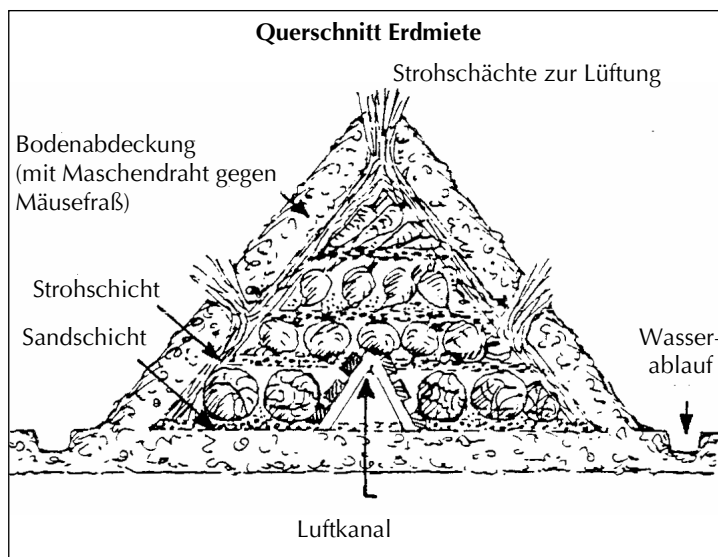


Lagerung von Gemüse

Besonders im Winter ist eine vitaminreiche Ernährung wichtig und unsere heimischen Wintergemüse haben hier einiges zu bieten. Natürlich gibt es heute alles zu jeder Zeit im Supermarkt – aber Gemüse aus dem Garten muss nicht um den halben Globus transportiert werden, um auf unserem Teller zu landen. Und außerdem weiß man, was drin ist.

Häufig kann man allerdings den reichlichen Ernteertrag aus dem Garten nicht vollständig selbst und sofort verwerten und daher stellt sich immer wieder die Frage, was tun mit dem reichen Erntesegen. Neben Einmachen, Einkochen, Einfrieren, Einlegen und Trocknen kann man viele Gemüse nach der Ernte auch lagern. Geeignet dafür sind der Kühlschrank, der Keller, altbewährte Erdmieten und das Gewächshaus. Außerdem können einige Gemüse auch den Winter über auf dem Gartenbeet verbleiben.



Maßnahmen vor der Ernte

Wer sich mit Wintergemüse versorgen will, muss bereits im Sommer aktiv werden, denn eine erfolgreiche Lagerung beginnt mit der Sortenwahl. Frühsorten sind weniger haltbar als Spätsorten. Eine sachgerechte Düngung – v. a. bei Stickstoff - Hygiene und vorbeugender Pflanzenschutz sind wichtige Maßnahmen für gesunde Pflanzen auf dem Beet und später im Lager. Die Ernte muss bei den meisten Lagergemüsen vor den ersten stärkeren Nachtfrostern erfolgen.

Maßnahmen vor der Lagerung

Der beste Erntezeitpunkt ist am Abend nach einem sonnigen Tag, da die Gemüse dann die höchsten Aroma- und Vitamingehalte aufweisen, der Nitratgehalt dagegen am niedrigsten ist. Das Lagergut sollte trocken und abgekühlt in das Gemüselager kommen. Es darf vor dem Einlagern nicht gewaschen werden. Feuchtigkeit, Druckstellen oder Verletzungen sind unbedingt zu vermeiden. Sie bilden die Voraussetzung für die Ausbreitung von Lagerkrankheiten. Erkrankte oder befallene Pflanzen müssen daher unbedingt aussortiert werden, denn sonst lohnt sich der ganze Aufwand nicht.

Vor dem Einlagern dreht man bei Gelben Rüben, Rettichen, Sellerie, Pastinaken das Laub ab, da die Blätter sonst die Nährstoffe aus den Rüben ziehen und das Erntegut schneller welkt. Bei Roten Rüben, Schwarzwurzeln und Chicorée belässt man die Blätter etwa daumenbreit. Kohllarten werden mit Strunk und Umblättern eingelagert.

Geeignete Lagerräume

Gemüse atmet während der Lagerung, verliert Feuchtigkeit, kann krank werden und wertvolle Inhaltsstoffe gehen verloren. Optimal geeignet sind daher Räume mit tiefen Temperaturen und hoher Luftfeuchtigkeit, denn dann werden die Abbauprozesse verzögert, das Erntegut hält länger frisch und die Ausbreitung von Mikroorganismen wird verhindert. Gemüse und Obst sollten dabei nie zusammen gelagert werden, da durch die Abgabe von Ethylen, einem Reifegas, die Stoffwechselprozesse beschleunigt werden und das Gemüse schneller verdirbt.

