

Vitkål kallas på danska Hvidkål, på tyska Weisskohl eller Weisskraut, på franska Chou blanc och på engelska White cabbage. På latin heter den *Brassica oleracea var. capitata alba* och orden i namnet betyder: *Oleracea* = köksväxt, *Capitata* = med huvud och *Alba* = vit.

Liksom övriga kålsorter anses den härstamma från den västeuropeiska strandväxten *Brassica oleracea var silvestris*, som tillhör *Crusiferae*, de korsblommigas familj. Denna vilda kål påminner om åkersenap. Kålsorterna är mycket gamla som köksväxter och har odlats i minst 3000 år i medelhavsområdet och i Sverige åtminstone sedan 1300-talet.

Inom vitkålsodlingen används en stor mängd bekämpningsmedel och kvävegödsel. Det kan därför vara värt besväret att köpa denna kål - som är mycket billig - och odla den trots att den orsakar en del bekymmer vid odlingen genom att den är utsatt för mycket insektsangrepp. Kål är speciellt olämpligt att odla i närheten av starkt trafikerade vägar, då den lätt tar upp bly och andra farliga ämnen ur bilavgaser.

Vitkålen går utmärkt att odla längst upp i Norrland, där den blir av utmärkt kvalitet eftersom den trivs med det ljusa och svala klimatet.

Spetskålen räknas ibland till vitkålen men anses vanligen utgöra en speciell grupp med det latinska namnet *Brassica oleracea cv. Conica*. Den skiljer sig från vitkålen genom att huvudena är mer eller mindre spetsiga och att den har mycket kort utvecklingstid. Vid förkultivering kan den faktiskt i gynnsamma lägen börja skördas redan i slutet av maj. Smaken anses mildare och godare än vitkålens. Ur odlingssynpunkt kan man följa anvisningarna för tidig vitkål men det går sätta plantorna lite tätare pga. de mindre ytterbladen.

Vitkålen är kalorifattig men rik på vitaminer och mineraler. Den är en viktig grönsak, speciellt vintertid, då den är lätt att lagra.

100 g vitkål (ätlig vara) ger 23 kilokalorier (95 kJ), 92 g vatten, 1,4 g protein, 0,1 g fett, 0,1 g fleromättade fettsyror, 4 g kolhydrater (ej fibrer), 2 g kostfibrer, 78 g betakaroten, 13 g A-vitamin retinolekv., 0,05 mg tiamin, 0,04 mg riboflavin, 0,4 mg niacin, 0,6 mg niacinekv., 0,10 vitamin B6, 57 g folacin, 36 mg askorbinsyra, 14 mg natrium, 270 mg kalium, 45 mg kalcium, 30 mg fosfor, 13 mg magnesium, 0,4 mg järn, 0,2 mg zink och 3 g selen.

Eftersom vitkålen är en av de största grödorna inom fältmässig grönsaksodling, har man lagt ner mycket arbete inom växtförädlingen på detta område. Det finns därför en mängd sorter på marknaden och varje säsong brukar några nya tillkomma. Man bör alltså följa utvecklingen och ta del av de sortförsök som utförs bl.a. av Lantbruksuniversitetet.

Sorturvalet kan också påverkas av vad kålen skall användas till och hur länge man önskar lagra den. Vissa sorter ger en hög skörd av relativt lösa huvuden som inte klarar någon längre lagring, men som är smakliga i vitkålssallader. Andra sorter ger mycket fasta huvuden och har betydligt bättre lagringsegenskaper men ger ofta något lägre skördeutbyte och har ibland en tendens att spricka. Men de sena fasta sorterna torde ändå vara de mest användbara då de är frosthärdiga och kan lagras till vintern, då sallat och många andra grönsaker saknas. Utvecklingstiden är också varierande för de olika sorterna och man brukar tala om sommar-, höst- och vintersorter.

Av tidiga sorter kan följande nämnas: Ditmaster Ega, Erma, Benson, Hermes, Goldma och Köpenhamns torg (välkänd gammal sommarsort). Green Boy är en medeltidig sort som är odlings säker, och den drabbas sällan av svåra insektsangrepp. Den är lämplig framför allt för mjölksyrning. Bland vintersorter kan nämnas Amager, Arena, Apex, Garant, Marner Lagerweiss och Bartoloff.

För norrländska förhållanden bör höstsorter väljas för vinterbruk på grund av den korta odlings säsongen.

