



About © : Contact SAFLAX -



Tips



**Brassica oleracea var. sabellica**

	..... Български	BG	.....	2		..... Malti	MT	.....	5
	..... Dansk	DK	.....	2		..... Nederlands	NL	.....	5
	..... Deutsch	DE	.....	2		..... Norsk	NO	.....	6
	..... English	UK	.....	2		..... Polski	PL	.....	6
	..... Eesti	EE	.....	3		..... Português	PT	.....	6
	..... Suomalainen	FI	.....	3		..... Românesc	RO	.....	6
	..... Français	FR	.....	3		..... Svenska	SE	.....	7
	..... Ελληνική	GR	.....	3		..... Slovensky	SK	.....	7
	..... Gaeilge	IE	.....	4		..... Slovenski	SI	.....	7
	..... íslenskur	IS	.....	4		..... Español	ES	.....	7
	..... Italiano	IT	.....	4		..... Český	CZ	.....	8
	..... Hrvatski	HR	.....	4		..... Türkçe	TR	.....	8
	..... Latviešu	LV	.....	5		..... Magyar	HU	.....	8
	..... Lietuvių kalba	LT	.....	5		..... 日本語	JP	.....	9



## БИО - Кале - червен краузер

Brassica oleracea var. sabellica

### Червеното е новата зелено-цветна алтернатива на спанака

Листата на Borecole Redbor са големи, едро накъдрени и развигат лилаво-червения си цвят с ниските зимни температури след първата слана. Преди първата реколта трябва да изчакате първата слана няколко дни. Само тогава метаболитните процеси на растението ще превърнат съдържанието се в него нишесте в захар и горчивите вещества ще изчезнат. Листата трябва да се берат отвън навътре, за да се насърчи растежа. Берете реколтата редовно, тъй като нежните листа имат особено добър вкус. Младите листа могат да се консумират сурови в салати. Можете също да бланширате листата за кратко, за да омекнат. Тогава те са разнообразна алтернатива на спанака. Redbor също е вкусен в обилни зелени ястия, но е подходящ и за говеци или сушен и осолен за чипс.

**Естествено местоположение:** Въпреки че първоначално произхожда от крайбрежните райони на Средиземно море и Мала Азия, Кейлът днес е основно специалитет във Великобритания, Скандинавия, Холандия и Северна Германия. **Успешно отглеждане:** Можете да отглеждате растенията в защитена от вятър студена рамка с въздушно покритие за мразовити нощи или в саксии на слънчев перваз на прозореца от януари до март. Засадете три зърна на около един сантиметър дълбочина в субстрат от кокосови влакна или органична зеленчукова почва за всяка дупка за засаждане. След покълването оставете само най-силния разсад. След това отнема четири до шест седмици от сеитбата до разсада, готов за засаждане. Идеалната температура за покълване е от 15 до 20 градуса по Целзий. Веднага щом младите растения се вкоренят добре в почвата, те могат да се изнесат на открито от края на май, когато вече няма да има нощни слани. Засадете ги на разстояние за засаждане от 40 до 50 сантиметра, така че кореновата основа да е около един сантиметър покрита с пръст и подчертайте засаждането с компост. **Най-доброто местоположение:** Като тежък хранител, растението процъфтява най-добре в дълбока, богата на хранителни вещества почва с добър капацитет за съхранение на вода на слънчево място в зеленчуковата площ. **Оптимална грижа:** Растението се нуждае от редовна вода и хранителни вещества. Поливайте обилно, особено в горещите дни, но избягвайте преовлажняване. Редовното отстраняване на плевелите и разрохкването на околната почва възнаграждават растенията с по-висок добив и аромат. Осигурявайте на растенията органичен зеленчуков тор редовно след засаждане и до около две до три седмици преди прибиране на реколтата. **През зимата:** Кейлът може да се отглежда на две години. Основната реколта се извършва през втората година. От пролетта на втората година кейлът може да се бере редовно.



## BIO - Grøn kål - Rød Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rød er det nye grønne - farverige alternativ til spinat

Bladene på Borecole Redbor er store, groft krølled og udvikler deres lilla-røde farve med de kølige vintertemperaturer efter den første frost. Før den første høst bør du vente på den første frost i et par dage. Først da vil plantens stofskifteprocesser omdanne den stivelse den indeholder til sukker og bitterstofferne forsvinder. Blade skal høstes udefra og ind for at fremme vækst. Høst jævnligt, da de møre blade smager særligt godt. De unge blade kan spises rå i salater. Du kan også blanchere bladene kort, så de bliver møre. De er så et varieret alternativ til spinat. Redbor er også lækker i solide kålretter, men egner sig også til gryderetter eller tørret og saltet til chips. **Naturlig beliggenhed:** Selvom det oprindeligt var hjemmehørende i kystområderne i Middelhavet og Lilleasien, Grøn kål er i dag hovedsageligt en specialitet i Storbritannien, Skandinavien, Holland og Nordtyskland.

**Succesfuld dyrkning:** Du kan dyrke planterne i en vindbeskyttet kold ramme med fleecebetræk til frostnætter eller i potter på en solrig vindueskarm fra januar til marts. Plant tre korn cirka en centimeter dybt i kokosfibersubstrat eller organisk vegetabilsk jord for hvert plantehul. Efter spiring efterlader du kun den stærkeste frøplante. Derefter går der fire til seks uger fra såning til frøplanten er klar til udplantning. Den ideelle spiretemperatur er 15 til 20 grader Celsius. Så snart de unge planter har rodet godt igennem jorden, kan de bevæge sig udendørs fra slutningen af maj, hvor der ikke kan komme mere nattefrost. Plant dem med en planteafstand på 40 til 50 centimeter så dybt, at rodbunden er omkring en centimeter dækket af jord og understreg plantningen med kompost. **Den bedste beliggenhed:** Som tungfoder trives planten bedst i dyb, næringsrig jord med god vandlagringskapacitet på et solrigt sted i grøntsagspladsen. **Optimal pleje:** Planten har brug for regelmæssigt vand og næringsstoffer. Vand rigeligt, især på varme dage, men undgå vandfyldning. Regelmæssig fjernelse af ukrudt og løsning af den omgivende jord belønner planterne med et højere udbytte og aroma. Giv planterne organisk vegetabilsk gødning regelmæssigt efter plantning og op til omkring to til tre uger før høst. **Om vinteren:** Grøn kål kan dyrkes toårigt. Hovedhøsten finder sted i det andet år. Fra foråret andet år kan grøn kål høstes regelmæssigt.



## BIO - Grünkohl - Roter Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rot ist das neue Grün - Farbenfrohe Alternative zu Spinat

Die Blätter des Borecole Redbor sind groß, grob gelockt und entwickeln ihre violett-rote Farbe mit den kühlen Wintertemperaturen nach dem ersten Frost. Vor der ersten Ernte sollten Sie den ersten Frost für einige Tage abwarten. Denn nur dann wandeln Stoffwechselprozesse der Pflanze die enthaltene Stärke in Zucker um und die Bitterstoffe verschwinden. Die Blätter sollten von außen nach innen geerntet werden, damit das Wachstum angeregt wird. Ernten Sie regelmäßig, da gerade die zarten Blätter besonders gut schmecken. Die jungen Blätter können roh in Salaten gegessen werden. Sie können die Blätter auch kurz blanchieren, so dass sie zart werden. Sie sind dann eine abwechslungsreiche Alternative zu Spinat. Lecker ist Redbor zudem in deftigen Kohlgerichten, eignet sich aber auch für Aufläufe oder getrocknet und gesalzen für Chips. **Naturstandort:** Obwohl ursprünglich an den Küstengebieten des Mittelmeeres und Kleinasien beheimatet, ist Grünkohl heute vor allem eine Spezialität in Großbritannien, Skandinavien, in Holland und Norddeutschland. **Anzucht:** Sie können die Pflanzen von Januar bis März in einem windgeschützten Frühbeet mit einer Fleeceabdeckung für frostige Nächte oder in Töpfen auf einer sonnigen Fensterbank vorziehen. Setzen Sie pro Pflanzloch drei Körner circa einen Zentimeter tief in Kokosfibersubstrat oder BIO-Gemüseerde. Nach dem Keimen lassen Sie dann jeweils nur den kräftigsten Sämling stehen. Von der Aussaat bis zum pflanzfähigen Setzling dauert es dann vier bis sechs Wochen. Die ideale Keimtemperatur beträgt 15 bis 20 Grad Celsius. Sobald die Jungpflanzen den Erdballen gut durchwurzelt haben, können sie ab Ende Mai, wenn keine Nachfröste mehr auftreten können, ins Freiland umziehen. Pflanzen Sie sie mit einem Pflanzabstand von 40 bis 50 Zentimetern so tief, dass der Wurzelansatz circa einen Zentimeter mit Erde bedeckt ist und unterfüttern Sie die Auspflanzung mit Kompost. **Standort:** Als Starkzehrer gedeiht die Pflanze am besten auf tiefergründigen, nährstoffreichen Böden mit einem guten Wasserspeichervermögen an einem sonnigen Platz im Gemüsebeet. **Pflege:** Die Pflanze benötigt regelmäßig Wasser und Nährstoffe. Wässern Sie großzügig, vor allem an heißen Tagen, aber vermeiden Sie Staunässe. Regelmäßiges Entfernen von Unkraut und Auflockern des umliegenden Erdreichs danken die Pflanzen mit einem höheren Ertrag und Aroma. Versorgen Sie die Pflanzen nach der Auspflanzung und bis circa zwei bis drei Wochen vor der Ernte regelmäßig mit BIO-Gemüsedünger. **Im Winter:** Grünkohl kann zweijährig angebaut werden. Die Haupternte erfolgt im zweiten Jahr. Ab dem Frühjahr des zweiten Jahres kann Grünkohl regelmäßig geerntet werden.



