

Perilla frutescens – Purpurrotes Shiso / Perilla



Die Perilla frutescens ist ein Gewürzkraut, das in Japan traditionell angebaut wird und kulinarisch vielerlei Verwendung findet. Sie überrascht nicht nur mit ihrem exotischen Duft und Aroma. Sie ist mit ihren gewellten, zwischen grün und tiefrot changierenden Blättern eine wunderbare Akzentpflanze im Kräutergarten. Die schöne Kräuterpflanze, die im Herbst ihre rosafarbenen Blütenkerzen zeigt, kann bis zu 1m hoch werden. Die Kultivierung ist unproblematisch. Sogar ein Versetzen steckt die Perilla mühelos weg. Warum also nicht diese Eigenheit nützen um lockere Hecken anzulegen, die empfindlichere Gemüse im Sommer beschatten? Shiso gehört zu den Kurztagspflanzen, dies heisst sie blüht spät und kommt erst im Spätherbst zur Samenreife. Lässt man sie gewähren, samt sie sich selbst aus. Einzig im Jungstadium ist sie auch bei Schnecken beliebt und deshalb ist die Anzucht der Pflanze im geschützten Anbau vorzuziehen.

Familie: Lamiaceae - Lippenblütler

Wuchs: krautig

Höhe: 0.8-1m

Blüte: rosafarbene Blütenkerzen, wenn die Tage merklich kürzer werden (im September)

Standort: sonnig, halbschattig, keine besonderen Bedürfnisse an das Terroir

Langlebigkeit: einjährig

Verwendung: In der asiatischen Küche (Blätter, Blütenknospen und Samen), in vielfältiger Weise. Traditionell auch zum Einfärben von Lebensmitteln. Bedeutung hat Shiso auch als Heilkraut.

Aussaat:

- für den Garten: ab Mitte April wird geschützt ausgesät und nach den Eisheiligen ins Freiland ausgepflanzt. Shiso ist eine Lichtkeimerin, d.h. der Samen wird so abgelegt, dass er Bodenschluss hat, aber er wird nicht mit Erde abgedeckt. Während der Keimzeit sollte die Erde optimalerweise gleichmässig feucht sein.
- Kultivierung auf der Fensterbank als Microgreens ist ebenso möglich.