På ett gram går det 250-350 kålfrön och grobarheten brukar vara 80-85 %. Groningstid är 5-10 dagar beroende på sort. Normal grobarhet varar i 3-5 år. Utsädesmängd vid direktsådd är 60-80 g/1000 kvm eller 3-5 g/100 sträckmeter. Utsädesmängd vid förkultivering: 5 gram ger ca 1000 plantor.

Växtperiodens längd är för sommarkål 55-65 dagar, höstkål 80-90 dagar, tidig vinterkål 100-110 dagar och hållbar vinterkål 120-150 dagar.

Den tidiga kålen utvecklas bäst på en relativt lätt näringsrik jord, medan höst- och vintersorterna föredrar en näringsrik mullhaltig lerjord eller till och med en relativt styv lera, om den är väl dränerad. Vitkålen behöver även ett ganska högt pH-värde på ca 7-7,5 för att undvika klumprotsjukan. Ett öppet läge är också fördelaktigt, då man på skyddade platser får större problem med insektsangrepp. Jorden får ej lida brist på bor. Använd Algomin.

På grund av sitt ursprung som strandväxt trivs kålen bäst med en sval, fuktig, ljus växtplats och brukar därför utvecklas bäst under svala, fuktiga somrar.

Vitkål kan samodlas med ett flertal växter, t.ex. sådana som har stark lukt, som dill, kamomill, salvia, gullris, lök, ringblomma, selleri och tomater. Dessa kan med sin lukt förvill eller avskräcka skadeinsekterna. Andra växter som går bra att samodla med kål är betor, bönor, ärter, gurka, mangold, rabarber, rädisa, rättika, rödbeta och spenat.

Då kålen kan utplanteras ganska sent och med relativt stora plantavstånd, kan man med fördel utnyttja de fria jordytorna under vår och sommar till andra kulturer med kort utvecklingstid eller till gröngödslingsväxter. Vissa växter trivs inte så bra med kål, t.ex. jordgubbar, potatis, purjolök och vitlök. I växtföljden bör vitkålen komma på det skifte som är nygödslat, då den på grund av sin stora bladmassa har stort behov av näring. Den bör inte odlas på samma plats för ofta, då vissa sjukdomar, t.ex. klumprotsjukan, kan finnas kvar i jorden under flera års tid.

Vid alla större odlingar i Sverige tillämpas numera utplantering. Sådden sker lämpligast i kallbänk eller kallhus, eventuellt med undervärme för de tidigaste sorterna och i landets norra delar. Sådd i bänk sker vanligen omkring 1-20 april för utplantering från mitten av maj fram till midsommar. Vid för tidig utplantering kan den gå i fröstock om det blir kyligt väder. Endast välutvecklade plantor med minst 3-5 blad tas med vid utplanteringen.

Plantorna förhindras att ränna genom kraftig luftning under soliga dagar. Eventuellt kan plantorna omskolas i små krukor eller också sås direkt i krukor. Någon dag före utplanteringen avhärddas plantorna genom att fönstren helt tas bort eller stark luftning hela dygnet för växthus. Idealet är mulet och lugnt väder vid utplanteringen och plantorna bör också vara väl saftsprängda. De bör vattnas i samband med planteringen, för att rötterna ska få ordentlig kontakt med jorden. Täck sedan över med torr jord eller organiskt material.

Spetskål och de allra tidigaste vitkålsorterna kan man i sydligaste Sverige börja så redan i januari i varmhus och efter omskolning i bänk utplanteras de på friland omkring 1 maj och skördas omkring midsommar. Om man låter kålen utvecklas helt i kallhus eller kallbänk, kan man skörda ett par veckor tidigare än om den planteras ut. Man kan även så i september och övervintra plantorna för en ännu tidigare skörd.

Piantavstånd 40-60 cm, radavstånd 60-70 cm.

På grund av vitkålens stora bladproduktion har den ganska stora krav på näring, speciellt på kväve och kalium. En kraftig giva med stallgödsel eller annan kväve- och kaliumrik organisk gödsel på hösten före plantering är därför lämpligt.

Då det även är fördelaktigt med ett högt pH-värde på ca 7-7,5 för att undvika klumprotsjuka, är det vanligen nödvändigt med en ganska kraftig kalkning på ca 20-40 kg kalk/100 kvm som tillförs på hösten. Kalka dock inte samtidigt som stallgödseln tillföres.