## Organic - Kale - Redbor

Brassica oleracea var. sabellica

### Red is the new green - colourful alternative to spinach

The Borecole Redbor has large, loosely curled leaves that develop a purple-red colour during the cold winter temperatures and after the first frost. You should wait a couple of days after the first frost before the first harvest, as only then the metabolic process of the plant will turn the starch compounds into sugar and the bitter substances will fade. The leaves should be harvested from the outside to the inside to stimulate the further growth of the plant. Pluck the leaves regularly as especially the fine leaves are the most tasty ones. The young leaves can be eaten raw in a salad. You may also briefly blanch the leaves to soften them up a little, so they make a nice and colourful alternative to spinach. Redbor is also quite tasty in hearty cabbage dishes as well as in casseroles or salted as crisps. **Natural location:** Even though Kale has its origin in the coastal areas of the Mediterranean and in Asia Minor, it is nowadays a culinary delight particularly in Great Britain, Scandinavia, Holland and northern Germany. **Successful cultivation:** You can start cultivation from January until March in a wind-sheltered cold frame with a fleece cover for frosty nights, or in pot on your windowsill. Plant three seeds per planting hole about 1 cm deep into coconut substrate or organic vegetable substrate. After germination, you can prick the seedlings out leaving only the strongest one. It will take about four to six weeks after seeding until the seedlings have properly developed. A temperature between 15° and 20° Celsius would be ideal for germination. Starting from the end of May, when there are no frosty nights ahead anymore, and as soon as the seedlings have developed a proper rooting, they can be planted out in the open. Provide some underlining/padding with compost and place the seedlings deep enough into the soil so that the roots are covered with about 1 cm of earth. Leave about 40 to 50 cm space between the plants. **The best location:** The plant has high nutrient demand and grows best at a sunny place of the vegetable patch and in well-grounded, nutritious soil with a good water storage capacity. **Optimal care:** The plant requires watering and nutrition regularly. Water generously, especially on hot days, but avoid water-logging. Weeding and loosening the surrounding soil from time to time will be rewarded by the plant producing a better harvest and flavour. After planting out, you may regularly provide your Broccoli with organic vegetable fertilizer until about two to three weeks before harvesting. **In the winter:** Kale can be cultivated as a biennial plant while the main harvest takes place in the second year. Starting from spring it can be harvested continuously.



## ORGAANILINE – lehtkapsas – punane krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Punane on uus roheline – värviline alternatiiv spinatile

Borecole Redbori lehed on suured, jämedalt kaardus ja neil on pärast esimest külma jaheda talvetemperatuuriga lillakaspunane värv. Enne esimest saagikoristust tuleks paar päeva oodata esimest külma. Alles siis muudavad taime ainevahetusprotsessid selles sisalduva tärklise suhkruks ja mõruained kaovad. Kasvu soodustamiseks tuleks lehti koristada väljastpoolt. Korjake regulaarselt, sest õrnad lehed maitsevad eriti hästi. Noori lehti võib süüa toorelt salatites. Võite ka lehti korjaks blanšeerida, et need muutuksid pehmeks. Need on siis mitmekülgne alternatiiv spinatile. Redbor on maitsev ka rammusates kapsaroadades, aga sobib hästi ka pajaroogadesse või kuivatatult ja soolatult krõpsudeks. **Looduslik asukoht:** Kuigi algselt pärit Vahemere ja Väike-Aasia rannikualadelt, Kale on tänapäeval peamiselt Suurbritannia, Skandinaavia, Hollandi ja Põhja-Saksamaa spetsialiteet. **Edukas kasvatamine:** Fliiskattenga tuulekaitse külmas raamis võid taimi kasvatada pakaselisteks öödeks või pottides päikeselisel aknalaua jaanuarist märtsini. Istutage iga istutusaugu jaoks kolm tera umbes ühe sentimeetri sügavusele kookoskiust substraati või orgaanilist kõõgilviljamulda. Pärast idanemist jätkake alles ainult tugevaim seemik. Seejärel kulub külvist istutusvalmis seemikuni neli kuni kuus nädalat. Ideaalne idanemistemperatuur on 15–20 kraadi Celsiuse järgi. Niipea, kui noortaimed on mullast hästi läbi juurdunud, saavad nad õue kolida alates mai lõpust, mil öökülma enam tulla ei saa. Istutage need 40–50 sentimeetrise istutuskaugusega nii sügavale, et juurepõhi oleks umbes sentimeetri jagu mullaga kaetud, ja joonige istutus kompostiga alla. **Parim asukoht:** Raske söötjana areneb taim kõige paremini sügaval, toitainerikkas mullas, millel on hea veekogumisvõime, päikesepaisteliselt kohas kõõgiljaplatsil. **Optimaalne hooldus:** Taim vajab regulaarset vett ja toitaineid. Kastke rohkesti, eriti kuumadel päevadel, kuid välgite vettimisi. Regulaarne umbrohu eemaldamine ja ümbriseva kobestamine premeerib taimi suurema saagi ja aroomiga. Varustage taimi regulaarselt pärast istutamist ja kuni umbes kaks kuni kolm nädalat enne saagikoristust orgaanilise kõõgiljaväetisega. **Talvel:** Lehtkapsast saab kasvatada iga kahe aasta tagant. Põhisaak toimub teisel aastal. Alates teise aasta kevadest saab lehtkapsast regulaarselt koristada.



## LUOMU - Lehtikaali - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Punainen on uusi vihreä - värikäs vaihtoehto pinaatille

Borecole Redborin lehdet ovat suuria, karkeasti käpristyneitä ja kehittävät purppuranpunaisen värinsä ensimmäisen pakkasen jälkeisissä viileissä talvilämpötiloissa. Ennen ensimmäistä sadonkorjuuta sinun tulee odottaa ensimmäistä pakkasia muutama päivä. Vasta silloin kasvin aineenvaihduntaprosessit muuttavat sen sisältämän tärkkelyksen sokeriksi ja katkerat aineet katoavat. Lehdet tulee korjata ulkopuolelta kasvun edistämiseksi. Kerää sato säännöllisesti, sillä pehmeät lehdet maistuvat erityisen hyvältä. Nuoria lehtiä voi syödä raakana salateissa. Voit myös valkaista lehtiä hetken, jotta ne muuttuvat pehmeiksi. Ne ovat sitten monipuolinen vaihtoehto pinaatille. Redbor on herkullista myös runsaistiin kaaliruokiin, mutta sopii myös patoiksi tai kuivatuksi ja suolaiseksi perunaksi. **Luonnollinen sijainti:** Vaikka se on alun perin kotoisin Välimeren ja Vähi-Aasian rannikkoalueilta, Lehtikaali on nykyään pääosin erikoisuus Isossa-Britanniassa, Skandinaviassa, Hollannissa ja Pohjois-Saksassa. **Onnistunut viljely:** Voit kasvattaa kasveja tuulelta suojatussa kylmässä kehityksessä, jossa on fleecepäällinen pakkasilta tai ruukuissa aurinkoisella ikkunalaudalla tammikuusta maaliskuuhun. Istuta kolme jyvää noin sentin syvyyteen kookoskuidusubstraattiin tai luomukasvimaahan jokaista istutusreikää kohti. Itämisen jälkeen jätä vain vahvin taimi. Kylvöstä istutusvalmiisiin taimiin kuluu sitten neljästä kuuteen viikkoa. Ihanteellinen itämislämpötila on 15–20 astetta. Heti kun nuoret kasvit ovat juurtuneet hyvin maaperän läpi, ne voivat siirtyä ulkona toukokuun lopusta alkaen, jolloin yöpakkasia ei enää voi esiintyä. Istuta ne 40–50 senttimetrin istutusväliä varten syväälle, että juuripohja on noin senttimetri maaperän peitossa, ja alleviivaa istutuskompostilla. **Paras sijainti:** Raskaana syöttäjänä kasvi viihtyy parhaiten syvässä, ravinteikas maaperässä, jossa on hyvä veden varastointikyky aurinkoisessa paikassa vihannespaikalla. **Optimaalinen hoito:** Kasvi tarvitsee säännöllistä vettä ja ravinteita. Kastele runsaasti, etenkin kuumina päivinä, mutta vältä kastamista. Säännöllinen rikkaruohojen poisto ja ympäröivän maaperän löysäys palkitsevat kasvit suuremmalla tuotolla ja tuoksulla. Anna kasveille orgaanista kasvilannoitetta säännöllisesti istutuksen jälkeen ja noin kaksi tai kolme viikkoa ennen sadonkorjuuta. **Talvella:** Lehtikaalia voidaan kasvatata joka toinen vuosi. Pääsato tapahtuu toisena vuonna. Toisen vuoden keväästä lähtien lehtikaali voidaan korjata säännöllisesti.



## BIO - Chou frisé - Rouge

Brassica oleracea var. sabellica

### Le rouge est le nouveau vert - Une alternative colorée à l'épinard

Les feuilles du chou frisé rouge sont grandes, très attirantes et développent leur couleur violet-rouge avec les températures froides d'hiver après le premier gel. Vous devez attendre le premier gel pendant quelques jours avant la première récolte, car c'est seulement à ce moment que les processus métaboliques de la plante transforment l'amidon contenu en sucre et que les substances amères disparaissent. Les feuilles doivent être récoltées de l'extérieur vers l'intérieur pour que la croissance soit stimulée. Récoltez régulièrement, car les feuilles délicates sont particulièrement délicieuses. Les jeunes feuilles peuvent être mangées crues dans des salades. Vous pouvez aussi blanchir les feuilles brièvement pour qu'elles deviennent tendres. Elles sont une alternative diversifiée à l'épinard. Le chou frisé rouge est aussi délicieux dans les plats à base de chou copieux, mais il passe aussi dans les gratins et les choux secs et salés passent pour les chips. **Emplacement naturel:** Bien qu'il soit originaire des zones côtières du bassin méditerranéen et de l'Asie mineure, le chou vert est surtout une spécialité en Grande Bretagne, en Scandinavie, en Hollande et en Allemagne du Nord. **Culture réussie:** De janvier à mars, vous pouvez mettre les plantes dans un jardin d'hiver protégé du vent avec une couverture en textile polaire ou sur un rebord de fenêtre ensoleillé. Mettez trois graines par trou de plantation dans du substrat en fibres de coco ou dans de la terre potagère BIO à environ un centimètre de profondeur. Après la germination, laissez seulement le semis le plus puissant dans chaque trou. La période entre l'apparition des semis et la plante dure quatre à six semaines. La température de germination idéale se trouve entre 15 et 20 °C. Dès que les jeunes plantes ont des racines profondes dans la motte, vous pouvez les mettre en plein air à partir de fin mai lorsqu'il n'y a plus de gel nocturne qui peut apparaître. Plantez-les séparées de 40 à 50 cm et assez profondément que la base des racines soit couverte à environ 1 cm de terre et alimentez la plantation avec du compost. **Le meilleur emplacement:** En tant que plante à gros besoin, la plante prospère le plus dans des terres profondes et riches en nutriments avec une bonne capacité à stocker l'eau dans un endroit ensoleillé dans le potager. **Soins optimaux:** La plante a besoin d'un approvisionnement régulier en eau et en nutriments. Arrosez généreusement, surtout lors de jours chauds, mais évitez l'eau stagnante. Lorsque vous enlevez les mauvaises herbes régulièrement et assouplissez la terre environnante, les plantes vous remercient avec un rendement et un arôme plus importants. Fournissez de l'engrais potager BIO régulièrement à la plante après la transplantation et jusqu'à deux à trois semaines avant la récolte. **En hiver:** Le chou frisé vert peut être cultivé tous les deux ans. La récolte principale a lieu pendant la deuxième année. Le chou frisé vert peut être récolté régulièrement à partir du printemps de la deuxième année.



