Das Jahr der Zucchini

Die genügsamen Zucchini gehören zu den unterschätzten Helden im Garten und in der Küche. Nur ein paar dieser vielseitigen Pflanzen reichen schon für eine Fülle zarter, leckerer Früchte.

Zucchini sollten ganz oben auf der Liste eines jeden Gartenfreundes stehen. Sie sind das perfekte Gemüse für den Einstieg in den Anbau eigener Lebensmittel.

Diese zarten, saftigen Früchte schmecken köstlich roh in Salaten. Probieren Sie sie mal geraspelt, in Bänder gehobelt oder in Streifen geschnitten, und mit Ihrem Lieblingssalatdressing verfeinert. Ebenfalls unwiderstehlich sind Zucchinistücke, die für ein leckeres Aroma auf Bambusspießen gegrillt werden.

Zucchini können auch zu leckeren Nudelgerichten, gebratenem Gemüse, Ratatouille, Quiche, Chutneys und Pickles, Marmeladen und vielem mehr verarbeitet werden. Es gibt sogar ein Rezept für einen himmlischen, feuchten, zartschmelzenden Schokoladenkuchen, der Zucchini als Hauptzutat hat.

Frische Lebensmittel

Sichern Sie sich Ihren ganz eigenen Vorrat an frischen Produkten, indem Sie diese unglaublich nützliche Pflanze anbauen. Streng genommen müsste die Zucchini zum Obst gehören. Doch weil wir sie für herzhafte Gerichte verwenden, wird sie als Gemüse betrachtet – ein außergewöhnlich vielseitiges und ertragreiches sogar. Jede Pflanze trägt männliche und weibliche Blüten in Hülle und Fülle.

Sie können die fingerdicken, unreifen weiblichen Früchte mitsamt den Blüten pflücken und in Teig einlegen, um Tempura zu machen. Oder sie verwenden sie zum Verfeinern und Dekorieren von Sommergerichten, bei denen auch das Topping essbar ist. Nichts geht über den Geschmack frisch geernteter Produkte! Die männlichen Zucchiniblüten können gefüllt und gebacken werden. In kleinere Teile gerissen, bereichern sie Salate als dekorative Farbtupfer und verleihen ihnen eine weiche Textur. Und wenn Sie die Früchte über das Fingerstadium hinaus reifen lassen, können die Zucchini die Hauptrolle in allen möglichen leckeren Sommergerichten spielen. Band- oder spiralförmig geschnitten, werden sie sogar zu einer Kohlenhydraten und kalorienarmen, gesunden Pasta-Alternative.

Zucchini anbauen

Zucchini sind nicht nur unglaublich einfach anzubauen, sie sehen mit ihren großen Blättern auch toll aus und sind sehr ertragreich. Sie können in Kübel, Kästen und andere große Gefäße oder sogar in ein Blumenbeet gepflanzt werden. Wenn Sie ein Gemüsebeet oder einen Schrebergarten haben, sind Zucchini die perfekte Wahl.

Sie brauchen nur zwei oder drei Pflanzen, um genügend Zucchini für eine kleine Familie zu haben. Aber Sie können auch ein paar mehr anziehen und die überzähligen Pflanzen an andere Gartenfreunde abgeben. Oder Sie kultivieren sie weiter und werden der lokale Zucchini-Lieferant, der Tüten mit dem leckeren Gemüse an Freunde und Familie verteilt. Pflanzen Sie zwei oder drei verschiedene Sorten, so dass die Früchte, die Sie ernten, ausgiebig zu Ihrer eigenen Versorgung mit Frischgemüse beitragen und Ihre Sommermenüs bereichern.

Dieses Gemüse bietet sich für die sprichwörtliche „Speisung der Fünftausend“ an und es lohnt sich, wenn es das erste auf Ihrer Saatgut-Liste ist, das Sie unbedingt anbauen wollen.

Ganz einfach aus Saatgut

Zucchini sind sehr einfach anzuziehen. Wenn Sie bereits pflanzfertige Zucchini im Gartencenter oder im Versandhandel kaufen, ist die Auswahl ziemlich begrenzt. Aber wenn Sie sie selbst aus Samen ziehen, steht Ihnen eine wunderbare Vielfalt an Pflanzentypen zur Verfügung. Sie können kompakte, buschige Sorten wählen, die sich gut für große Pflanzgefäße eignen, oder gelbfruchtige Sorten, die etwas Farbe in Ihre Sommermenüs bringen. Es gibt auch Zucchinisorten mit schönen runden Früchten, die sich hervorragend zum Backen und Füllen eignen. Und es sind sogar kletternde Zucchini erhältlich, die zum Beispiel einen ausufernden Komposthaufen verdecken oder an stabilen Kletterhilfen in die Höhe wachsen können.