Zeitschrift: Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 62 (1989)

Heft: 11

Artikel: Die Familie Kohl

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-519512

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die Familie Kohl

(SGU/ik) Heraldiker können den Stammbaum unserer Familien über Generationen, bei einigen über Jahrhunderte nachvollziehen, dann verlieren sich die Vorfahren meist im Dunkel der Geschichte. Zur absoluten Stammeswurzel der Familie Kohl vorzudringen, war den «Gemüseheraldikern» – den Botanikern – nicht vergönnt; mehrere Wildformen im Mittelmeerraum und an den Westküsten Europas können als Urahn in Frage kommen. Sicher ist, dass der Kohl ursprünglich ein Blattgewächs war.

Der Kohl hat diversifiziert

Kaum ein Gemüse hat eine so breite Diversifikation erlebt wie die Kohlfamilie: Nahe an den (europäischen) Urkohl kommen der Federkohl mit lose wachsenden Blättern und die wenig bekannten Geschwister Stielmus und Cima di rapa (Stengelkohl). Nebst den Kopfformen und der Farbtrennung (Weisskohl, Rotkohl und Wirz) wurden schon vor Jahrhunderten weitere Kohlarten gezüchtet: Kohlrabi (Stengelverdickung) und die nahen Verwandten Bodenkohlrabi, Navet (Mairübe) und Herbstrübe, ferner Blumenkohl (weiss, grün und violett, die letzteren beiden eigentlich ein Kopfbroccoli) und der Broccoli (Sprossenbroccoli). Jüngeren Datums ist der Rosenkohl.

Zuwachs aus Südostasien

Im fernen Südostasien ist ein zweiter Zweig der Familie Kohl beheimatet. Davon wird mit steigendem Erfolg bei uns der Chinakohl angebaut und ein weiterer Verwandter – der Pak Choi beginnt vor allem in der Westschweiz und im bernischen und freiburgischen Seeland Wurzeln zu schlagen. Pak Choi gleicht etwas dem Krautstiel und eignet sich auch für vergleichbare Zubereitungsarten.

Ein wahres Verwirrspiel

Beim Wirz, Wirsi(n)g oder «Chööli» kennen wir den Frühlingswirz. Seine gekrausten grünen Blätter bilden nur einen lockeren Kopf. Der schwerköpfige Winter- oder Langwirz variiert von hellgelb bis grün. Die hellste Variante mit nur schwach gekrausten Blättern gleicht dem Weisskabis. Im Frühjahr fängt das Verwirrspiel von neuem an. Dann kommt mit dem Spitzkabis eine grüne «Weiss»kabisvariante auf den Markt. Der Sommerspitzkabis ist dann wieder weiss und sieht aus wie ein Kohl mit aufgesetzter Zipfelmütze. Weil er diese Mütze bei einer maschinellen Ernte verlieren würde, kommt diese Kohlart kaum mehr auf den Markt.

Rezepte austauschbar

Die Blätter der Kopfkohle sowie von Chinakohl und Pak Choi eignen sich zum Füllen. Der Vorteil der grossen Pfannen in der Truppenküche ist, dass die ganzen Kohlköpfe kurz ins heisse Wasser gegeben werden können. Mit einem Messerrücken wird kurz auf die Rippen der abgelösten Blätter geschlagen, was das Rollen der Kohlrouladen erleichtert. Als Füllung eignet sich wie üblich eine Hackfleischmischung, eine Brätfüllung, eine mit Speck umwickelte halbe Wurst, aber auch eine Reis-(Champignons-)Füllung. Ein Teil des Innenfleisches der Kohlköpfe kann in die Füllung gehackt werden, das übrige Gemüse wird zu einem Kohlsalat verarbeitet (vor allem die europäischen Kohlarten werden durch das vorangehende Überwellen im heissen Wasser bekömmlicher).

Menüplanung für Dezember

Kochgemüse:

Rot- und Weisskabis, auch Sauerkraut, Wirz, Chinakohl, Rosenkohl, Karotten, Lauch, Sellerie, Randen, Zwiebeln, Bodenkohlrabi.

Salatgemüse:

Endivien- und Nüsslisalat, Chicorée, Zuckerhut, alle Kohlarten (teilweise roh, teilweise gekocht verwendet), Randen (beim Handel gedämpft erhältlich).

Rezepthinweise

Der besondere Wert der Gemüse liegt vor allem im hohen Gehalt an Mineralsalzen und Vitaminen. Alle Gemüse sind wichtige Schutzstoffträger. Es empfehlen sich besonders:

Rezept 143 Kabis oder Kohl, gekocht
148 Lauchgemüse
150 Rosenkohl
151 Rotkraut