## BIOΛΟΓΙΚΑ - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Το κόκκινο είναι η νέα πράσινη - πολύχρωμη εναλλακτική στο σπανάκι

Τα φύλλα του Borecole Redbor είναι μεγάλα, χοντροκομμένα και αναπτύσσονται με το μωβ-κόκκινο χρώμα τους με τις ψυχρές θερμοκρασίες του χειμώνα μετά τον πρώτο παγετό. Πριν από την πρώτη συγκομιδή θα πρέπει να περιμένετε τον πρώτο παγετό για λίγες μέρες. Μόνο τότε οι μεταβολικές διεργασίες του φυτού θα μετατρέψουν το άμυλο που περιέχει σε ζάχαρη και οι πικρές ουσίες θα εξαφανιστούν. Τα φύλλα πρέπει να συλλέγονται από έξω προς τα μέσα για να ενθαρρύνουν την ανάπτυξη. Συγκομίζετε τακτικά, καθώς τα τρυφερά φύλλα έχουν ιδιαίτερα καλή γεύση. Τα νεαρά φύλλα μπορούν να καταναλωθούν ωμά σε σαλάτες. Μπορείτε επίσης να ασπρίσετε για λίγο τα φύλλα ώστε να γίνουν τρυφερά. Στη συνέχεια, αποτελούν μια ποικίλη εναλλακτική λύση στο σπανάκι. Το Redbor είναι επίσης νόστιμο σε χορταστικά πιάτα με λάχανο, αλλά είναι επίσης κατάλληλο για κασαρόλα ή αποξηραμένο και αλατισμένο. **Φυσιολογική προέλευση:** Αν και αρχικά ήταν εγγενές στις παράκτιες περιοχές της Μεσογείου και της Μικράς Ασίας, το Kale σήμερα είναι κυρίως μια σπειραλωτή στη Μεγάλη Βρετανία, τη Σκανδιναβία, την Ολλανδία και τη Βόρεια Γερμανία. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Μπορείτε να καλλιεργήσετε τα φυτά σε ένα προστατευμένο από τον άνεμο κρύο πλαίσιο με κάλυμμα fleecy για παγωμένες νύχτες ή σε γλάστρες σε ένα ηλιόλουστο περβάζι από τον Ιανουάριο έως τον Μάρτιο. Φυτέψτε τρεις κόκκους σε βάθος περίπου ενός εκατοστού σε υπόστρωμα από ίνες καρύδας ή οργανικό φυτικό χώμα για κάθε τρύπα φύτευσης. Μετά τη βλάστηση, αφήστε μόνο το πιο δυνατό δενδρύλλιο. Στη συνέχεια χρειάζονται άσπρισμα έως έξι εβδομάδες από τη σπορά μέχρι το σποροφότο έτοιμο για φύτευση. Η ιδανική θερμοκρασία βλάστησης είναι 15 έως 20 βαθμοί Κελσίου. Μόλις τα νεαρά φυτά έχουν ριζώσει καλά στο έδαφος, μπορούν να μετακινηθούν σε εξωτερικούς χώρους από τα τέλη Μαΐου, όταν δεν μπορούν να εμφανιστούν πλέον νυχτερινό παγετό. Φυτέψτε τα με απόσταση φύτευσης 40 έως 50 εκατοστά τόσο βαθιά ώστε η βάση της ρίζας να είναι περίπου ένα εκατοστό κάλυμμένη με χώμα και υπογραμμιστεί τη φύτευση με κορπός. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Ως βαρύς τροφοδότης, το φυτό ευδοκμεί καλύτερα σε βαθύ, πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά έδαφος με καλή ικανότητα αποθήκευσης νερού σε ένα ηλιόλουστο σημείο στο έμπλαστρο λαχανικών. **Βέλτιστη φροντίδα:** Το φυτό χρειάζεται κανονικό νερό και θρεπτικά συστατικά. Ποτίστε άφθονα, ειδικά τις ζεστές μέρες, αλλά αποφυγείτε την υπερχείλιση. Η τακτική αφαίρεση των ζιζανίων και η χαλάρωση του περιβάλλοντος εδάφους ανταμείβουν τα φυτά με μεγαλύτερη απόδοση και άρωμα. Παρέχετε τα φυτά με οργανικό φυτικό λίπασμα τακτικά μετά τη φύτευση και έως περίπου δύο έως τρεις εβδομάδες πριν από τη συγκομιδή. **Το χειμώνα:** Το Kale μπορεί να καλλιεργηθεί ανά διετία. Η κύρια συγκομιδή γίνεται το δεύτερο έτος. Από την άνοιξη του δεύτερου έτους, το λάχανο μπορεί να συγκομίζεται τακτικά.



## ORGÁNACHA - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Is é dearg an rogha nua glas - ildaite le spionáiste

Tá duilleoga an Borecole Redbor mór, cuachta garbh agus forbraíonn siad a dath corcra-dearg le teochtaí fionnuar an gheimhridh tar éis an chéad sioc. Roimh an chéad fómhár ba chóir duit fanacht ar an gcéad sioc ar feadh cúpla lá. Ní dhéanfaidh próisis meitibileach an phlanda an stáirse atá ann a thiontú ina siúkra ach ansin agus imeoidh na substaintí searbha. Ba chóir duilleoga a bhaint ón taobh amuigh chun fás a spreagadh. Fómhar go rialta, mar a fhágann an tairiscint blas go háirithe go maith. Is féidir na duilleoga óga a ithe amh i sailleíd. Is féidir leat na duilleoga a phlandáil go hachomair freisin ionas go n-éireoidh siad tairisceana. Is rogha éagsúil iad ansin seachas spionáiste. Tá Redbor delicious freisin i míasa cabáiste hearty, ach tá sé oiriúnach freisin le haghaidh casserolles nó triomaithe agus saille le haghaidh sceallóga. **Suíomh nádúrtha:** Cé gur ó dhúchas ó dhúchas do cheantair chósta na Meánmhara agus na hÁise Mionaiseacha, Is speisialtacht den chuid is mó sa Bhreatain Mhór, sa Chríoch Lochlann, san Ioslítr agus i dTuaisceart na Gearmáine é Kale inniu. **Saothrú rathúil:** Is féidir leat na plandaí a fhás i bhfráma fuar cosanta ag an ngeoth le clúdach lomra le haghaidh oícheanta sioc nó i bpotáir ar fhuinneog griannmhar ó Eanáir go Márta. Cuir trí ghráin thart ar aon ceintiméadar ar doimhneacht i bhfoshraith snáithín cnó cóc nó in ithir glasraí orgánacha do gach poll plandála. Tar éis phéacadh, fág ach an síológ is láidre. Tógann sé ceithre nó sé seachtaine ansin ó chur go dtí an síológ réidh le cur. Is é an teocht phéacadh idéalach ná 15 go 20 céim Celsius. Chomh luath agus a bhíonn na plandaí óga fréamhaithe go maith tríd an ithir, is féidir leo bogadh lasmuigh ó dheireadh mhí na Bealtaine, nuair nach féidir le frosts oíche níos mó a bheith ann. Déan iad a phlandáil le fad plandála de 40 go 50 ceintiméadar chomh domhain go bhfuil an bonn fréimhe thart ar aon ceintiméadar clúdaithe le hithreach agus cuir béim ar an bplandáil le múirín. **An suíomh is fearr:** Mar fhriothálaí trom, is fearr a éiríonn leis an bplanda in ithir dhomhain atá saibhir i gcothaigh le toileadh maith stórála uisce in áit ghriannmhar sa phaiste glasraí. **Cúram is fearr is féidir:** Caithfidh an planda uisce go cothaigh rialta. Tabhair uisce go liobrálach, go háirithe ar laethanta te, ach seachain uisceadán. Tugann baint rialta fiailí agus scaoileadh na hithreach máguaird luach saothair do na plandaí le táirgeacht agus aroma níos airde. Cuir leasachán orgánach glasraí ar fáil do na plandaí go rialta tar éis a phlandáil agus suas le dhá nó trí seachtaine roimh an bhfómhar. **Sa gheimhreadh:** Is féidir cál a fhás go débhlíantúil. Tarlaíonn an príomhfómhar sa dara bliain. Ó earrach an dara bliain, is féidir kale a bhaint go rialta.



## LÍFRÆNT - Grænkál - Rauður Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rauður er hinn nýi græni - litríki valkostur við spínat

Blöðin á Borecole Redbor eru stór, gróft krulluð og fá fjölbliáan rauðan lit með köldum vetrarhita eftir fyrsta frostið. Fyrir fyrstu uppskeru ættir þú að bíða eftir fyrsta frostinu í nokkra daga. Aðeins þá munu efnaskiptaferli plöntunnar breyta sterkju sem hún inniheldur í sykur og bitur efnin hverfa. Lauf ætti að safna utan frá og inn til að hvetja til vaxtar. Uppskerið reglulega, þar sem blíð blöðin bragðast sérstaklega vel. Ungu blöðin má borða hrá í salótum. Þú getur líka þeytt blöðin í stutta stund svo þau verði mjúk. Þau eru þá fjölbreytt valkostur við spínat. Redbor er líka ljúffengt í matarmikla kalóríu en hentar líka vel í pottrétti eða þurrkað og saltað fyrir franskar. **Náttúruleg staðsetning:** Þótt upprunalega ætti heima í strandsvæðum Miðjarðarhafs og Litlu-Asíu, Grænkál í dag er aðallega sérgrein í Bretlandi, Skandinavíu, Hollandi og Norður-Þýskalandi. **Arangursrík ræktun:** Hægt er að rækta plönturnar í vindvernduðum köldum ramma með lopapeysu fyrir frostnætur eða í pottum á sólríkum gluggakistu frá janúar til mars. Gróðursettu þrjú korn um það bil eins sentímetra djúpt í undirlagi kókoshnututrefja eða lífrænan jurtamold fyrir hverja gróðursetningarholu. Eftir spírún, skildu aðeins eftir sterkustu unglöntuna. Síðan líða fjórar til sex vikur frá sáningu þar til græðlingurinn er tilbúinn til gróðursetningar. Kjöríð spírúnarhitastig er 15 til 20 gráður á Celsíus. Um leið og ungar plöntur hafa rótað vel í jarðvegi geta þær hreyft sig utandyra upp úr lok mái, þegar ekki verður lengur næturfröst. Gróðursettu þau með 40 til 50 sentímetra gróðursetningarfjarlægð svo djúpt að rótarbotninn er um einn sentímetri þakinn mold og undirstrikaðu gróðursetninguna með moldu. **Besta staðsetningin:** Sem þungur fódarari þrífst plöntan best í djúpum næringarríkum jarðvegi með góða vatnsgeymslugetu á sólríkum stað í grænmetisblettinum. **Besta umönnun:** Plöntan þarf reglulega vatn og næringarefni. Vökvaðu ríkulega, sérstaklega á heitum dögum, en forðastu vatnslosun. Regluleg illgresihreinsun og losun jarðvegsins í kring umbuna plöntunum með meiri uppskeru og ilm. Gefðu plöntunum lífrænan grænmetisáburð reglulega eftir gróðursetningu og allt að um það bil tveimur til þremur vikum fyrir uppskeru. **Á veturna:** Hægt er að rækta grænkál á tveggja ára fresti. Aðaluppskeran fer fram á öðru ári. Frá og með vori annars árs er hægt að uppskera grænkál reglulega.



