

OBST UND GEMÜSE

SAISONAL.REGIONAL.ESSEN[TIELL].

lk Landwirtschaftskammer
Steiermark

ONLINE.
REGIONALITÄTS.
WOCHE.



Obst und Gemüse optimal lagern

Durch die richtige Lagerung schenken wir Obst und Gemüse ein langes Leben. So vielfältig das Angebot der Früchte, so umfangreich sind auch ihre Anforderungen an die Aufbewahrung. Kälteempfindliche Sorten sollten vor dem Kühlschrank bewahrt werden, andere fühlen sich dort sehr wohl. Manches Obst und Gemüse kann sich bei gemeinsamer Lagerung gegenseitig negativ beeinflussen. Ein kühler Keller oder eine Speis eignen sich für Lagerobst und -gemüse.

Lagerung bei Raumtemperatur



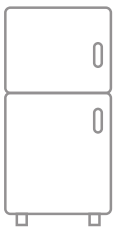
Fruchtgemüse (Paradeiser, Gurken, Paprika, Zucchini, Melanzani), Basilikum (in Wasser gestellt), Ingwer

Äpfel (weniger als 7 Tage), Wassermelonen

Zum Nachreifen:

Birnen, Nektarinen, Pfirsiche, Marillen, Zwetschken

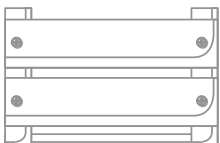
Lagerung im Gemüsefach des Kühlschranks



Blattgemüse, Salat, Erbsen, Fenchel, Gartenkräuter, Fisolen, Karfiol, Brokkoli, Frühlingszwiebeln, Kohl, Kraut, Lauch, Karotten, Pilze, Radieschen, Rettich, Rote Rüben, Sellerie, Spargel, Rhabarber

Äpfel (länger als 7 Tage), Beeren, Feigen, Kirschen, Trauben

Lagerung im Keller (dunkel, 85-90 % Luftfeuchtigkeit, 4-5 °C, gut durchlüftet)



Erdäpfel, Knoblauch, Kraut, Kohl, Lagerzwiebeln, Kürbisse mit harter Schale, Wurzelgemüse (in Sand eingelegt)

Äpfel, Birnen, Nüsse (im Ganzen)

Ethylenempfindliche Früchte (z.B. Brokkoli, Karfiol, Gurken und Paradeiser) sollten nicht mit Früchten gelagert werden, die viel des Reifegases Ethylen abgeben (v.a. Paradeiser, Äpfel, Marillen, Birnen, Pfirsiche und Zwetschken). Am besten sortenrein aufbewahren.

