

# Chinesischer Salatstrunk als Trendgemüse



Tipp von Esther Kern



**Er hat viele Namen. Und er ist hip. Der Spargelsalat aka Celtuce aka Chinakeule. Eine Einführung.**

Wenn Lattichsalat aufstängelt, kann man seinen langgezogenen Strunk essen. Dafür gibt es auch historische Rezepte, beispielsweise für Lattichstörzli, wie im Berner Kochbuch aus dem Jahr 1899. Der Stängel vom Lattich kann recht dick werden. Er ist saftig und leicht bitter. Nun kommt ein Gemüse auf den Markt, das eigentlich ein etwas dickerer Salatstrunk ist. Es heisst Celtuce, in diesem amerikanischen Begriff schwingt das Wort Lettuce von Lattich mit. Gezüchtet wurde das Gemüse in China. Ein gängiger Name dafür ist deshalb auch Chinakeule.

Die Keule ist das, was man bei diesem Lattich isst. Und sie kann tatsächlich unterarmdick werden. Die Keule



wird entweder roh oder gekocht verzehrt. In China, wo das Gemüse unter dem Namen Wosun gehandelt wird, ist Celtuce eine gängige Zutat in Styr-fried-Gerichten. Immer heisst es: zuerst schälen, dann verarbeiten.

In den USA gilt Celtuce bereits als Nachfolger von Kale und als eines der Trendgemüse 2019. Hierzulande sieht man ihn noch nicht so oft. Doch der renommierte Zürcher Gemüsehändler Tiziano Marinello erklärt: «Ich sehe Potenzial und habe 2019 einen Bauern damit beauftragt, Celtuce anzubauen.» Vor allem, weil das Gemüse eng verwandt ist mit unserem Lattichsalat und doch so exotisch aussieht, gefällt es dem Gemüseprofi.

Kleiner Tipp: Die Blätter, die an der Keule wachsen, können laufend geerntet werden! Denn Celtuce ist ja eben eigentlich ein Lattich. Wichtig ist einfach, dass man den Strunk vor der Blüte schneidet.