## BIO - Cavolo riccio - Krauser rosso

Brassica oleracea var. sabellica

### Il rosso è il nuovo verde - un'alternativa colorata agli spinaci

Le foglie del Krauser rosso sono grandi, grossolanamente arricciate e sviluppano il loro colore rosso porpora con le fresche temperature invernali dopo il primo gelo. Per il primo raccolto è consigliabile aspettare alcuni giorni dal primo gelo: solo allora i processi di metabolismo della pianta convertono l'amido contenuto in zucchero e le sostanze amare scompaiono. Le foglie vanno raccolte dall'esterno, per stimolare la crescita della pianta. È consigliabile raccogliere con regolarità, perché le foglie tenere sono particolarmente gustose. Le foglie giovani possono essere consumate crude in insalata. Si possono anche sbollentare le foglie per poco tempo, per renderle tenere: preparato in questo modo è una fantasiosa alternativa agli spinaci. Il Krauser rosso è anche delizioso nei piatti di cavolo misto, ma è adatto anche per stufati, oppure essiccato e salato, in forma di chips. **Posizione naturale:** Sebbene sia originario delle aree costiere del Mediterraneo e dell'Asia Minore, oggi il cavolo riccio è apprezzatissimo in Regno Unito, Scandinavia, Olanda e Germania settentrionale. **Coltivazione riuscita:** Da gennaio a marzo, le piante si possono coltivare in una struttura riparata con una copertura in pile per le notti gelide, oppure in vasi su un davanzale soleggiato. Collocare tre semi per buco, profondo circa un centimetro, in un substrato di fibra di cocco o in terra per ortaggi BIO. Dopo la germinazione, selezionare solo le piantine più forti. Dalla semina alla piantina pronta per il trapianto sono necessarie dalle quattro alle sei settimane. La temperatura di germinazione ideale è tra 15° e 20° C. Non appena le giovani piante avranno radicato bene il pane di terra potranno essere trapiantate all'aperto, comunque dalla fine di maggio, quando non si verificano più gelate notturne. Trapiantarle a una distanza da 40 a 50 centimetri fra loro, abbastanza profonda da ricoprire le radici di terra per circa un centimetro, poi nutrire la coltivazione con il compost. **La posizione migliore:** Come pianta che necessita di molti nutrienti, il broccolo prospera meglio su terreni profondi e ricchi di sostanze nutritive, con una buona ritenzione idrica e collocato in un punto soleggiato dell'orto. **Cura ottimale:** La pianta ha bisogno di regolari somministrazioni di acqua e sostanze nutritive. Innaffiare abbondantemente, specialmente nelle giornate calde, evitando ristagni d'acqua. La rimozione regolare delle erbe infestanti e il dissodamento del terreno circostante favoriscono una maggiore resa e aroma nelle piante. Concimare regolarmente le piante con fertilizzante per ortaggi BIO, da dopo la semina fino a circa due o tre settimane prima del raccolto. **In inverno:** Il cavolo riccio può essere coltivato biennalmente, il raccolto principale avviene nel secondo anno. Dalla primavera del secondo anno il cavolo riccio può essere raccolto regolarmente.



## ORGANSKI - Kelj - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Crvena je nova zelena - šarena alternativa špinatu

Listovi Borecole Redbora su veliki, grubo uvijeni i razvijaju svoju ljubičasto-crvenu boju s hladnim zimskim temperaturama nakon prvog mraza. Prije prve berbe treba pričekati prvi mraz nekoliko dana. Tek tada će metabolički procesi biljke pretvoriti škrob koji sadrži u šećer i gorke tvari će nestati. Lišće treba brati izvana prema unutra kako bi se potaknuo rast. Berite redovito, jer su nježni listovi osobito dobrog okusa. Mlado lišće se može jesti sirovo u salatama. Listove možete i kratko blanširati da omekušaju. Oni su onda raznolika alternativa špinatu. Redbor je također ukusan u izdašnjim jelima od kupusa, ali je također pogodan za složenice ili sušen i posoljen za čips. **Zemlja porijekla:** Iako izvorno porijeklom iz obalnih područja Sredozemnog mora i Male Azije, Kelj je danas uglavnom specijalitet u Velikoj Britaniji, Skandinaviji, Nizozemskoj i Sjevernoj Njemačkoj. **Uspješan uzgoj:** Biljke možete uzgajati u hladnom okviru zaštićenom od vjetrova s pokrivačem od flisa za mraznih noći ili u posudama na sunčanoj prozorskoj dasci od sijecnja do ožujka. Posadite tri zrna duboko oko jedan centimetar u supstrat od kokosovih vlakana ili organsko tlo za povrće za svaku rupu za sadnju. Nakon nicanja ostavite samo najjaču sadnicu. Zatim je potrebno četiri do šest tjedana od sjetve do sadnice spremne za sadnju. Idealna temperatura za klijanje je 15 do 20 stupnjeva Celzijusa. Čim se mlade biljke dobro ukorijene kroz tlo, mogu se premjestiti na otvoreno od kraja svibnja, kada više ne može doći do noćnih mrazova. Sadite ih na razmak sadnje od 40 do 50 centimetara tako duboko da korijen korijena bude oko jedan centimetar prekriven zemljom, a sadnju podvucite kompostom. **Najbolja lokacija:** Kao teška hranilica, biljka najbolje uspijeva u dubokom tlu bogatom hranjivim tvarima s dobrim kapacitetom skladištenja vode na sunčanom mjestu u povrtnjaku. **Optimalna njega:** Biljka treba redovitu vodu i hranjiva. Zalijevajte obilno, osobito za vrućih dana, ali izbjegavajte natapanje. Redovitim uklanjanjem korova i rahljenjem okolnog tla biljke se nagrađuju većim urodom i aromom. Biljkama dajte organsko gnojivo za povrće redovito nakon sadnje i otprilike dva do tri tjedna prijev žetve. **U zimi:** Kelj se može uzgajati dvogodišnje. Glavna berba se odvija u drugoj godini. Od proljeća druge godine kelj se može redovito brati.



## BIOLOGISKÅ - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Sarkanais ir jaunā zaļā krāsainā alternatīva spinātiem

Borecole Redbor lapas ir lielas, rupji krokotas un iegūst purpursarkano krāsu vēsajā ziemas temperatūrā pēc pirmajām salnām. Pirms pirmās ražas novākšanas dažas dienas jāgaida pirmās salnas. Tikai tad auga vielmaiņas procesi tajā esošo cieti pārvērtīs cukurā un rūgtvielas pazudīs. Lai veicinātu augšanu, lapas jānovāc no ārpuses. Novāc regulāri, jo maigās lapas garšo īpaši labi. Jaunās lapas var ēst neapstrādātas salātos. Varat arī tsi blanšet lapas, lai tās kļūtu maigas. Tad tie ir daudzveidīga alternatīva spinātiem. Redbor ir garšīgs arī sātīgos kāpostu ēdienos, bet ir piemērots arī kastroljiem vai žāvēts un sālīts čipsiem. **Dabiska vieta:** Lai gan sākotnēji tās dzimtene ir Vidusjūras un Mazāzijas piekrastes apgabali, Kāposti mūsdienās galvenokārt ir specialitāte Liepbrītnijā, Skandināvijā, Holandē un Ziemeļvaldijā. **Veiksmīga audzēšana:** No vēja aizsargātā aukstā karkasā ar vilnas pārsegu var audzēt augus salnām naktīm vai podos uz saulainas palodes no janvāra līdz martam. Katrai stādīšanas bedrei iestādiet trīs graudus apmēram viena centimetra dziļumā kokosriekstu šķiedras substrātā vai organisko augu augsnē. Pēc dīgšanas atstājiet tikai spēcīgāko stādu. Pēc tam no sēšanas līdz stādām, kas ir gatavas stādīšanai, paiet četras līdz sešas nedēļas. Ideālā dīgšanas temperatūra ir 15–20 grādi pēc Celsija. Tiklīdz jaunie augi labi iesakņojušies caur augsni, tie var pārvietoties ārā no maija beigām, kad vairs nevar būt nakts salnas. Stādiet tos 40 līdz 50 centimetru stādīšanas attālumā tik dziļi, lai sakņu pamatne būtu apmēram vienu centimetru pārklāta ar augsni, un pasvītrojiet stādījumu ar kompostu. **Labākā atrašanās vieta:** Kā smags barotājs augs vislabāk plaukst dziļā, barības vielām bagātā augsnē ar labu ūdens uzkrāšanas spēju saulainā vietā dārzenu laukā. **Optimāla aprūpe:** Augam nepieciešams regulārs ūdens un barības vielas. Laistiet bagātīgi, īpaši karstās dienās, taču izvairieties no ūdens aizsērēšanas. Regulāra nezāļu likvidēšana un apkārtējās augsnes iridācija piešķir augiem lielāku ražu un aromātu. Regulāri nodrošiniet augus ar organisko dārzenu mēslojumu pēc stādīšanas un apmēram divas līdz trīs nedēļas pirms ražas novākšanas. **Ziemā:** Kāpostus var audzēt reizi divos gados. Galvenā raža notiek otrajā gadā. Sākot no otrā gada pavasara, kāpostus var regulāri novākt.



