werden. An der Tendenz gefällt mir, dass es nicht immer um Gigantismus und große Ernten gehen muss. *Beta vulgaris* ist prädestiniert für diese Entwicklung, weil weder die Rübe noch die Blätter holzig werden.

Da stellt sich die Frage, ob Auslese überhaupt stattfinden soll oder ob man nicht einfach mit dicken und dünnen, verschieden bunten, vielfältigen Rüben- und Blattformen bei der eigenen Ernte zufrieden ist. Denn schließlich ist ja alles ess- und verwertbar.

Typenkunde und Sorten

In den Küstengebieten Europas ist heute noch *Beta vulgaris* ssp. *maritima* zu finden, die Wildbete. Sie ist im Gegensatz zur kultivierten Verwandten mehrjährig. Von ihr gibt es rötliche und gelbliche Typen und solche, deren Blätter eher niederliegend als aufrecht sind. Auch ihre Blätter sind bereits typisch »ledrig«.

Mangold ist seit mindestens 2500 Jahren in Kultur. Das eiweißreiche Blatt hat insbesondere in Frankreich und der Schweiz Liebhaber gefunden. Mangold wurde in Mittelfranken noch lange geschätzt, während der Spinat im restlichen Deutschland den Mangold verdrängte. Diese Entwicklung liegt vielleicht daran, dass Mangold mehr Oxalsäure enthält. Die Oxalsäure greift den Zahnschmelz an, sodass sich die Zähne nach Genuss von Mangold und Spinat rau anfühlen.

Blattmangold ***(Beta vulgaris* ssp. *cicla* var. *flavescens)***
Sorten: ‘Grüner Schnitt’; ‘Gelber Schnitt’; ‘Lukullus’.

Stielmangold ***(Beta vulgaris* ssp. *cicla* var. *flavescens)***
Sorten: ‘Berac’; ‘Brillant’; ‘Bright Lights’; ‘Charlotte’; ‘Feurio’; ‘Genfer Spezial’; ‘Glatter Silber’; ‘Vulkan’.

Rote Bete ***(Beta* ssp. *vulgaris* var. *vulgaris)***
Sorten: ‘Albina Vereduna’; ‘Boldor’ F1; ‘Burpees Golden’; ‘Forono’; ‘Hula Hoop Mischung’; ‘Monalisa’; ‘Moulin Rouge’; ‘Rote Kugel’; ‘Tondo di Chioggia’.

Mangold und Rote Bete

Nachbauskala	
Nachbau, Sortenerhalt	mittel, zweijährig
Winterhärte	bedingt

Botanik	
Blütenbau	perfekt
Bestäubung	überwiegend selbst, Insektenbestäubung kommt vor
Isolation	nein, nur wenn absolute Sortenreinheit gewünscht
Chromosomen	2×9 = **18**

	Dez	Jan	Feb	März	Apr	Mai	Juni	Juli	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Aussaat (Direktsaat)					■	■			■				
Aussaat geschützt				■									
Pflanzung						■							
Gemüseernte							■	■					
Überwinterung mit leichtem Schutz	■	■	■									■	■
Blüte im 2. Jahr								■					
Samenernte im 2. Jahr										■			

Spickzettel	
Aussaat	
Lichtreaktion	nicht eindeutig
Mindestanzahl Erhaltung	18 Pflanzen
Samen behandeln	evtl. auseinanderbrechen und vorquellen
Pflanzen behandeln	kältereizen
Saattiefe	2–4 cm
Voranzucht	sinnvoll
Keimtemperatur mindestens	9 °C
Keimtemperatur optimal	18–20 °C
Keimdauer	7–14 Tage
Anbau	
Pflanzabstand	25(–40)×30(–50) cm Stielmangold bildet größere Pflanzen als Blattmangold
Wachstum optimal bei	16–18 °C
Nachbaupause	4 Jahre
Ernte	
Nachreife an Pflanze	möglich
Nachtrocknung Samen	ja
Überwinterung	Samen, junge Pflanzen mit Abdeckung im Feld
Haltbarkeit	4–6 Jahre

Mangold, Sorte ‘Vulkan‘.

Rote Bete, reif für die Küche oder zum Einmieten.

Mögliche Auslesekriterien

Vor der Blüte
- Zartheit, Fleischigkeit der Blätter
- Farbe, Form der Blätter (Welligkeit, Blasen) und Stiele beziehungsweise Mittelnerven
- Geschmack und damit Inhaltsstoffe der Blätter: weniger Oxal- und mehr Ascorbinsäure, Eiweißqualität, Bitterkeit
- Mehltauanfälligkeit
- Beliebtheit bei Blattläusen (Befall hängt stark von Witterung ab)

Nach der Blüte
- Schossanfälligkeit
- Auslese auf Früh- und Spätsorten

Nach der Ernte
- Eignung für verschiedene Lagerungen
- Bei Überwinterung im Feld: Frostbeständigkeit

Anbautipps vom Erwerbs- und Profigärtner

- *Beta vulgaris* hat Samenknäuel, die schwer auseinanderbrechen. Das heißt, ausgesät wird das ganze Knäuel, aus dem mehrere Keimlinge wachsen. Deswegen verzieht man; das heißt, man lässt nur den schönsten stehen.
- Die ausgereiften, erwachsenen Pflanzen vertragen leichte Fröste, die frischen Sämlingen sind aber äußerst frostempfindlich.
- Beten und Mangold stehen in zweiter Tracht.
- Mangold lässt sich treiben: Dazu holt man dicke Wurzeln ins Haus und stellt sie ins Wasser (wie bei Chicorée). Bei Zimmertemperatur und Licht kann man innerhalb von ein paar Wochen eine kleine frische Ernte erhalten.
  Ein Trick bei der Treiberei: Die Pflanzen haben schon mal für ein, zwei Wochen eine Kälteperiode mitgemacht und »glauben« nun, der Frühling käme …
- Wenn immer nur die Umblätter, also die älteren, geerntet werden, ist Mangold sehr regenerationsfähig.

1 Samen verschiedener Mangold- und Betensorten.
2 Pflanzen verschiedener Betensorten im Vergleich.
3 Gelbstielige Mangoldsorte. **4** Die Blüten meiner »Haussorte«.

Tipps vom engagierten Hobbysamengärtner und Sortenerhalter

- In heißen Sommern und im Gewächshaus kann es zu brüchigen Blattnerven (Rippen) kommen. Dies ist also nicht unbedingt eine Sorteneigenschaft.
- Mangold kann genau wie Rote Beten eingemietet werden. Die Blätter sollte man so abdrehen, dass die Herzblätter erhalten bleiben. Man kann Mangold zur Samengewinnung im Feld überwintern lassen, aber genauso gut mit der Absicht, junges frisches Grün zu ernten. Bei Kahlfrösten kann es zu Ausfällen kommen, deswegen ist eine moderate Abdeckung sinnvoll.
- Es wird behauptet, dass Sorten mit roten Stielen nicht so winterfest wären und einen geringeren Kältereiz benötigten als ihre grünen und gelben Geschwister.
- Mangold neigt weniger als Spinat zur Nitratanreicherung. Einzelne Sorten unterscheiden sich zusätzlich in dieser Eigenschaft, so weisen ‘Walliser’ und ‘Fordlook Giant’ geringere Gehalte bei gleichen Anbaubedingungen auf als der ‘Glatte Silber’ und ‘Verte à carde blanche’.