

Põldkännak väärrib kohta salatipeenral

Et valik salatipeenral oleks mitmekesisem, proovige seal tänavu kasvatada midagi uut, näiteks mahedamaitse- list põldkännakut.

Kui märkate aiaäris seemneid valides imeliku nimega taime põldkännak (*Valerianella locusta*) ega oska temast midagi arvata, siis teadke, et tegu on erakordselt väärtusliku lehtkõogiviljaga: peterselli järel on ta raudsisalduselt kõogiviljade hulgas teisel kohal, palju on ka vitamiine (E, B, C) ja karnotiini. Eeterlikud õlid annavad lehtedele maheda pähklimaitse.

Seda, kuidas põldkännak maitseb, on lihtne teada saada, sest mikropottides taimi ja kilesse pakitud lehti võib leida müügil suurema valikuga toidupoodidest. Seal võib ta kanda aga hoopis nime põldsalat või lambasalat. Rahvasuus tuntakse põldkännakut ekslikult rapuntsli nime all.

Lääne- ja Lõuna-Euroopas on see salatikultuur väga populaarne. Teda kasvatatakse ka kalmikalal ning isu-

äratavaid rohelisi lehti sisaldavaid karpe kirjaga *lamb's salad*, *lamb's lettuce*, *corn salad* (ingl k), *veld sla* (hollandi k), *mâche* (pr k) jne on supermarketites saada aasta ringi.

Põldkännak on pärit Sardiiniast ja Sitsiiliast, kust ta levis mujale Euroopasse, samuti Väike-Aasiasse ja Põhja-Aafrikasse. Lambasalati nimi olevat tulnud sellest, et taime esimeste lehtede ilmumine langeb kevadel ühte lammaste poegimisperioodiga.

Põldkännak on üheaastane rohttaim, mis moodustab väikese tiheda leheroseti. Ta on vähenõudlik nii mulle, valguse kui soojuse suhtes. Kuna taimed kasvavad rahuldavalt ka jahe- da ilmaga (4–8°), sobib põldkännak hästi just kevadel ja sügisel tervisliku rohelise saamiseks.

Varakevadel on kaval istikud ette kasvatada, sel juhul külvake seeme märtsi teisel poolel või aprilli algul. Idanemiseks on vaja 15–20° soojust, tõusmed ilmuvad 8–12 päeva pärast. Lehti saab hakata noppima 50–60 päeva pärast tärkamist.

Aprilli lõpul, mai algul tehtud külv hakkab saaki andma juunis-juulis. Mahlaka salati saamiseks kastke taimi korralikult, kuivus muudab lehed puiseks. Suvel kuumaga kasvab põldkännak nirult. Lehed on väärtuslikud kuni õisikuvarre moodustumiseni,

putke võib põldsalat minna aga juba mõne sooja päevaga. Putkunud taime lehed on mörkjad.

Kui soovite saada lambasalatit ka sügisel, tehke uus külv juuni lõpul, juuli algul. Alates septembrist on siis jälle peenralt värsket rohelist võtta.

Kui tahate põldsalatit saada aga kevadel eriti varakult, juba aprillis, siis külvake see talve alla augusti lõpus või septembris. Külmade tulekul katke peenar puulehtede ja kuuseokstega.

Põldkännaku lehtedest saab maitseva salati, kui lisate neile sidrunimahla ja suhkrut või vinegrettkastet. Mahedamaitseline taim sobib hästi kokku mörkjä rukola ja salatkressiga. Põldsala- lati head kaaslased on ka pirn, tsitrusviljad, avokaado, kartul, kitsejuust, kana ja sinep.

Oliiviõlis kiirelt läbi kuumutatud lehtedest saab hõrgutava kastme pastale. Isuäratav tundub ka prantslaste retsept, kus põldkännaku lehed segatakse kokku punapeedi, kreeka pähk- lite või praetud peekonikuubikutega.

KAJA KURG

* Põhjaliku ülevaate põldkännakust ja tema kasvatamisest leiate Leopold Meensalu raamatust "Peenralt potti" (Maalehe Raamat, 2008), mida on kasutatud ka käeoleva loo allikana.

REPRO



Põldkännak on väärtuslik lehtkõogivili kevadel ja sügisel kasvatamiseks.