## EKOLOGIŠKAS - Lapinis kopūstas - Raudonasis krauseris

Brassica oleracea var. sabellica

### Raudona yra nauja žalia - spalvinga alternatyva špinatams

Borecole Redbor lapai yra dideli, stambiai susiraukšlėję ir įgauna purpuriškai raudoną spalvą esant vėsią žiemos temperatūrai po pirmųjų šalūnų. Prieš nuimant pirmąjį derlių, keletą dienų reikėtų palaukti pirmųjų šalūnų. Tik tada augalo medžiagų apykaitos procesai jame esantį krakmolą pavertę cukrumi ir karčios medžiagos išnyks. Lapai turi būti skunami iš išorės, kad būtų skatinamas augimas. Nuimkite derlių reguliariai, nes švelnūs lapai ypač skanūs. Jaunus lapus galima valgyti žalius salotose. Taip pat galite trumpai blanširuoti lapus, kad jie taptų minkšti. Tada jie yra įvairi alternatyva špinatams. Raudonžiedžiai skanūs ir sočiuose kopūstų patiekaluose, bet tinka ir troškinimui arba džiovinti ir sūdyti traškučiams. **Natūrali vieta:** Nors iš pradžių kilęs iš Viduržemio jūros ir Mažosios Azijos pakrančių, Lapiniai kopūstai šiandien daugiausia gaminami Didžiojoje Britanijoje, Skandinavijoje, Olandijoje ir Šiaurės Vokietijoje. **Sėkmingas auginimas:** Augalus galite auginti nuo vėjo apsaugotame šaltame karkase su vilnoniu uždangalu šaltoms naktims arba vazonuose ant saulėtos palangės sausio – kovo mėnesiais. Pasodinkite tris grūdus maždaug vieno centimetru gylyje į kokoso pluošto substratą arba ekologišką daržovių dirvą kiekvienai sodinimo duobei. Po sudygimo palikite tik stipriausią daigą. Tada nuo sėjos iki sodinimui paruošto sodinuko užtrunka nuo keturių iki šešių savaičių. Ideali dygimo temperatūra yra 15–20 laipsnių Celsijaus. Kai tik jauni augalai gerai įsišaknija per dirvą, nuo gegužės pabaigos, kai nebegali kilti naktinių šalūnų, jie gali keltis į lauką. Pasodinkite juos 40–50 centimetrų sodinimo atstumu taip, kad šaknies pagrindas būtų apie vieną centimetrą padengtas žeme, o sodinimą pabruokite kompostu. **Geriausia vieta:** Kadangi augalas yra sunkus tiekėjas, jis geriausiai klesti giliam, maistingam medžiagų turinčiam dirvožemyje, kuriame gerai sulauko vandenį saulėje daržovės vietoje. **Optimali priežiūra:** Augalui reikia reguliaraus vandens ir maistingų medžiagų. Laistykite gausiai, ypač karštomis dienomis, tačiau venkite vandens užmirkimo. Reguliarus piktžolių šalinimas ir aplinkinės dirvos purenimas apdovanoja augalus didesniu derliumi ir aromatu. Reguliariai po sodinimo ir likus maždaug dviem ar trimis savaitėmis iki derliaus nuėmimo, augalus maitinkite organinėmis daržovių trąšomis. **Ziemą:** Lapinius kopūstus galima auginti kas dvejus metus. Pagrindinis derlius nuimamas antrisiais metais. Nuo antrųjų metų pavasario kopūstus galima skinti reguliariai.



## ORGANIČI - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### L-aħmar huwa l-aħdar il-ġdid - alternattiva ikkullurita għall-ispinaċi

Il-weraq tal-Borecole Redbor huma kbar, imdawwar b'mod oħxon u jżviluppaw il-kulur aħmar vjola tagħhom mat-temperaturi friski tax-xitwa wara l-ewwel ġlata. Qabel l-ewwel ħsad għandek tistenna l-ewwel ġlata għal ftit jiem. Hekk biss il-proċessi metaboliċi tal-pjanta se jikkonvertu l-lamtu li fih f'żokkor u s-sustanzi morri jisparrixxu. Il-weraq għandu jinħasad minn barra għal ġewwa biex jinkoragġixxi t-tkabbir. Ħsad regolarment, peress li l-weraq tal-offerta għandhom toġhma partikolarment tajba. Il-weraq zġħar jistgħu jittieku nejjin fl-insalati. Tista 'wkoll bajda l-weraq fil-qosor sabiex isiru teneri. Imbagħad huma alternattiva varjata għall-ispinaċi. Redbor huwa wkoll Delicious fi platti tal-kaboċċi qalbhom, iżda huwa wkoll adattat għal casseroles jew imnixxef u immellaħ għaċ-ċipep. **Post naturali:** Għalkemm oriġinarjament indiġeni għaž-żoni kostali tal-Baħar Mediterran u l-Asja Minuri, Kale illum huwa prinċipalment speċjalità fil-Gran Brittanja, l-Iskandinavja, l-Olanda u l-Germanja tat-Tramuntana. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Tista 'tikber il-pjanti f'qafas kiesaħ protett mir-riħ b'għatu suf għal iljieli ġlata jew fi qsari fuq it-tieqa xemxija minn Jannar sa Marzu. Pjanta tliet qmuh madwar centimetru fond f'sottostrat tal-fibra tal-ġewż jew ħamrija veġetali organika għal kull toqba tat-thawwil. Wara l-germinazzjoni, ħalli biss l-aktar nebbieta b'saħħiħa. Imbagħad jieħu erba 'sa sitt ġimgħat miż-zriegħ sa n-nebbieta lesta għat-thawwil. It-temperatura ideali tal-germinazzjoni hija 15 sa 20 grad Celsius. Hekk kif il-pjanti zġħar għandhom l-għeruq sew mill-ħamrija, jistgħu jimxu barra mill-aħħar ta 'Mejju, meta ma jkunx jista' jseħħ aktar ġlata bil-lejl. Ħallahom b'distanza ta 'thawwil ta 40 sa 50 centimetru tant fil-fond li l-baži ta 'l-għeruq hija madwar centimetru miksija bil-ħamrija u enfasizza t-thawwil bil-kompost. **L-aħjar post:** Bħala alimentatriċi tqil, l-impjant jiffjorixxi l-aħjar f'ħamrija fond u b'ħafna nutrijenti b'kapaċità tajba ta 'ħažna ta' ilma f'post xemxi fil-garža tal-ħxejjex. **Kura ottimali:** L-impjant jeħtieġ ilma u nutrijenti regolari. Ilma b'mod liberali, speċjalment fi granet šħan, imma evita li jxaqleb l-ilma. It-tneħħija regolari tal-ħaxix ħażin u l-illaxkar tal-ħamrija tal-madwar jippremjaw lill-pjanti b'rendiment u aroma oġġla. Ipprovi lill-pjanti b'fertilizzant veġetali organiku regolarment wara t-thawwil u sa madwar ġimgħatejn sa tliet ġimgħat qabel il-ħsad. **Fix-xitwa:** Kale jista 'jtkabbar kull sentejn. Il-ħsad ewlieni jsir fit-tieni sena. Mir-rebbieġha tat-tieni sena, il-kale jista 'jinħasad regolarment.



## Bio - Boerenkool - Rode Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rood is het nieuwe groen - een kleurrijk alternatief voor spinazie

De bladeren van Borecole Redbor zijn groot, grof gekruld en ontwikkelen hun paarsrode kleur bij de koude wintertemperaturen na de eerste vorst. Voor de eerste oogst moet u enkele dagen wachten op de eerste vorst. Pas dan zetten de stofwisselingsprocessen van de plant het zetmeel dat erin zit om in suiker en verdwijnen de bittere stoffen. De bladeren moeten van buiten naar binnen worden geogst om de groei te stimuleren. Regelmatig oogsten, want de malse bladeren smaken bijzonder goed. De jonge blaadjes kunnen rauw gegeten worden in salades. Je kunt de blaadjes ook kort blancheren zodat ze mals worden. Ze zijn dan een gevarieerd alternatief voor spinazie. Redbor is ook heerlijk in hartige koolgerechten, maar is ook geschikt voor ovenschotels of gedroogd en gezouten voor frites. **Natuurlijke locatie:** Hoewel oorspronkelijk afkomstig uit de kustgebieden van de Middellandse Zee en Klein-Azië, is. Tegenwoordig is boerenkool een specialiteit in Groot-Brittannië, Scandinavië, Nederland en Noord-Duitsland. **Succesvolle teelt:** U kunt de planten in een beschutte koude bak met een fleecedoek plaatsen voor ijzige nachten van januari tot maart of in potten op een zonnige vensterbank. Zet drie korrels per plantgat ongeveer een centimeter diep in kokosvezelsubstraat of biologische groentegrond. Laat na het ontkiemen alleen de sterkste zaailing staan. Het duurt dan vier tot zes weken van zaaien tot zaailingen planten. De ideale kiemtemperatuur is 15 tot 20 graden Celsius. Zodra de jonge planten de grond goed hebben geworteld, kunnen ze vanaf eind mei naar het veld, als er geen nachtvorst meer kan optreden. Plant ze met een plantafstand van 40 tot 50 centimeter zo diep dat de wortels ongeveer een centimeter bedekt zijn met aarde en voed de plant met compost. **De beste locatie:** Als zware consument gedijt de plant het beste op diepe, voedselrijke gronden met een goede wateropslag op een zonnige plek in de moestuin. **Optimale verzorging:** De plant heeft regelmatig water en voedingsstoffen nodig. Geef royaal water, vooral op warme dagen, maar vermijd wateroverlast. Regelmatige verwijdering van onkruid en loslaten van de omringende grond geven de planten een hogere opbrengst en aroma. Geef de planten na het verplanten en tot twee à drie weken voor de oogst regelmatig biologische groentemest. **In de winter:** Boerenkool kan twee jaar worden verbouwd. De belangrijkste oogst vindt plaats in het tweede jaar. Vanaf de lente van het tweede jaar kan boerenkool regelmatig worden geogst.



