

# Kapsasrohu põnev pere

Juba mitu aastat on aiandushuvilised kasvatanud koduaias põnevaid Aasia lehtköögivilju. Nii seemet kui ka istikuid on olnud müügil aiaärides.

**K**õik allpool kirjeldatud viis kapsalist on üheaastased taimed. Neid on kerge kasvatada, sest seemne võib külvata otse kasvukohale, see idaneb ruttu ja taimedki kasvavad kiiresti. Tarbima saab hakata idamaised lehthõrgutisi ruttu, umbes 40–50 päeva pärast. Nad vajavad kobedat viljakat mulda ja palju niiskust.

Kuna kapsateisendid kasvavad kiiresti ja neid tuleb tarbida noorelt, on otstarbekas teha paari nädala tagant korduskülve, külvates iga kord kümnekond seemet.



**1. Hiina lehtnaeris ehk paksoi** (*Brassica rapa* ssp. *chinensis*, sün. *B. rapa* Pak Choi-rühm) on eriti hinnatud oma paksude mahlakate leheroodude tõttu. Lehti saab tarbida värskelt, keedetult ja hautatult, leheroodusid võib kasutada nagu sparglit. Paksoi hübriidsordid taluvad öökülma ja nii saab saaki korjata talveni.

**2. Hiina kodariknaeril ehk tatsoil** (*B. rapa* ssp. *chinensis* var. *rosularis*) on paksud lihavad lehed, mida on



eriti tore noppida üksikult värskesse salatisse, vokiroomadesse, pista grillivardasse. Kodariknaeris sobib hästi ka suppidesse.



**3. Jaapani lehtnaeril ehk misuunal** (*B. rapa* ssp. *nipposinica*) on tumerohelised ja tugevalt lõhestunud servaga kaunid lehed. Õisi-



või vokitud õisikuvarred olevat aga lausa hõrgutis.

Kõik neli eespool kirjeldatud on põld-kapsasrohu (*Brassica rapa*) teisendid.



**5. Sarepta kapsasrohi** (*Brassica juncea*), mida kutsutakse ka sarepta sinepiks ja lehtsinepiks, on maheda sinepise maitsega salatitaim. Ta sisaldab palju C-vitamiini ja väärtuslikke sinepiõlisisid. Külmakindla liigina võib teda külvata juba varakevadadel, salatimaterjali saab talve tulekuni. Kõige väärtuslikumad on noored lehed, seetõttu tehke korduskülve paarinädalase vahega. Kasutage lehti rohelistes salatites, ka kartuli- ja tomatisalatis, lisa-ge supile ja kastmele.

TT

**TARGU TALITA**  
ilmub koos Maalehega.  
Lehekülgede numeratsioon  
algab 4. jaanuarist 2008

Toompuiestee 16, 10137 Tallinn Toimetus  
targutalita@maaleht.ee  
reklamaam 661 3333, 661 3334  
faks 661 3343

Kadrin Linna 661 3376  
Vivika Veski 661 3375  
Kaja Kurg  
Kujundus Heiki Maiberg

Väljaandja AS Maaleht  
Trükk AS Kroonpress  
Esikaane foto Heiki Maiberg