

Brassica oleracea var gongylodes

Allmänt

Kålrabbi är en växt som trots att den utseendemässigt liknar rotfrukter och även kan användas som sådan ändock tillhör kålsläktet. Den har visserligen förekommit i odling under lång tid men är tyvärr okänd för många odlare.

Kålrabbi borde odlas av alla som gillar att äta råa grönsaker. Den är en delikatess rå, men även god som kokt. Då kan man skala ock koka kålrabbin och äta den som potatis. Den är mycket lättodlad och värdefull ur näringssynpunkt. Kålrabbi är nästan värd att odlas endast för sitt dekorativa utseende.



Näringsvärde

100 g kålrabbi ger:

Energi (exkl fibrer)	26	kcal (108 kJ)
Protein	1,7	g
Fett	0,1	g
Kolhydrater (exkl fibrer) tot	4,4	g
Kolhydrater mono-, disackarider	2,9	g
Kostfibrer	1,8	g
Betakaroten	24	mikrogram
Retinolekv	4	mikrogram
A-tokoferol	0,2	mg
Tiamin	0,05	mg
Riboflavin	0,02	mg
Niacin	0,4	mg
Niacinekv.	0,6	mg
Vitamin B6	0,15	mg
Folacin	20	mikrogram
Askorbinsyra	62	mg
Natrium Na	20	mg
Kalium K	350	mg

Kalcium Ca	24	mg
Fosfor P	46	mg
Magnesium Mg	19	mg
Järn Fe	0,4	mg
Zink Zn	0,3	mg
Selen Se	1	mikrogram



Olika sorter

Delikatess: Finns i blå och vit variant.

Domino LF: Tidig sort med plattrunda knölar.

Kolpak F1: Tidig grön sort med runda knölar och mycket mjällt kött.

Superschmelz LF: Sen, 10 ggr större än vanlig kålrabbi. Kan bli upp till 5 kg och 20-25 cm i diameter. Krispigt, sött och trådfritt kött.

1 g = 250-300 frön. Vid förkultivering 10 g = ca 1 500 plantor.
Direktsådd: 10 g / 100 kvm eller ca 4 g / 100 strm.

Jordmån

Kålrabbi är mycket anspråkslös och går därför att odla på all slags jord som håller ett pH-värde i närheten av 7.

Samodling/växtföljd

Kålrabbi går bra tillsammans med andra rotfrukter, men bör ej komma efter kål.

Sådd, plantering och drivning

Sås helst på lätt sandblandad jord direkt på växtplatsen. För en längre skörd sås i omgångar från april till 10 juli. Lägsta groningenstemperatur är 5°C.

Radavstånd 40-50 cm, plantavstånd 20-30 cm (minst 15 cm). Sådjup 1-2 cm.

Om jordloppor förekommer pudra med algomin. För att få bästa kvalitet bör kulturen hållas i snabb tillväxt. Man vinner en hel del på att täcka den med fiberduk, i synnerhet de tidigt sådda eller planterade.

Gödsling

Om jorden är gödslad enligt kursboken "För en frisk jord" (kapitlet en fyraårig växtföljd) efter rekommendationerna under gröda B, så erfordras ingen extra gödsling.

Bevattning

Kålrabbi behöver god tillgång till vatten. Därför bör den vattnas vid torrperioder. Marktäckning, som bevarar jordens fuktighet är viktig för denna odling.

Växtskydd

Kålrabbi angrips ytterst sällan av några skadedjur med undantag för sniglar. Dessa angriper dock inte knölen. Vid direktsådd kan jordloppor vara ett problem. Blir bladen prickiga eller ser lidande ut så pudra dem några gånger med träaska eller Algomin.

Skörd

Kålrabbi är snabbväxande och måste skördas innan den är fullt utväxt. Normalsorterna (med undantag för Superschmelz) skördas när knölarna är 8-10 cm i diameter. För de växa mera blir de hårda och trådiga. Detta är även anledningen till att de som skall vinterförvaras bör sås sent.



Lagring

Kålrabbi bör tas upp före frost och blastas av. Den lagras som andra rotfrukter. Den kålrabbi som sås strax efter midsommar blir lämpligt stor för vinterförvaring. Helst ska den inte lagras längre tid än till slutet av januari. Vid längre lagringstid blir den rätt hård och kvaliteten försämras avsevärt.