

Grüner Bote

Lagerung von Obst und Gemüse

Für uns ist bei empfindlichen Obstsorten wie z.B. Pfirsichen, Erdbeeren oder Aprikosen auch bei größter Sorgfalt und reichlich Erfahrung manchmal nicht vorherzusehen, wie schnell die Reife voranschreiten wird. Bei Problemen bitten wir um möglichst sofortige Mitteilung, damit wir dann umgehend auf andere Lieferant*innen ausweichen können.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Reklamationen nur bis 1 Tag nach der Lieferung möglich sind.

Vor allem für Obst ist es wichtig, dass Sie es immer gleich nach der Auslieferung sortengerecht versorgen.

- *Obst je nach Reifezustand aufteilen und täglich auf Fortschreiten der Reife kontrollieren.*
- *Reifes Obst nur in der Menge im Warmen lagern, die bald verzehrt wird, den Rest im Kühlschrank. Bitte beachten Sie, dass Obst schneller reift, wenn es zusammen mit Äpfeln, Tomaten oder Bananen gelagert wird.*
- *Falls nötig, das Obst zum Nachreifen bei Zimmertemperatur hinlegen und weiter beobachten.*

Äpfel sollten immer getrennt von anderen Obstsorten gelagert werden, da Äpfel das natürliche Gas Ethylen ausscheiden. Äpfel sind lange haltbar, wenn sie in einer verschlossenen Tüte lagern. Das gleiche gilt auch für Tomaten.

Beerenfrüchte sind sehr empfindlich und sollten möglichst innerhalb 1 - 2 Tagen nach Erhalt verzehrt werden. Hierbei spielt auch die Witterung bei der Ernte der Früchte eine Rolle.

Druckstellen sind Gewebeschäden, an denen der Vitamin Gehalt oft niedriger ist als an den „gesunden“ Gewebeteilen. Man kann sie problemlos ausschneiden und die restliche Frucht ganz normal weiterverarbeiten.

Grünzeug: Bundmöhren, Kohlrabi, Radieschen, Fenchel, Sellerie etc. halten länger, wenn man die Blätter vor dem Einräumen entfernt. Gemüse ist meist im Kühlschrank am besten aufgehoben. Allerdings sollten Sie bedenken, dass die Luft im Kühlschrank sehr trocken ist. *Sorgen Sie deshalb für Verdunstungsschutz durch Lagerung in der Gemüseschublade oder mittels Plastiktüte.*

Junges Gemüse ist zum Saisonbeginn nicht so lange haltbar wie im Herbst. So sollte man z. Zt. Brokkoli und Spinat umgehend verbrauchen und auch jungen Kohl oder Zwiebeln nicht über eine Woche lagern. Gurken und Zucchini nicht ins 2 °C-Fach legen, besser bei 10 - 12 °C

lagern. *Die meisten Keller sind im Sommer zu warm für die Gemüselagerung.*

Kräuter im Bund: immer das Gummiband oder die Schnur entfernen und die mit Wasser benetzten Kräuter lose in einer Dose oder einem Plastikbeutel im Kühlschrank aufbewahren. Eine Ausnahme ist Basilikum. Den bitte immer ins Wasser stellen und bald verbrauchen.

Obst und Gemüse in getrennten Behältern aufbewahren.

Steinobst wie Kirschen, Pfirsiche, Aprikosen und Nektarinen am besten immer im unteren Fach des Kühlschranks aufbewahren; optimal ist eine Temperatur von 2 - 4 °C. So gelagert hält es sich ca. drei bis vier Tage. Damit sich ihr Aroma voll entfalten kann, nehmen Sie die Früchte ca. ein bis zwei Stunden vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank. Waschen sollten Sie das Obst erst kurz bevor es gegessen wird. Durch das Waschen vor der Lagerung entsteht zu viel Feuchtigkeit und die Früchte verderben schneller.

Ungewaschen hält sich Gemüse und Obst länger.