

ROTE BETE



Schon gewusst?

Die Rote Bete kann „ausbluten“. Das heisst: wenn du die Knolle bei der Ernte verletzt, läuft der Saft aus, wodurch die Frucht neben der Haltbarkeit auch ihre geschmacklichen Eigenschaften verliert und letztendlich schneller austrocknet. Das gilt es also zu verhindern.

Durst



mittel

Licht



(Halb-)Schatten

Höhe



niedrig

Säen

3-4cm

tief

Platzbedarf

6

pro Pflanzbox

Reifezeit

16

Wochen

Aussaat



Die Rote Bete kannst du **direkt ins Beet säen**. Zwischen April und Anfang Juli ist hierfür die richtige Zeit. Setze den Samen der Roten Bete 3-4 cm in die Erde.

Und achte darauf, dass die **Temperaturen zum Zeitpunkt der Saat nicht mehr unter 7 °C fallen**, da sie sonst zügig schosst, wie Experten es bezeichnen. Beim Schossen bleibt die Bildung der Knolle aus oder wird zumindest stark beeinträchtigt.

Pflege



Wenn du zu eng gesät hast, **ziehe die schwachen Sämlinge nach der Keimung aus der Erde und lass den Starken den Vortritt**. Der Abstand zwischen den Keimlingen sollte zwischen 7 - 10 cm liegen.

Halte dann die **Erde der Jungpflanzen bis zu einer Wuchshöhe von etwa 15 cm kontinuierlich feucht**. Wichtig ist aber, dass keine Staunässe entsteht, da diese zur Wurzelfäulnis führt.

Innere & Äußere Werte



Rote Bete gilt als **eines der gesündesten Gemüsesorten**, weil sie viele Vitamine und Mineralstoffe enthält.

Du kannst die Rote Rübe **roh und gegart verwenden – und auch die Blätter sind essbar**. Blätter und junge Rüben eignen sich ungekocht für Salate und Smoothies, größere kannst du auch gegart als Salat zubereiten. Du kannst sie außerdem für Eintöpfe, Ofengemüse oder als Gemüsebeilage verwenden. Die Blätter kannst du wie Spinat zubereiten.

Krankheiten & Schädlinge



Die Rote Bete gilt als robust und wenig anfällig für Krankheiten und Schädlinge. **Du musst dir hier also wenig Sorgen machen.**

Ernte



3 - 4 Monate dauert es, bis aus dem Samen erntereife Knollen entstehen. **Die Rote Bete kannst du frühestens ernten, wenn die Knollengröße ungefähr einem Golfball entspricht**. Sie wird aber auch nie „überreif“. Es verändert sich jedoch der Geschmack im Laufe der Zeit. Am Anfang sind sie am süßesten. **Um die Knolle nicht zu verletzen, ziehe sie am Schopf aus dem Beet und drehe die Blätter ab.**

	Jan	Feb	Mar	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Aussaat Freiland				■								
Ernte							■					