



Pressemitteilung:

Rotkohl: Das Festtagsgemüse

Durch sein harmonisches Zusammenspiel mit Adventsgewürzen, Orangen, Backpflaumen, Nüssen und Maronen ist Rotkohl besonders zur Weihnachtszeit eine wahre Tafelfreude. Der typisch deutsche Kohlkopf bietet einen stimmungsvollen Kontrast auf dem Teller und steckt außerdem voller wertvoller Inhaltstoffe.

Blaukraut bleibt Blaukraut ...

Warum wird der Rotkohl in manchen Regionen auch Blaukraut genannt? Ganz einfach: der Rotkohl zeigt mit seiner Farbe den pH-Wert des Bodens an, in sauren Böden ist die Farbe eher rot und in alkalischen Böden nimmt der Kohl eine eher bläuliche Farbe an.

Rotkohl von deutschen Feldern

Die farbenfrohen Köpfe mit einem Gewicht zwischen 0,5 und 2 kg werden rund ums Jahr angeboten. Ab Juni wird der Frührotkohl geerntet - ideal für Rohkostsalate -, gefolgt von den Sommer- und Herbstsorten. Ab September bis November ernten die Gemüsebauern Dauerkohl, der eingelagert und bis Juli angeboten wird. Über die Hälfte der deutschen Produktion wird verarbeitet, vorwiegend zu Sauerkonserven, aber auch zu Tiefkühlprodukten.

Das größte zusammenhängende Kohlanbaugebiet Europas liegt in Dithmarschen, hinter den Deichen der Nordseeküste. Es bringt den höchsten Ertrag und die schwersten Köpfe hervor. Das gemäßigste, feuchte Seeklima und der schwere, gehaltvolle Marschboden bieten ideale Voraussetzungen für den Kohl mit seinem hohen Nährstoff- und Wasserbedarf.

Rot-violette Nährstoffbombe

Die kräftige Farbe verdankt der feinschmeckende Kohl sogenannten Anthocyanen – sekundären Pflanzenstoffen, die auch roten Beeren und Rotwein positive Eigenschaften verleihen. Außerdem ist Rotkohl besonders reich an Vitamin C. Aber auch Eiweiß, Kohlenhydrate und die Mineralstoffe Calcium, Kalium und Eisen sind wesentliche Inhaltstoffe.



Tipps rund um den Rotkohl:

Einkauf: Der Kopf sollte sich fest anfühlen und die äußeren Blätter nicht welk sein.

Lagerung:

- Frühe Sorten lassen sich etwa einen Monat, Wintersorten bis zu einem halben Jahr im Keller lagern, wenn die Temperatur knapp über 0 °C liegt und die Luftfeuchtigkeit hoch ist.
- Im Gemüsefach des Kühlschranks ist er bis zu drei Wochen haltbar. Angeschnittene Stellen sollten allerdings mit Folie abgedeckt sein.
- Wenn Rotkohl zusammen mit Früchten gelagert wird, die noch nachreifen, z.B. Äpfel, verdirbt er als ethylenempfindliches Gemüse früher.

Vorbereitung:

- Die äußeren und eventuell schadhafte Blätter entfernen. Dann vierteln und waschen. Den harten Strunk als Keil entfernen. Anschließend die Viertel in Streifen schneiden – sehr fein für Salate, ein wenig dicker für gekochte Gerichte. Wer es sich einfach machen will, nimmt die Brotschneide- oder Küchenmaschine.
- Besonders gut schmeckt er, wenn man ihn über Nacht mit Äpfeln, Zitronensaft, Rotweinsessig, Salz und Zucker mariniert ziehen lässt und am nächsten Tag mit der Flüssigkeit gart.

Kochen: Rotkohl behält seine schöne Farbe, wenn man beim Kochen einen Schuss Saures wie Essig, Zitronensaft oder einen gewürfelten, säuerlichen Apfel zugibt.

Verwendung:

Er lässt sich ebenso gut kochen wie schmoren, leicht dünsten oder aber roh als knackiger Salat zubereiten. Zusammen mit Äpfeln, Zwiebeln, Maronen oder Backpflaumen ist Rotkohl eine perfekte Beilage. Meist kennt man den Roten Kappes als Gemüse zu Gänse-, Enten- oder Wildgerichten, aber auch zu Bratwürsten oder Braten.



Zahlen rund um den deutschen Rotkohl:

Anbaufläche in 2009 im Freiland	2.3111 ha	
Flächenertrag 2009 im Freiland	618 dt/ha	
Erntemengen in 2009 im Freiland	143.000 t	
Saisonale Verteilung der Absatzmengen in Prozent	Januar	4 %
	Februar	4 %
	März	2 %
	April	0 %
	Mai	1 %
	Juni	6 %
	Juli	5 %
	August	5 %
	September	19 %
	Oktober	9 %
	November	12 %
	Dezember	34 %
Marktverbrauch Weißkohl und Rotkohl in 2007/08	4,7 kg pro Kopf	
Käuferreichweite für 2009 für frischen Rotkohl (Anteil der Haushalte, die mindestens einmal pro Jahr das Produkt gekauft haben)	11,7	

Quelle: AMI-Marktbilanz Gemüse 2010, Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH, Bonn

Bildvorschläge:



Bildnachweis: berwis / pixelio.de



Bildnachweis: Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse



Bildnachweis beide: wrw / pixelio.de