

Porree - Allium porrium, Liliengewächse, m



Andere Namen:

Lauch, Breitlauch

Andere Sprachen:

Englisch: Leek

Französisch: Poireau

Italienisch: Porro

Persisch: tarre

Russisch: Luk-porey

Verschiedene Sorten:

Es gibt verschiedene Züchtungen, die besondere Eigenschaften fördern:

Elefant : dickstängig, mittellang, schnellwachsend.

Clause's Empire K-7 : winterhart, schnellwachsend.

Siegfried : wie Clause's, aber langsamer Wuchs.

Carenta : ertragreich, winterhart.

Fafner : für Sommer und Herbst.

Beschreibung

Aussehen:

Wurzel : kurz, buschig, kräftig.

Stengel : stangenähnlich, mehrhäutig, der untere Teil ist weiß (weil mit Erde bedeckt), der obere Teil grün.

Höhe : 30 - 60 cm.

Blüte : weiß bis hellrot.

Blütezeit : Juni/Juli.

Wird P. nicht rechtzeitig geerntet, entwickelt er einen Blütenschaft von einer Länge bis zu 1,5 m, an deren Spitze er eine kugelförmige Scheindolde bildet.

Verbreitung:

Ursprünglich im Mittelmeergebiet, heute weltweit.

Geschichte:

Porree wurde von den Ägyptern kultiviert.
In den Capitulare de villis enthalten.

Wirkstoffe:

Kalium, Eisen, schwefelartige ätherische Öle, daneben das Enzym Alliin, Vitamine B1, B2, C.

Anbau

Garten/Haus : zweijährig, winterhart.

Es gibt mehrere Arten; dicke für Gemüse, dünnere als Gewürz (siehe "Verschiedene Sorten").

Vermehrung : durch Samen. Aussaat in das Freiland im April, Reihenabstand 20 cm; im Juni werden die Pflanzen im Abstand von 30 x 15 cm ausgepflanzt.

Im Garten : Boden soll gut gedüngt sein, sonst keine besonderen Ansprüche.

Im Haus : im Haus möglich, aber nicht sehr sinnvoll.

Pflege : jäten, hacken, wässern.

Ernte:

Ab Herbst, aber auch im Winter, solange der Boden frostfrei ist.

Aufbewahrung:

In Sand eingeschlagen im Keller oder an einem kühlen Ort.

Verwendung**Gesundheit:**

Verdauungsfördernd.

Gebrauch:

Sommerporree: zart und dünn, hellgrün, langer weißer Schaft,

Winterporree: dicke kräftige Stangen mit dunkelgrünen Blättern, vorwiegend als Gemüse.

Verwendungs- und Handelsform: frisch geerntet.

Geschmack: leichter Zwiebelgeschmack.

In der Küche:

Als Gewürz zu Suppen, Eintöpfen, Rohkostsalaten.

Rezepte

Vichy-Suppe

Porree türkisch