

# Cardy, eine französische Spezialität



**Cardy**, auch Kardonen genannt, sind eine Distelpflanzen, die sehr eng mit der Artischocke verwandt sind. Cardy ist ein Gemüse, das auf unseren Märkten leider kaum zu finden ist. Für immer mehr Gartenliebhaber wird die schöne Pflanze zum Geheimtipp - als prachtvolle Staude und delikates Wintergemüse. Die Kardone unterscheidet sich von der Artischocke durch die wesentlich kleineren und zahlreicheren Blütenknospen; diese haben keinen fleischigen Blütenboden. Genutzt werden die fleischigen und gebleichten Blattstiele. Die Kardone enthält wie die Artischocke den verdauungsfördernden und die Galle

anregenden Bitterstoff Cynarin.

## Anbau

Die Cardy braucht, um sich gut entwickeln zu können, vier Dinge: Wärme, ausreichend Platz (1 m<sup>2</sup> Standraum pro Pflanze!), eine gute Nährstoffversorgung und Wasser. Sie gedeiht am besten in tiefgründigen, mittelschweren Böden. Wer ihr diese Standortbedingungen nicht bieten kann, muss jedenfalls ausreichend Kompost einarbeiten und viel gießen.

Die Pflanze bildet zunächst eine Rosette von ausladenden, lang gestielten, schmalen, tief eingeschnittenen, flaumig behaarten, grauen bis grünen Blättern. Aus der Rosette treibt ein kräftiger Schaft, der bis zu 2 m erreichen kann und einen schönen, großen, violettblauen, distelähnlichen Blütenstand (oder auch mehrere) entwickelt.

Die Pflanze ist deutlich weniger frostempfindlich als die Artischocke. Sie überstehen den Winter auch meist im Freien gut. Da die Pflanzen zu den Starkzehrern gehören, brauchen sie viel Wasser und sind auch für regelmäßige Gaben von Brennnesseljauche dankbar.

## Ernte

Geerntet werden die unteren 30-40 cm der Blattstiele - bei sehr großen Exemplaren bis zu 80 cm. Sie lassen sich nicht gut lagern und sollten rasch verbraucht werden. Bitterstoffreiche Sorten schmecken zarter, wenn sie gebleicht werden. Der Bleichvorgang ist zeitaufwändig, belohnt aber mit einem delikaten Wintergemüse. Ab September werden die Stauden an mehreren Stellen lose zusammengebunden und mit Jutesäcken, Stroh, Mulchfolie oder Wellpappe umhüllt, die oberen Blattspitzen herausragen lassen, so dass die wie kleine Palmen aussehen. In Abhängigkeit von der Temperatur können nach 2-4 Wochen gebleichte Triebe geerntet werden. Ab Mitte Oktober gelingt das Bleichen im Freien nicht mehr. Dann die zusammengebundenen Pflanzen mit dem Erdballen aus dem Boden nehmen und von November bis Januar in Kellern oder dunklen Räumen bleichen.

## Zubereitung

Cardy hat einen leicht bitteren, nussigen Geschmack. Ob im Rohr überbacken, oder in der Pfanne angebraten: Zuerst werden die Kardonen geputzt. Ähnlich wie beim Rhabarber werden die zähen, groben Fasern großzügig abgezogen. Die Stiele in 5-8 cm lange Stücke schneiden und in Essig- oder Zitronenwasser bissfest gekocht.

## Cardy-Paprika-Gemüse

Die gekochten oder gedünsteten Cardystücke gemeinsam mit Paprika in Olivenöl anbraten, gehackte Petersilie unterheben. In einer zweiten Pfanne Schinken anbraten. Das Gemüse auf Teller verteilen, Schinken darüber und etwas guten Aceto Balsamico.