## ØKOLOGISK - Grønnkål - Rød Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rødt er det nye grønne - fargerike alternativet til spinat

Bladene til Borecole Redbor er store, grovt krøllete og utvikler sin lilla-røde farge med de kjølige vintertemperaturene etter den første frosten. Før første høsting bør du vente på den første frosten i noen dager. Først da vil plantens metabolske prosesser omdanne stivelsen den inneholder til sukker og bitterstoffene vil forsvinne. Blader bør høstes fra utsiden og inn for å stimulere til vekst. Høst regelmessig, da de møre bladene smaker spesielt godt. De unge bladene kan spises rå i salater. Du kan også blanchere bladene kort slik at de blir møre. De er da et variert alternativ til spinat. Redbor er også deilig i solide kålretter, men passer også til gryteretter eller tørket og saltet til chips. **Naturlig beliggenhet:** Selv om de opprinnelig var hjemmehørende i kystområdene i Middelhavet og Lilleasia, Grønnkål er i dag hovedsakelig en spesialitet i Storbritannia, Skandinavia, Holland og Nord-Tyskland. **Vellykket dyrking:** Du kan dyrke plantene i en vindbeskyttet kaldramme med fleecetrekk for frostnetter eller i potter på en solrik vinduskarm fra januar til mars. Plant tre korn omtrent en centimeter dypt i kokosfibersubstrat eller organisk vegetabilsk jord for hvert plantehull. Etter spiring, la bare den sterkeste frøplanten være igjen. Det tar deretter fire til seks uker fra såing til frøplanten er klar til planting. Den ideelle spiretemperaturen er 15 til 20 grader Celsius. Så snart de unge plantene har rotet seg godt gjennom jorden, kan de bevege seg utendørs fra slutten av mai, da det ikke kan oppstå nattefrost lenger. Plant dem med en planteavstand på 40 til 50 centimeter så dyp at rotbunnen er omtrent en centimeter dekket med jord og understrek plantingens med kompost. **Den beste beliggenheten:** Som tungmater trives planten best i dyp, næringsrik jord med god vannlagringskapasitet på en solrik plass i grønnsaksplassen. **Optimal omsorg:** Planten trenger regelmessig vann og næring. Vann rikelig, spesielt på varme dager, men unngå vannlogging. Regelmessig fjerning av ugress og løsning av den omkringliggende jorda belønner plantene med høyere utbytte og aroma. Gi plantene organisk vegetabilsk gjødsel regelmessig etter planting og opptil to til tre uker før høsting. **Om vinteren:** Grønnkål kan dyrkes toårig. Hovedhøsten finner sted i det andre året. Fra våren av det andre året kan grønnkål høstes regelmessig.



## Bio - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Czerwień to nowa zieleń - kolorowa alternatywa dla szpinaku

Borecole Redbor ma duże, luźno zwinięte liście, które podczas mroźnych zimowych temperatur i po pierwszych przymrozkach nabierają fioletowo-czerwonego koloru. Po pierwszych przymrozkach należy odczekać kilka dni przed pierwszymi zbiorami, ponieważ dopiero wtedy proces metaboliczny rośliny zamieni związki skrobi w cukier, a gorzkie substancje wyblakną. Liście należy zbierać od zewnątrz do wewnątrz, aby stymulować dalszy wzrost rośliny. Liście zrywać regularnie, ponieważ szczególnie te drobne są najsmaczniejsze. Młode liście można jeść na surowo w sałatce. Możesz też na chwilę blanszować liście, aby je trochę zmiękczyć, aby stanowiły ładną i kolorową alternatywę dla szpinaku. Redbor jest również smaczny w pożywnych daniach z kapusty, a także w zapiekankach lub solonych na chipsach. **Naturalne położenie:** Chociaż jarmuż wywodzi się z przybrzeżnych rejonów Morza Śródziemnego i Azji Mniejszej, obecnie jest kulinarną rozkoszą zwłaszcza w Wielkiej Brytanii, Skandynawii, Holandii i północnych Niemczech. **Udana uprawa:** Możesz rozpocząć uprawę od stycznia do marca w osłoniętej od wiatru zimnej ramie z polarem na mroźne noce lub w doniczce na parapecie. Posadz trzy nasiona na dołek na głębokość około 1 cm w podłożu kokosowym lub organicznym podłożu roślinnym. Po wykiełkowaniu możesz przekłuć sadzonki pozostawiając tylko najsilniejszą. Po wysianiu potrzeba około czterech do sześciu tygodni, zanim sadzonki rozwiną się prawidłowo. Idealna do kiełkowania byłaby temperatura pomiędzy 15 ° a 20 ° Celsjusza. Począwszy od końca maja, kiedy nie ma już mroźnych nocy, a gdy tylko sadzonki dobrze ukorzeni się, można je sadzić na otwartej przestrzeni. Podkreśl kompost i umieść sadzonki na tyle głęboko, aby korzenie były pokryte około 1 cm ziemi. **Najlepsza lokalizacja:** Roślina charakteryzuje się dużym zapotrzebowaniem na składniki pokarmowe i najlepiej rośnie na nasłonecznionym miejscu poletka warzywnego oraz na dobrze uziemionej, pożywnej glebie o dobrej zdolności magazynowania wody. **Optymalna pielęgnacja:** Roślina wymaga regularnego podlewania i odżywiania. Podlewać obficie, szczególnie w upalne dni, ale unikaj gromadzenia się wody. Od czasu do czasu pielienie i spulchnianie otaczającej gleby zostanie nagrodzone przez roślinę, która zapewni lepsze zbiory i lepszy smak. Po posadzeniu możesz regularnie dostarczać brokułom organiczny nawóz roślinny do około dwóch do trzech tygodni przed zbiorem. **W zimę:** Jarmuż może być uprawiany jako roślina dwuletnia, natomiast główny zbiór przypada na drugi rok. Od wiosny można go zbierać w sposób ciągły.



## ORGÂNICO - Couve - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Vermelho é o novo verde - alternativa colorida ao espinafre

As folhas do Borecole Redbor são grandes, grosseiramente onduladas e desenvolvem sua cor vermelho-púrpura com as temperaturas frias do inverno após a primeira geada. Antes da primeira colheita deve-se aguardar a primeira geada por alguns dias. Só então os processos metabólicos da planta converterão o amido que ela contém em açúcar e as substâncias amargas desaparecerão. As folhas devem ser colhidas de fora para dentro para estimular o crescimento. Colha regularmente, pois as folhas tenras têm um sabor particularmente bom. As folhas novas podem ser consumidas cruas em saladas. Você também pode branquear as folhas brevemente para que fiquem macias. São então uma alternativa variada aos espinafres. Redbor também é delicioso em pratos fartos de repolho, mas também é adequado para caçarolas ou seco e salgado para batatas fritas. **Localização natural:** Embora originalmente nativa das áreas costeiras do Mar Mediterrâneo e da Ásia Menor, a couve hoje é principalmente uma especialidade na Grã-Bretanha, Escandinávia, Holanda e norte da Alemanha. **Cultivo bem sucedido:** Você pode cultivar as plantas em uma estrutura fria protegida do vento com uma cobertura de lã para noites geladas ou em vasos em uma janela ensolarada de janeiro a março. Plante três grãos com cerca de um centímetro de profundidade em substrato de fibra de coco ou solo vegetal orgânico para cada cova de plantio. Após a germinação, deixe apenas a muda mais forte. Em seguida, leva de quatro a seis semanas desde a semeadura até a muda pronta para o plantio. A temperatura ideal de germinação é de 15 a 20 graus Celsius. Assim que as plantas jovens estiverem bem enraizadas no solo, elas podem se mover para o exterior a partir do final de maio, quando não ocorrerão mais geadas noturnas. Plante-as com uma distância de plantio de 40 a 50 centímetros, de forma que a base da raiz fique cerca de um centímetro coberta de terra e sublinhe o plantio com composto. **A melhor localização:** Como um alimentador pesado, a planta prospera melhor em solo profundo e rico em nutrientes com boa capacidade de armazenamento de água em um local ensolarado na horta. **Cuidado ideal:** A planta precisa de água e nutrientes regulares. Regue abundantemente, especialmente em dias quentes, mas evite o alagamento. A remoção regular de ervas daninhas e o afrouxamento do solo ao redor recompensam as plantas com maior rendimento e aroma. Forneça às plantas fertilizantes vegetais orgânicos regularmente após o plantio e até cerca de duas a três semanas antes da colheita. **No inverno:** Couve pode ser cultivada a cada dois anos. A colheita principal ocorre no segundo ano. A partir da primavera do segundo ano, a couve pode ser colhida regularmente.



## Ecologic - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Roșu este noul verde - o alternativă colorată la spanac

Frunzele Borecole Redbor sunt mari, ondulate grosolan și își dezvoltă culoarea roșu-violet odată cu temperaturile reci de iarnă după primul îngheț. Înainte de prima recoltare ar trebui să așteptați primul îngheț câteva zile. Abia atunci procesele metabolice ale plantei transformă amidonul pe care îl conține în zahăr și substanțele amare dispar. Frunzele trebuie recoltate din exterior pentru a stimula creșterea. Recoltați regulat, deoarece frunzele fragede au un gust deosebit de bun. Frunzele tinere pot fi consumate crude în salate. De asemenea, puteți albi pe scurt frunzele, astfel încât acestea să devină fragede. Sunt apoi o alternativă variată la spanac. Redbor este, de asemenea, delicios în feluri de mâncare de varză, dar este potrivit și pentru caserole sau uscat și sărat pentru chipsuri. **Locație naturală:** Deși originar din zonele de coastă din Marea Mediterană și Asia Mică, este. Astăzi, kale este o specialitate în Marea Britanie, Scandinavia, Olanda și nordul Germaniei. **Cultivare de succes:** Puteți așeza plantele într-un cadru rece, adăpostit, cu un strat de lână pentru noaptea geroase din ianuarie până în martie sau în ghivece pe un pervaz însorit. Puneți trei boabe pe orificiu de plantare adâncime de aproximativ un centimetru în substrat din fibră de cocos sau sol vegetal organic. După germinare, lăsați să rămână doar cel mai puternic răsad. Apoi durează patru până la șase săptămâni de la însămânțare până la plantarea răsadurilor. Temperatura ideală de germinare este de 15-20 grade Celsius. De îndată ce plantele tinere au adânc înrădăcinat mingea pământului, se pot muta pe câmp de la sfârșitul lunii mai, când înghețurile nocturne nu mai pot apărea. Plantați-le cu o distanță de plantare de 40 până la 50 de centimetri atât de adânc încât rădăcinile sunt acoperite cu aproximativ un centimetru de sol și hrăniți plantarea cu compost. **Cea mai bună locație:** Ca mare consumator, planta se dezvoltă cel mai bine pe soluri adânci, bogate în substanțe nutritive, cu o capacitate bună de stocare a apei într-un loc însorit din zona de legume. **Îngrijire optimă:** Planta are nevoie în mod regulat de apă și substanțe nutritive. Udați cu generozitate, mai ales în zilele caniculare, dar evitați apele. Îndepărtarea regulată a buruienilor și slăbirea solului din jur oferă plantelor un randament și o aromă mai mari. După transplant și cu până la două până la trei săptămâni înainte de recoltare, alimentați în mod regulat plantele cu îngrășământ vegetal organic. **În iarnă:** Kale poate fi cultivat doi ani. Recolta principală are loc în al doilea an. Din primăvara celui de-al doilea an, varza poate fi recoltată în mod regulat.



