



Wohin mit dem
GEMÜSE,
wenn der Frost kommt?

GEMÜSE EINLAGERN

Spätestens wenn Frost droht, ist es an der Zeit, das meiste Gemüse zu ernten und einzulagern. Auf dem Beet verbleiben nur noch frostunempfindliche Sorten wie Feldsalat, Federkohl, Schwarzwurzeln, Rosenkohl etc. Zur Lagerung unterscheidet man verschiedene Gruppen, die unterschiedliche Bedürfnisse haben. Eines ist aber bei allen gleich: Es darf nur gesundes und unbeschädigtes Gemüse eingelagert werden.

WURZEL- UND KNOLLENGEMÜSE

Randen, Sellerie, Karotten, Meerrettich oder Pastinaken sind am besten bei feuchten und kühlen Bedingungen haltbar. Da der ideale Naturkeller mit Temperaturen von 2–8°C und einer hohen Luftfeuchtigkeit nur noch selten zu finden ist, werden sie in feuchten Sand eingeschlagen.

Dazu nimmt man eine Holzkiste oder Kunststoffwanne und leicht angefeuchteten Sand. Dem sorgfältig geernteten Gemüse wird das Laub knapp oberhalb des Wurzelansatzes abgeschnitten. Die Erde wird nur von Hand abgestreift, den Rest lässt man antrocknen. Bürsten oder waschen ist tabu, denn damit wird die Lagerfähigkeit verringert. Die so vorbereiteten Wurzeln werden nun lageweise in den feuchten Sand gelegt.

Nur Randen und Sellerie werden in den Sand gestellt, so dass der geputzte Blattansatz noch herausguckt. Das vermeidet Fäulnis.

Idealerweise steht die Kiste an einem geschützten Ort mit konstanten Temperaturen knapp unter 10°C. Der Sand wird regelmässig auf seine Feuchtigkeit kontrolliert und bei Bedarf leicht gegossen.

KARTOFFELN

Für die Lagerung von **Kartoffeln** gilt: kühl, trocken und dunkel.

Idealerweise lagern Kartoffeln bei 5–8°C. Unter 4°C wandeln sie Stärke in Zucker um, was ihren Geschmack beeinträchtigt, über 10°C beginnen sie gerne zu Keimen. Das Auskeimen verhindert man zusätzlich durch die Dunkelheit. Diese hilft auch, dass die Kartoffeln nicht grün und somit ungeniessbar werden. Trockenheit als dritte Bedingung verhindert Fäulnis.

Stimmen diese drei Voraussetzungen, sind Kartoffeln ziemlich unkompliziert. In einem luftdurchlässigen Behältnis wie einer Holzkiste oder einem Jutesack halten die unbeschädigten, gesunden, trockenen Knollen relativ lange.



TIPP:

Gemüse darf nicht im selben Raum wie Obst gelagert werden, weil reifes Obst das Gas Ethylen verströmt. Dieses fördert den Reifeprozess und beschleunigt das Welken von Gemüse.



KOHLGEMÜSE

Rot- und Weisskohl kann mitsamt dem Wurzelstrunk aus der Erde gezogen werden. Der Strunk wird grob gereinigt. Die Umblätter verbleiben auch am Kohlkopf, sofern sie nicht krank sind. Dann kann der Kohlkopf kopfüberhängend am Strunk in einem kühlen, dunklen Raum aufgehängt werden. Wer ihn lieber liegend lagert legt ihn in eine Holzkiste oder auf ein Holzregal mit breiten Ritzen und deckt ihn mit einem Jutesack oder sonstigen Tuch zu. Die so gelagerten Kohlköpfe sollten immer mal wieder auf Schimmelbildung und Fäulnis kontrolliert werden.

ZWIEBELN UND KNOBLAUCH

Knoblauch und Zwiebeln werden nach der Ernte einige Wochen getrocknet. Dazu hängt man sie an einem gut durchlüfteten trockenen Platz z. B. unter einem Vordach oder in einem Schopf in Bündeln auf, oder legt sie an einem ebensolchen Platz auf einer trockenen Unterlage aus. Wenn der Stielansatz nach ca. 3 Wochen ganz getrocknet ist und das Laub raschelt, kann es zurückgeschnitten und wenn gewünscht die Wurzeln entfernt werden. Zwiebeln und Knoblauch können dann an einem trockenen, kühlen und dunklen Ort in einem luftdurchlässigen Behältnis wie einem Netz oder einem Harass gelagert oder zu Zöpfen geflochten aufgehängt werden. Achtung: Zwiebeln und Knoblauch lagern nicht gerne in der Nähe von Kartoffeln!

SALATE

Eine einfache Methode für **Salatgemüse wie Chinakohl, Zuckerhut oder Endivien** ist das Einrollen gesunder Pflanzen in Papier. So vorbereitet werden sie aufrecht dicht an dicht in Kisten gestellt. Vor dem Austrocknen und Faulen geschützt, halten sie sich so bei kühlen Temperaturen im Keller, der Garage oder der Laube monatelang.

TIPPS:

- Wer keine geeigneten Lagerräume hat, findet in Styroporboxen eine Alternative. Auf dem Estrich, in der Garage oder auf dem Balkon und vor Sonne, Regen und Frost geschützt, halten sie Gemüse und Obst lange frisch. Wichtig ist, dass ein paar Belüftungslöcher angebracht werden.
- Erdmieten sind eine weitere Alternative, um Gemüse im Winter frisch zu halten. Das Prinzip der Erdmiete stammt noch aus früheren Zeiten, als es noch keine Kühlschränke gab: Man hebt eine Erdgrube aus und legt das Herbst- und Wintergemüse hinein.

gemeinsam.kompetent.engagiert.
Wir, die Frauen vom Land.
landfrauen.ch



DEBORA HEUSSER