

## **Salat aus Deutschland**

### **Von Globalisierung und Aufsteigern**

Der Salat ist ein Beispiel für gelungene Globalisierung: Der Kopfsalat stammt vermutlich vom wilden Lattich aus Südeuropa ab, der Eisbergsalat hat seinen Namen aus Amerika. Der Romanasalat kommt vermutlich aus Westasien, Lollo bionda sowie Lollo rosso hatten einst ihre Heimat in Italien. Dies sind nur einige Beispiele – alle diese Salate werden heute dank langer Erfahrung und profunder Kenntnis der deutschen Gemüsegärtner auch bei uns angebaut. Die privaten Haushalte in Deutschland kauften im vergangenen Jahr im Durchschnitt 5,5 kg Blattgemüse ein und gaben dafür 13,25 EUR aus. Während die Einkaufsmenge im letzten Jahrzehnt konstant blieb, sind die Ausgaben etwas gestiegen. Dies liegt vor allem an den Ernährungstrends und den damit verbundenen Angebot seitens der Salatgärtner. Hier ein Vergleich: im Jahr 2010 lag der Anteil küchenfertiger Salate an den Einkaufsmengen von Blattsalaten bei zehn Prozent, in 2003 betrug er nur vier Prozent. Im ersten Halbjahr 2011 ist die Einkaufsmenge an küchenfertigen Salaten um weitere neun Prozent gewachsen, so dass sich der Trend nach schon vorbereiteten und verzehrfertigen Salaten weiter entwickeln wird (Quelle: AMI/GfK). Auch die Produktion der neuen Variationen wie Rucola und Salatherzen bzw. Mini-Romana ist in den letzten acht Jahren stark gestiegen. „Wir gehen davon aus, dass sich dieser Markt noch weiter entwickeln wird. Die Nachfrage seitens des Handels wird jährlich größer“, bestätigt Wolfgang Mählmann, größter Erzeuger von ELO Langförden in Niedersachsen. Während die Menge beim Eissalat in den letzten Jahren relativ konstant geblieben ist, werden jedoch weniger Kopfsalat, Chicorée und Endivien gekauft werden.

#### **Die Aufsteiger bei den Blattsalaten**

##### **Pflücksalat (Baby leaf)**

Pflücksalat oder Baby leaf, wie diese Varietäten von den Fachleuten genannt werden, gehört zum Gartensalat (*Lactuca sativa*). Anders als beim klassischen Kopfsalat bilden diese Sorten keine „Köpfe“, sondern die

Blätter werden nach und nach von außen nach innen gepflückt und zeichnen sich aus, dass sie dadurch mehrmals geerntet werden können. Es gibt die unterschiedlichsten Varietäten wie Spinat, Mangold, Endivien-Typen oder auch Rote Bete, die als Baby leaf angebaut werden. Sie werden meist als Mischungen angeboten. Wie andere Salate werden sie für den Genuss mit Marinaden, Saucen, Dressings angerichtet und können mit vielen anderen Gemüsesorten kombiniert werden.

### **Salatherzen/ Mini-Romanasalat**

Wie der Name schon sagt, wird bei diesem Salat lediglich das feine Herz genutzt. Es handelt sich um eine Mini-Sorte der Romana-Salate, die sich durch eine feste, kompakte Form auszeichnen. Wie beim Eisbergsalat ist es auch bei ihnen nicht unbedingt nötig, alle Blätter zu waschen. Es genügt, die äußeren Blätter zu entfernen: Anschließend sind die Herzen zum direkten Aufschneiden bereit. Ihr Geschmack ist süß-würzig, was durch eine leicht nussige Note abgerundet wird. Doch nicht nur roh, sondern auch in der Pfanne gebraten geben sie eine gute Figur ab.

### **Rucola**

Rucola oder Rauke ist ein uraltes Gemüse, der durch die mediterranen Einflüsse wieder zum Trendsalat geworden ist und damit den Weg in unsere Küchen gefunden hat. Schon die alten Römer mochten seinen Geschmack, zwischenzeitlich war er in Vergessenheit geraten. Rucola ist u.a. reich an Beta-Carotin und Kalium. Ob im Salat, als Pesto, Suppe oder als Pizzabelag mit leckerem Schinken – Rucola verleiht mit seinem lecker-würzigen, nussartigen Geschmack den Speisen eine besondere Note.