## Ekologiskt - Kale - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rött är det nya gröna - ett färgstarkt alternativ till spenat

Bladen på Borecole Redbor är stora, grovt böjda och utvecklar sin lila-röda färg med de svala vintertemperaturerna efter den första frosten. Innan den första skörden bör du vänta på den första frosten i några dagar. Först då omvandlar växtens metaboliska processer stärkelsen som den innehåller till socker och de bittra ämnena försvinner. Bladen bör skördas utifrån och in för att stimulera tillväxt. Skörda regelbundet eftersom de ömma bladen smakar särskilt bra. De unga bladen kan ätas råa i sallader. Du kan också kort blancha bladen så att de blir ömma. De är då ett varierat alternativ till spenat. Redbor är också utsökt i rejala kålrätter, men är också lämplig för grytor eller torkad och saltad för chips. **Naturligt läge:** Även ursprungligen infödda till kustområdena i Medelhavet och Mindre Asien, är idag är grönkål en specialitet i Storbritannien, Skandinavien, Holland och norra Tyskland. **Framgångsrik odling:** Du kan placera växterna i en skyddad kall ram med fleeceöverdrag för frostiga nätter från januari till mars eller i krukor på en solig fönsterbräda. Placera tre korn per planteringshåll ungefär en centimeter djupt i kokosfibersubstrat eller organisk vegetabilisk jord. Efter groningen, låt bara den starkaste plantan stå. Det tar sedan fyra till sex veckor från sådd till plantering av plantor. Den ideala groningenstemperaturen är 15 till 20 grader Celsius. Så snart de unga växterna har rotat jorden väl kan de flytta till fältet från slutet av maj, då nattfrost inte längre kan förekomma. Plantera dem med ett planteringsavstånd på 40 till 50 centimeter så djupt att rötterna är ungefär en centimeter täckta med jord och mata planteringen med kompost. **Den bästa platsen:** Som en tung ätare trivs växten bäst på djupa, näringsrika jordar med god vattenförvaringskapacitet på en solig plats i grönsaksplåstret. **Optimal vård:** Växten behöver regelbundet vatten och näringsämnen. Vattna generöst, speciellt på varma dagar, men undvik vattentätning. Regelbundet avlägsnande av ogräs och lossning av den omgivande jorden ger växterna ett högre utbyte och arom. Efter transplantation och upp till två till tre veckor före skörden ska du regelbundet förse växterna med organiskt vegetabiliskt gödningsmedel. **På vintern:** Grönkål kan odlas två år. Huvudskörden äger rum det andra året. Från vårens andra år kan grönkål skördas regelbundet.



## BIO - Kel - Červený Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Červená je nová zelená - farebná alternativa k špenátu

Listy Borecole Redbor sú veľké, hrubo skrútené a svoju purpurovo-červenú farbu získavajú pri chladných zimných teplotách po prvom mraze. Pred prvým zberom by ste mali počkať na prvý mrazik niekoľko dní. Až potom metabolické procesy rastliny premenia škrob, ktorý obsahuje, na cukor a horčiny zmiznú. Listy by sa mali zbierať zvonku, aby sa podporil rast. Zber pravidelne, pretože jemné listy chutia obzvlášť dobre. Mladé listy sa môžu konzumovať surové v šalátoch. Listy môžete tiež krátko blanširovať, aby zmäkli. Sú potom pestrou alternatívou špenátu. Redbor je chutný aj do výdatných kapustových jedál, ale hodí sa aj do rajnice alebo sušený a solený na čipsy. **Prirodzená poloha:** Hoci pôvodne pochádza z pobrežných oblastí Stredozemného mora a Malej Ázie, Kapusta je dnes špecialitou najmä vo Veľkej Británii, Skandinávií, Holandsku a severnom Nemecku. **Úspešná kultivácia:** Rastliny môžete pestovať v chladnom ráme chránenom pred vetrom s flisovým krytom na mrazivé noci alebo v kvetináčoch na snežnom parapete od januára do marca. Do každej výsadbovej jamy zasadte tri zrnka asi jeden centimeter hlboko do substrátu z kokosových vlákien alebo organickej zeleninovej zeminy. Po vyklíčení ponechajte len najsilnejší semiačka. Od výsevu po sadenicu pripravenú na výsadbu to potom trvá štyri až šesť týždňov. Ideálna teplota na klíčenie je 15 až 20 stupňov Celzia. Len čo sa mladé rastlinky dobre zakorenia v pôde, môžu sa od konca mája, keď už nemôžu nastáť nočné mrazy, premiestniť von. Vysádzajte ich na vzdialenosti výsadby 40 až 50 centimetrov tak hlboko, aby koreňový základ bol asi jeden centimeter zasypáný zeminou a výsadbu podtrhnite kompostom. **Najlepšie umiestnenie:** Ako ťažké krmidlo sa rastline najlepšie darí v hlboké pôde bohatej na živiny s dobrou schopnosťou uchovávať vodu na snežnom mieste v zeleninovej záhone. **Optimálna starostlivosť:** Rastlina potrebuje pravidelnú vodu a živiny. Polievajte hojne, najmä v horúcich dňoch, ale vyhnite sa podmäčaniu. Pravidelné odstraňovanie buriny a kyprenie okolitej pôdy odmeňuje rastliny vyššou úrodou a arómou. Rastlinám pravidelne po výsadbe a až dva až tri týždne pred zberom dodávajte organické hnojivo na zeleninu. **V zime:** Kel možno pestovať dvojročne. Hlavná úroda sa uskutočňuje v druhom roku. Od jari druhého roku možno kel pravidelne zberať.



## BIO - Ohrovt - Red Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Rdeča je nova zelena - barvita alternativa špinaci

Listi Borecole Redbor so veliki, grobo zaviti in razvijajo svojo vijolično rdečo barvo pri nizkih zimskih temperaturah po prvi zmrzali. Pred prvo žetvijo je treba nekaj dni počakati na prvo zmrzal. Šele takrat bodo presnovni procesi rastline škrob, ki ga vsebuje, spremenili v sladkor in grenčine bodo izginile. Liste je treba nabirati od zunaj navznoter, da se spodbudi rast. Obirajte redno, saj so nežni listi še posebej dobrega okusa. Mlade liste lahko uživamo surove v solatah. Liste lahko tudi na kratko blanširate, da postanejo mehki. Potem so raznolika alternativa špinaci. Redbor je okusen tudi v močnih zeljnih jedeh, primeren pa je tudi za enolončnice ali posušen in nasoljen za čips. **Naravni habitat:** Čeprav izvira iz obalnih območij Sredozemskega morja in Male Azije, Ohrovt je danes specialiteta predvsem v Veliki Britaniji, Skandinaviji, na Nizozemskem in v Severni Nemčiji. **Navodila za gojenje:** Rastline lahko gojite v mrzlih nočeh v hladnem okvirju, zaščitenem pred vetrom, s prevleko iz flisa ali v lončkih na sončni okenski polici od januarja do marca. V vsako sadilno jamo posadite tri zrna približno en centimeter globoko v substrat iz kokosovih vlaken ali organsko rastlinsko zemljo. Po kalitvi pustite le najmočnejšo sadiko. Od setve do sadike, pripravljene za sajenje, nato preteče štiri do šest tednov. Idealna temperatura za kalitev je 15 do 20 stopinj Celzija. Takoj, ko se mlade rastline dobro ukoreninijo skozi zemljo, jih lahko od konca maja, ko ne more več priti do nočnih zmrzali, prestavimo na prosto. Sadimo jih s sadilno razdaljo 40 do 50 centimetrov, tako globoko, da je koreninsko dno približno en centimeter pokrito z zemljo, nasad pa podčrtamo s kompostom. **Najboljša lokacija:** Kot težka hranilnica rastlina najbolje uspeva v globoki, s hranili bogati prsti z dobro sposobnostjo shranjevanja vode na sončnem mestu v rastlinjaku. **Optimalna nega:** Rastlina potrebuje redno vodo in hranila. Zalivajte izdatno, zlasti v vročih dneh, vendar se izogibajte premočevanju. Redno odstranjevanje plevela in rahljanje okoliške zemlje nagradi rastline z večjim donosom in aromo. Rastlinam redno po sajenju in do približno dva do tri tedne pred žetvijo zagotovite rastlinsko organsko gnojilo. **V zimskem času:** Ohrovt lahko gojimo dvoletno. Glavna žetev poteka v drugem letu. Od pomladi drugega leta lahko ohrovt redno obiramo.



## Ecológico - Col verde - Rizado rojo

Brassica oleracea var. sabellica

### El rojo es el nuevo verde - alternativa de colores a las espinacas.

Las hojas de Borecole Redbor son grandes, gruesas y rizadas, y desarrollan su color rojo violáceo con las frescas temperaturas invernales, después de la primera helada. Antes de la primera cosecha hay que esperar unos días a que se produzca la primera helada. Sólo entonces los procesos metabólicos de la planta pueden convertir el almidón que contiene en azúcar y las sustancias amargas desaparecen. Las hojas deben ser cosechadas desde el exterior hacia el interior para estimular el crecimiento. Cosechar regularmente, ya que las hojas tiernas tienen un sabor particularmente bueno. Las hojas jóvenes se pueden comer crudas en ensaladas. También puede escaldar brevemente las hojas para que estén tiernas. Son entonces una alternativa variada a las espinacas. Redbor también es delicioso en platos de repollo, pero también es adecuado para guisos, o seco y salado para patatas fritas. **Ubicación natural:** Aunque originalmente nativo de las zonas costeras del Mediterráneo y Asia Menor, hoy en día, la col rizada es sobre todo una especialidad en Gran Bretaña, Escandinavia, Holanda y el norte de Alemania. **Cultivo exitoso:** Usted puede precultivar las plantas de enero a marzo en un invernadero frío, protegido del viento con una tela para las noches heladas o en macetas o en alféizar soleado. Coloque tres granos por hoyo de plantación, a una profundidad de aproximadamente un centímetro, en sustrato de fibra de coco o tierra vegetal orgánica. Después de la germinación, deje sólo la plántula más fuerte. A las cuatro a seis semanas desde la siembra puede trasplantar la plántula. La temperatura ideal de germinación es de 15 a 20 grados centígrados. Tan pronto como las plantas jóvenes han arraigado bien pueden trasplantarlas al exterior a partir de finales de mayo, cuando las heladas nocturnas ya no suelen ocurrir. Plántelas a una distancia de 40 a 50 centímetros entre las plantas y con una profundidad que la base de la raíz esté cubierta con tierra y fertilice la plantación con compost. **La mejor ubicación:** Como comedora fuerte, la planta prospera mejor en suelos profundos y ricos en nutrientes con buena capacidad de almacenamiento de agua, en un lugar soleado en el huerto. **Cuidado óptimo:** La planta necesita regularmente agua y nutrientes. Riegue generosamente, especialmente en días calurosos, pero evite el encharcamiento. La eliminación regular de las malas hierbas y el soltar de la tierra circundante serán recompensados por las plantas con una mayor cosecha y aroma. Después de la siembra y hasta dos o tres semanas antes de la cosecha, suministre regularmente fertilizante vegetal orgánico. **En el invierno:** La col rizada se puede cultivar durante dos años. La cosecha principal tiene lugar en el segundo año. La col rizada se puede cosechar regularmente a partir de la primavera del segundo año.