Lagerung in Erdmieten

Erdmieten bieten sich an, wenn man größere Mengen zu lagern hat, z. B. von Kopfkohl, Kohlrabi und insbesondere Wurzel- und Knollengemüse wie Winterrettich, Gelbe und Rote Rüben, Kohlrüben und Kartoffeln. Richtig angelegte Erdmieten haben eine gleichmäßige, niedrige Temperatur, eine hohe Luftfeuchtigkeit und schützen vor Wind, Trockenheit und Nässe. Optimalerweise halten sich die hier gelagerten Gemüse bis zum Frühjahr.

Die Erdmieten können ebenerdig oder 30 cm tief eingelassen sein. Sie sollten an einer windgeschützten, trockenen Stelle des Gartens angelegt werden. Zum Schutz vor Fäulnis sollte der Boden 5 cm hoch mit Sand abgedeckt sein. Gegen Mäusefraß muss vorbeugend am Boden und an den Seiten ein feiner Maschendraht ausgelegt werden. Vor Kälte schützt ein ca. 15 cm dicker Mantel aus Stroh, Laub oder Erde. Für eine gute Belüftung, v. a. in größeren Erdmieten, werden in der Mitte Drainagerohre gelegt. Um die Gemüse leichter entnehmen zu können, verschließt man die Erdmiete an einer Seite mit einem Brett oder Strohbällen. Das Herausholen sollte nur an frostfreien Tagen erfolgen. Die Temperatur in der Mitte darf nicht über 8 °C steigen, da die Pflanzen sonst vorzeitig austreiben, andererseits aber nicht unter 2 °C sinken, sonst gibt es Erfrierungen. Kartoffeln, die Frost abbekommen haben, schmecken süßlich.

Einlagerung in Keller oder Garage

Optimal für eine kurzzeitige oder auch längere Lagerung bis zum Frühjahr sind der Keller oder auch die Garage, allerdings nur dann, wenn sie dunkel, kühl, aber frostfrei und luftfeucht sind. Ideal ist eine Temperatur von 3–5 °C und eine relative Luftfeuchtigkeit von 70–80 %. Wer so einen Keller hat, kann dort sehr gut Wurzelgemüse wie Gelbe Rüben, Rote Rüben, Sellerie, Winterrettich sowie Kohllarten, Lauch, Zuckerhutsalat, Radicchio und Endivien lagern, am besten in Kisten mit feuchtem Sand, übersichtlich gestapelt in Regalen. Auch Weiß- und Blaukraut lässt sich so, mit Strunk und Umblättern, überwintern. Alles Faule und Kranke muss entfernt werden, aber sonst sollte nicht so viel dezimiert werden, denn die Hüllblätter wirken als natürlicher Schutz gegen Eintrocknen und Krankheiten.

Kartoffeln kann man einfach lose übereinander schütten. Wichtig ist aber, dass sie unbedingt dunkel gelagert werden. Kohl und Salate, wie Chinakohl oder Endivien, können außerdem – um Feuchtigkeitsverluste zu vermeiden – mit den Umblättern einzeln in Papier gewickelt und senkrecht, ohne sich gegenseitig zu drücken, in Kisten aufbewahrt werden. Sie stehen dann monatelang zum Verzehr zur Verfügung.

Gelbe und Rote Rüben, Sellerie und Kohlköpfe können kurzfristig auch in sauberen Folienbeuteln, die mit Luftlöchern versehen sind, aufbewahrt werden. Die Gemüse müssen dabei absolut trocken eingefüllt werden, um Kondenswasserbildung zu vermeiden und damit Fäulnis vorzubeugen. Wichtig ist daher, dass die Vorratsräume immer gut zu lüften sind. Bei zu warmen und daher trockenen Kellern empfiehlt es sich, das Gemüse, insbesondere Gelbe Rüben, Sellerie oder Rote Rüben immer wieder zu befeuchten.

Auch Kürbisse lassen sich, neben einem kühlen Treppenhaus oder in einem frostfreien Schuppen, auch in einem mäßig kalten Keller gut lagern. Voraussetzung ist, dass sie gut ausgereift sind und sich beim Lagern nicht berühren.

Das Lager muss regelmäßig kontrolliert und Fauliges sofort entfernt werden.