Vitkålen trivs vid sval och fuktig väderlek och trots att den har ett mycket kraftigt rotsystem får man tillgripa bevattning under torrperioder. Speciellt viktigt är det för de tidiga sorterna, men även övriga måste bevattnas åtminstone vid eftersommartorka som annars kan medföra för tidig huvudbildning. Att hålla en tillräcklig fuktighet är också av största betydelse för att undvika insektsangrepp, då dessa blir betydligt svårare om plantorna tillåts sloka.

En konsekvent marktäckning ger här en mycket god hjälp och minskar vattenbehovet i hög grad.

Vitkålen är smaklig för ett flertal insektsarter och utsätts därför inom den konventionella odlingen för en omfattande besprutning med kemiska bekämpningsmedel. Inom biologisk odling får man pröva olika metoder. Viktigast är att uppfylla kålens krav på god näringstillgång och fuktighet, så att den hela tiden är i god tillväxt. Då angrips den inte så lätt och tål även eventuella angrepp bättre.

Genom att strö ett lager torr vedaska runt de unga kålplantorna, kan man förebygga angrepp av kålflugans larver, och i viss mån av jordlopporna som angriper de späda plantorna. Behandlingen får upprepas efter starkare regn och blåst. Askan förbättrar också kålens motståndskraft då den höjer pH-värdet och tillför kalium, vilket gör att kålen trivs bättre. Man kan även pröva att sätta 10-20 centimeter stora "manschetter" av tjärpapp runt kålplantorna för att hindra kålflugan att lägga sina ägg vid rothalsen.

Kålfjäril, kålmal och kålfly kan man i viss mån undgå genom samodling med starkt luktande växter, se under *Samodling*. Pröva även att vattna över kålen med nässelvatten, åkerfräkenextrakt eller liknande som stärker motståndskraften. Även bepudring med stenmjöl eller algomin kan ha positiv effekt. Har man tillgång till höns eller kalkoner kan dessa släppas ut i kålen och kalasa på larverna. I mindre odlingar kan man även plocka bort äggsamlingar och larver för hand. Klumprotsjukan är en allvarlig svampsjukdom, som angriper rötterna på de flesta kålväxtslag. Rötterna får svulster som snart börjar ruttna och då frigörs svampsporer i stora mängder. Dessa kan bevara sin livskraft i jord under flera år. Svåra angrepp kan medföra total missväxt. God dränering och ett högt pH-värde minskar risken för angrepp liksom en växtföljd där kål inte återkommer oftare än med 6 års intervall. Kålbladlusens angrepp kan eventuellt undvikas genom att hänga upp remsor av aluminiumfolie, då bladlöss lär undvika blänkande föremål.

Spetskål och tidig vitkål skördas alltefter den blir färdig. Kål som är avsedd för vinterbruk skördas så sent som möjligt på hösten. Någon enstaka frostgrad har ingen negativ inverkan om man bara låter kålen töa upp innan den skördas. Starkare frost försämrar lagringsdugligheten.

Kålhuvudena ska hanteras varsamt, då även måttliga stötar kan medföra lagringskador. Kålen tas antingen upp med roten eller avhugges 5-10 cm under huvudet och får behålla ett par lösa blad som skydd under transport och lagring. Strax före försäljnings- eller konsumtionstillfället putsas alla lösa eller skadade blad bort och stockarna kapas invid huvudet. En skörd på 400-600 kg/100 kvadratmeter får anses som god.

Kålen bör vara torr vid inlagringen. Bästa lagringstemperatur är omkring 0°C och en relativ luftfuktighet på 90-95 procent är den mest lämpliga. En sådan jämn temperatur och luftfuktighet kan väl endast erhållas i moderna lagringslokaler, men ett bra resultat kan även erhållas på enklare sätt. Har man en jordkällare, kan man lagra kålen staplad i högar på golvet eller upphängd i taket. Även stuka eller drivbänk som täcks med halm eller dylikt kan användas. Man kan även ta upp kålen med rötterna och gräva ner huvudena tätt tillsammans med rötterna uppåt och täcka med jord och därefter med ris och grenar för ventilationen, och sist löv, halm eller dylikt som skydd mot frosten. Platsen bör vara väl dränerad och ha lätt jord. Även nedgrävda, väl dränerade och ventilerade betongrör är användbara.

Relativt bra går det även att förvara kålen i ouppvärmda uthus, om man skyddar den med halm eller dylikt mot starkare frost. Man kan också stänka på litet vatten ibland för att höja luftfuktigheten. Ett annat sätt att lagra vitkålen är att göra surkål, som går att förvara under lång tid.