## BIO - Kapusta - Červený Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Červená je nová zelená – barevná alternativa ke špenátu

Listy Borecole Redbor jsou velké, hrubě zkadeřená a svou purpurově červenou barvu získávají s chladnými zimními teplotami po prvním mrazu. Před první sklizní byste měli několik dní počkat na první mrazíky. Teprve pak metabolické procesy rostliny přemění obsažený škrob na cukr a hořké látky zmizí. Listy by se měly sklízet zvenčí, aby se podpořil růst. Sklízíte pravidelně, protože křehké listy chutnají obzvláště dobře. Mladé listy lze konzumovat syrové v salátech. Listy můžete také krátce blanšírovat, aby zkrchly. Jsou pak pestrou alternativou špenátu. Redbor je také vynikající ve vydatných pokrmech ze zelí, ale hodí se i do kastrolů nebo sušený a solený na hranolky. **Přirozená poloha:** Ačkoli původně pochází z pobřežních oblastí Středozemního moře a Malé Asie, Kapusta je dnes specialitou především ve Velké Británii, Skandinávii, Holandsku a severním Německu.

**Úspěšné pěstování:** Rostliny můžete od ledna do března pěstovat v chladném rámu chráněném před větrem s flisovým krytem pro mrazivé noci nebo v květináčích na slunném parapetu. Do každé výsadbové jamky zasadte tři zrnka asi jeden centimetr hluboko do substrátu z kokosových vláken nebo organické zeleninové zeminy. Po vyklíčení ponechte pouze nejsilnější sazenici. Od výsevu k sazenici připravené k výsadbě to pak trvá čtyři až šest týdnů. Ideální teplota pro klíčení je 15 až 20 stupňů Celsia. Jakmile mladé rostlinky dobře prokoření půdu, mohou se od konce května, kdy již nemohou vyskytnout noční mrazíky, přesunout ven. Sázejte je na vzdálenost výsadby 40 až 50 centimetrů tak hluboko, aby kořenový základ byl asi jeden centimetr zasypaný zeminou a výsadbu podtrhněte kompostem. **Nejlepší umístění:** Jako těžké krmítko se rostlině nejlépe daří v hluboké, na živiny bohaté půdě s dobrou kapacitou akumulace vody na slunném místě v zeleninovém záhonu. **Optimální péče:** Rostlina potřebuje pravidelnou vodu a živiny. Zalévejte vydatně, zvláště v horkých dnech, ale vyhněte se přemokření. Pravidelně odstraňování plevele a kypření okolní půdy odměňuje rostlinu vyšším výnosem a vůní. Rostlinám pravidelně po výsadbě a až dva až tři týdny před sklizní dodávejte organické hnojivo. **V zimě:** Kapustu lze pěstovat dva roky. Hlavní sklizeň probíhá ve druhém roce. Od jara druhého roku lze kapustu pravidelně sklízet.



## ORGANİK - Kale - Kırmızı Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### Kırmızı, yeni yeşil - İspanağa renkli bir alternatif

Borecole Redbor'un yaprakları büyüktür, kabaca kıvrılır ve mor-kırmızı rengini ilk dondan sonra soğuk kış sıcaklıklarıyla geliştirir. İlk hasattan önce birkaç gün ilk donun geçmesini beklemelisiniz. Ancak o zaman bitkinin metabolik süreçleri içerdiği nişastayı şekere çevirecek ve acı maddeler yok olacaktır. Büyümeyi teşvik etmek için yapraklar dıştan içe doğru toplanmalıdır. Yaprakların tadı özellikle iyi olduğundan, düzenli olarak hasat edin. Genç yapraklar salatalarda çiğ olarak yenebilir. Yaprakları yumuşamaları için kısaca haşlayabilirsiniz. Daha sonra İspanağa çeşitli bir alternatifler. Redbor, doyurucu lahana yemeklerinde de lezzetlidir, ancak güveçler için veya kurutulmuş ve tuzlanmış cipsler için de uygundur. **Doğal konum:** Aslen Akdeniz ve Küçük Asya'nın kıyı bölgelerine özgü olmasına rağmen, Kale bugün esas olarak Büyük Britanya, İskandinavya, Hollanda ve Kuzey Almanya'da bir uzmanlık alanıdır. **Başarılı yetiştirme:** Bitkileri, soğuk geceler için polar örtü ile rüzgardan korunan soğuk bir çerçevede veya Ocak'tan Mart'a kadar güneşli bir pencere pervazındaki saksılarda yetiştirebilirsiniz. Her dikim deliği için hindistancevizli lifi substratına veya organik sebze toprağına yaklaşık bir santimetre derinliğinde üç tane ekin. Çimlenmeden sonra, yalnızca en güçlü fideyi bırakın. Ekimden fidelerin dikime hazır hale gelmesi dört ila altı hafta sürer. İdeal çimlenme sıcaklığı 15 ila 20 santigrat derecedir. Genç bitkiler toprakta iyice kök saldığı anda, daha fazla gece donlarının meydana gelmediği Mayıs ayının sonundan itibaren açık havaya çıkabilirler. Kök tabanı yaklaşık bir santimetre toprakla kaplı olacak şekilde 40 ila 50 santimetrelik bir dikim mesafesiyle dikin ve kompostla ekimin altını çizin. **En iyi konum:** Ağır bir besleyici olarak bitki, sebze tarlasında güneşli bir noktada iyi su depolama kapasitesine sahip derin, besin açısından zengin toprakta en iyi şekilde gelişir. **Optimum bakım:** Bitki düzenli su ve besin maddelerine ihtiyaç duyar. Özellikle sıcak günlerde bolca sulayın, ancak su birikmesinden kaçının. Düzenli olarak yabancı otların temizlenmesi ve çevredeki toprağın gevşetilmesi, bitkileri daha yüksek verim ve aroma ile ödüllendirir. Dikimden sonra ve hasattan yaklaşık iki ila üç hafta öncesine kadar bitkilere düzenli olarak organik sebze gübresi verin. **Kışın:** Kale iki yılda bir yetiştirilebilir. Ana hasat ikinci yılda yapılır. İkinci yılın ilkbaharından itibaren düzenli olarak lahana hasadı yapılabilir.



## BIO - Kelkáposzta - Vörös Krauser

Brassica oleracea var. sabellica

### A piros a spenót új zöld – színes alternatívája

A Borecole Redbor levelei nagyok, durván göndörödtek, és az első fagy utáni hűvös téli hőmérséklettel fejlesztik lilásvörös színüket. **Természetes elhelyezkedés:** Bár eredetileg a Földközi-tenger és Kis-Ázsia tengerparti területein őshonos, A kelkáposzta ma főleg Nagy-Britanniában, Skandináviában, Hollandiában és Észak-Németországban specializálódott. **Sikeres termesztés:** A növényeket szélvédett hideg keretben, gyapjúborítással nevelheted fagyos éjszakákra, vagy cserépben, napos ablakpárkányon januártól márciusig. Ültessen három szem körülbelül egy centiméter mélyre kókuszrostos szubsztrátumba vagy szerves növényi talajba minden ültetési lyukba. Csírázás után csak a legerősebb palántát hagyjuk. Ezután négy-hat hét telik el a vetéstől az ültetésre kész palántáig. Az ideális csírázási hőmérséklet 15-20 Celsius fok. Amint a fiatal növények jól átgökeresedtek a talajban, május végétől szabadba költözhetnek, amikor már nem fordulhat elő éjszakai fagy. Ültesse ki őket 40-50 centiméteres ültetési távolságra olyan mélyre, hogy a gyökérbázist körülbelül egy centiméterre takarja be a talaj, és aláhúzza az ültetést komposzttal. **A legjobb hely:** Nehéz etetőként a növény a mély, tápanyagban gazdag talajban fejlődik a legjobban, jó víztároló képességgel, napos helyen a veteményesben. **Optimális gondozás:** A növénynek rendszeres vízre és tápanyagra van szüksége. Bőségesen öntözze, különösen meleg napokon, de kerülje a vízfolyást. A rendszeres gyommentesítés és a környező talaj fellazítása magasabb terméshozamot és aromát eredményez. Rendszeresen adjunk a növényeket szerves növényi műtrágyával az ültetés után, és körülbelül két-három héttel a betakarítás előtt. **Télen:** A kelkáposzta kétévente termesztethető. A fő betakarítás a második évben történik. A második év tavaszától lehet rendszeresen betakarítani a kelkáposztát.

: : : : :



## オーガニック - ケール - レッドボル

Brassica oleracea var. sabellica

レッドは新しいグリーン - ホウレン草の代用品

レッドボルは強くカールした葉を持ち、寒い冬の間や最初の霜が降りた後に赤紫色の発色を鮮やかにします。

植物の代謝過程でデンプン化合物が砂糖に変化し苦い物質が消えるので、最初の霜を待ってから収穫します。さらに成長を促進するために、葉は外側から内側へ向かって収穫します。柔らかい葉は最も美味しいので、定期的に葉を摘みます。若い葉は生のままサラダで楽しむことができます。茹でて葉を柔らかくすると、カラフルで美味しいホウレン草の代用品になります。レッドボルはポリウムのあるキャベツ料理のように煮込みにしたり、塩をするとパリパリと歯ごたえを楽しむこともできます。

### 自然な場所:

ケールの原産は地中海沿岸地域と小アジアですが、現在では特にイギリス、スカンジナビア、オランダ、北ドイツで人気の食材となっています。

### 栽培成功:

1~3月に霜から保護するカバーなどを使用して防風された場所、又は室内の窓際で鉢植えで栽培できます。湿ったココファイバー又はハーブ用オーガニック用土の深さ約1cmに3個の種を植えます。発芽後は最も強い苗を残して間引きします。苗が適切に発達するまで、種を蒔いてから約4~6週間かかります。15~20°Cが栽培に理想的です。苗が十分に成長し、霜が降りなくなった5月下旬に屋外に移動できます。土壌に堆肥を加え苗を十分な深さに植え、その上に1cmほど用土を被せます。苗は40~50cm間隔で植えます。

**最高のロケーション:** ブロッコリーは多くの栄養を必要とし、日当たりの良い肥沃で水気を多く含んだ場所でよく育ちます。

**最適なケア:** 栽培中に1~2回野菜用のオーガニック肥料を与え、水も十分に与えます。

**冬に:** ケールは二年生植物として栽培し、収穫は二年目に行います。春に栽培を開始すると継続して収穫できます。

SKU: 18682 / BIO - Grünkohl - Roter Krauser