

# Okra

## **Essbarer Eibisch, Gombofrucht** ***Abelmoschus esculentus***

**Familie:** Malvengewächse ( Malvaceae)

**Herkunft:** tropisches Afrika und Asien, seit 18. Jahrhundert in Bosnien beheimatet.

**Merkmale:** einjähriges Fruchtgemüse; ab Juli sind in den Blattachsen kurzgestielte, große gelbe Blüten mit dunkelroter Mitte, aus denen die bis zu 20cm langen (10), dunkelgrünen und mit Flaum bedeckten Früchte entstehen.

**Standort:** sonniger, windgeschützter Platz mit sandigem Boden.

**Kultur:** eine Pflanze hat einen Platzbedarf von ca. 30x60 cm

**Pflege:** Die Okra ist sehr kälteempfindlich. In kalten Nächten müssen sie gut mit Vlies oder Folie geschützt werden.

**Ernte:** Ab Ende Juli, ca. 2 Wochen nach dem Abblühen, erntet man die noch unreife, nicht ausgewachsene Kapsel Früchte bei einer Größe von 5-10cm.

Sie werden gekocht oder gedünstet.

**Interkultureller Garten „Rosenduft“**

