

Veckans växt v. 2 2007

## Kål *Brassica oleracea* L

**Blomkål, långkål, rödkål, huvudkål, vitkål, grönkål, bladkål. Vad är vad egentligen? Många är namnen som innehåller kål och i exemplen ovan fanns väl bara en "slamkrypare". Så här i vintertid ägnar vi oss kanske mer än vanligt åt kål eftersom växten är en så viktig ingrediens på julbordet.**



Kålen är måhända den växt som har givit upphov till störst antal olika odlade varianter. En titt i kulturväxtdatabasen [SKUD](#) avslöjar att botanisterna åtminstone räknar med 17 olika kåltyper, eller "grupper" som den taxonomiska indelningen är. Broccoli ska således heta *Brassica oleracea* Italica-Gruppen, vitkål *B. oleracea* Alba-gruppen, och så vidare. Det är bara att vänja sig.

Den vilda kålen växer bland annat i Medelhavsområdet och är förstås ursprunget till den odlade kålen, men sannolikt har flera andra *Brassica* -arter också delat med sig av sina gener. Domesticeringen av kål skedde för flera tusen år sedan, och redan i romerska skrifter runt 600 f. Kr. finns huvudkål och kålrabbi omnämnda. Kålen är en tvåårig växt, och det vi äter är alltså olika delar som bildas under det första året.

Och äta mer kål, det borde vi göra! Växten är mycket rik på vitaminer, antioxidanter, mineraler och fibrer. Den besläktade vilda strandkålen, som bland annat växer längs med Bohuskusten, kan man faktiskt också äta.

Text och foto: Jens Weibull, Programmet för odlad mångfald