Ein normaler Heizungskeller ist nicht geeignet, da er zu warm und zu trocken ist.

Überwinterung auf dem Dachboden

Für Zwiebeln und Knoblauch kommen auch der Dachboden oder andere ungeheizte Räume in Frage. Bei sehr starker Kälte muss das Lagergut abgedeckt werden.

Erdkammer

Eine weitere Methode für die Lagerung von kleineren Mengen sind Erdkammern. Sie müssen so tief ausgehoben werden, dass die verwendeten Gefäße vollständig in der Erde verschwinden. Die Grube wird ebenfalls mit Drahtgeflecht ausgekleidet und mit Stroh oder Laub gepolstert. Die Seitenwände können mit Brettern oder Korkplatten ausgekleidet werden. Geeignet dafür sind auch alte Fässer oder Betonringe. Die oberste Lage bildet eine 10 cm dicke Schicht aus Stroh, die mit einem wasserundurchlässigen Deckel, z. B. ein mit einer Folie bespanntes Brett, verschlossen wird.

Eine praktische und preiswerte Erdkammer ergeben alte Waschmaschinentrommeln. Sie sind gut durchlüftet, rostfrei, mäuseicher und besitzen einen fest schließenden Deckel. Das trockene, ungewaschene Lagergut kommt in die Trommel – ohne Sand, Torf oder Erde. Das Erntegut kann jederzeit entnommen werden – im Gegensatz zur Erdmiete auch an frostigen Tagen, denn die Erdwärme schützt das Eingelagerte, die Feuchtigkeit im Boden hält das Gemüse stramm und frisch, oft bis weit in den Frühsommer.

Erdkeller

Es gibt heute einige Firmen, die Erdkeller als Bausätze anbieten, für eine Lagerung von Gemüse wie in den guten alten Zeiten. Erdkeller ähneln Erdkammern, haben aber aus Ziegel- oder Natursteinen gemauerte Wände und offene Böden. Ein solcher Keller bietet das ganze Jahr über konstante Temperaturen von 5–10 °C bei 90 % Luftfeuchtigkeit und damit ideale Lagerbedingungen. Diese Vorratskeller können im Garten, auch anschließend an einen Wohnhauskeller oder direkt im Keller eingebaut werden. Die Preise dafür beginnen bei € 2.000.

Lagerung im Frühbeet

Kleinere Mengen lassen sich auch in einem umfunktionierten Frühbeet lagern. Der Aufbau und die Vorbereitungen entsprechen dabei denen der Lagerung in Erdmieten. Auf den Boden muss ebenfalls gegen Mäuse ein engmaschiges Drahtgeflecht gelegt werden. Darauf kommen dann Spätgemüse wie Lauch, Grünkohl, Rosenkohl, Chinakohl. Am Schluss schlägt man das Ganze mit Sand oder Erde ein und deckt es mit dem Fenster ab. An frostfreien Tagen können die Fenster zum Lüften aufgestellt werden.

Überwinterung auf dem Gartenbeet und im Gewächshaus

Viele Gemüse können lange am Beet verbleiben. Die Kälteverträglichkeit ist dabei sehr unterschiedlich. Brokkoli, Sellerie, Kohlrabi, Kraut, Rettiche, Rote Rüben oder Zuckerhut vertragen leichte Fröste bis zu –7 °C, wenn sie durch Folie oder Vlies geschützt sind.

Einige Gemüsearten wie Wirsing, Spinat, Feldsalat, Winterzwiebeln, Löffelkraut, Winterportulak, Winterlauch, Topinambur, Schwarzwurzeln, Wurzelpetersilie, Meerrettich, Pastinaken und Mangold können den ganzen Winter auch direkt auf dem Beet bleiben und sorgen so für ständig verfügbaren Nachschub, denn sie vertragen Kälte gut. Manche Gemüse wie Grünkohl, Pastinake, Rosenkohl und Steckrübe, benötigen sogar Frost, um ihren vollen Geschmack zu entfalten. Allerdings müssen die Pflanzen bei sehr starken Frösten abgedeckt werden, denn sonst erfrieren auch sie. Geeignet sind Stroh, Reisig oder Vlies. Bis zu –20 °C halten Rosenkohl und Grünkohl aus.

In einem ungeheizten Gewächshaus lassen sich ebenfalls viele Gemüse überwintern. Dazu gehören Winterportulak, Löffelkraut, Feldsalat, Mangold, Spinat, Rukola und Asia-Salate.

