

Presseinformation

Obst und Gemüse aus Deutschland Frucht oder Gemüse? Fruchtgemüse!

Hamburg, den 25.07.2011 – Wer sich zwischen Obst und Gemüse nicht entscheiden kann, wählt... Fruchtgemüse! Doch was ist das eigentlich genau? „Nicht Fisch, nicht Fleisch“, wird sich so mancher denken und liegt dabei nicht ganz falsch. Für diese essbaren Pflanzenteile gibt es verschiedene Definitionen. Wird ein Botaniker gefragt, wird er auf den entsprechenden Pflanzenteil verweisen: Unter Obst versteht er die aus bestäubten Blüten entstandenen Früchte. Als Gemüse bezeichnet er alle Pflanzen, bei denen andere Teile wie Wurzeln oder Blätter zum Verzehr geeignet sind. Die Lebensmitteldefinition hingegen besagt, dass Gemüse von einjährigen Pflanzen stammt und Gemüse von mehrjährigen. Doch damit nicht genug im Definitionen-Dschungel! Weitere Unterscheidungen, zum Beispiel umgangssprachlicher Natur gehen danach, ob die Frucht süß schmeckt oder nicht beziehungsweise ob sie zum Rohverzehr geeignet ist oder nicht. Das Wort „Mus“ bedeutet sprachgeschichtlich übrigens „gekochter Brei“, wovon sich das Wort „Gemüse“ ableitet. Ein Hinweis darauf, dass alles Pflanzliche, was für den Verzehr gegart werden muss, zum Gemüse zählt. Doch auch das greift zu kurz, schmecken doch etliche Gemüsearten als Rohkost ebenso gut. Für bestimmte Arten sind keine dieser Definitionen wirklich eindeutig. Mal fallen sie in die eine, mal in die andere Kategorie. Aus diesem Grund wird für sie die Bezeichnung Fruchtgemüse gewählt.

Welche Arten gehören zum Fruchtgemüse?

Zum Fruchtgemüse zählen unter anderem Gurken, Tomaten, Zucchini und Paprika. Die Vielfalt ist groß, denn jede dieser Arten verfügt über unterschiedliche Sorten, wie Salat- und Gewürzgurken. In Deutschland werden übrigens über 170.000 Tonnen Gurken angebaut; von Tomaten sind es knapp 24.000 Tonnen. Hier wird zwischen den kleinen und süßen

Cherry- bzw. Cocktailtomaten, Rispentomaten und den großen Fleisch- und Romatomaten unterschieden. Wussten Sie, dass Tomaten in Deutschland mit einem Verzehr von über zehn Kilo pro Haushalt das beliebteste Gemüse sind? Entscheiden sich Konsumenten für Fruchtgemüse aus regionalem Anbau, erhalten sie das Maximum an Aromen und Vitaminen. Es vergehen nur 24 Stunden zwischen der Ernte bis zur Ankunft in den örtlichen Supermärkten.

Hygiene wird beim Anbau großgeschrieben

Heutzutage wachsen viele Gemüsesorten wie Gurken oder Tomaten nicht mehr „draußen“ auf dem Feld, sondern werden in erdlose Substratwürfel aus Steinwolle und Kokosfaser in Kulturrinnen gepflanzt. Diese hängen etwa einen halben Meter über dem Boden und werden je nach Sonneneinstrahlung und Bedarf per Tröpfchenbewässerung versorgt. Dabei handelt es sich übrigens um einen geschlossenen Wasserkreislauf, der permanent gereinigt und durch Hitze desinfiziert wird. Nur durch eine ganz genaue Kontrolle der Parameter Temperatur, Luft und Flüssigkeit ist es überhaupt erst möglich, rund um das Jahr Fruchtgemüse in Deutschland zu kultivieren. Die in Deutschland verbreitete Kulturmethode garantiert kräftige und gesunde Pflanzen; Tomaten werden beispielsweise bis zu zwölf Meter hoch. Der verwendete Dünger ist ausschließlich mineralisch, stammt also niemals von Tieren ab. Einsatz und Menge werden der jeweiligen Wachstumsphase präzise angepasst. Dabei gilt immer das Motto: „So viel wie nötig, so wenig wie möglich.“ Organischer Dünger hätte zudem den Nachteil, dass die Pflanzen weniger kräftig und das Fruchtgemüse weniger lang haltbar wären, da sich die Zusammensetzung logischerweise nicht konstant ist und sich ständig ändert. Zudem passt es nicht zu den für den Gemüseanbau in Deutschland vorgeschriebenen Hygiene- und Gesundheitsstandards und ist daher aus gutem Grund verboten.

Vielseitige Verwendung

Gurken, Tomaten, Zucchini und Paprika sind sowohl roh als auch gegart ein Genuss. Gerade im Sommer sind sie in Form einer kalten Suppe eine

willkommene Erfrischung. Eine kalte Gurkensuppe mit Dill und saurer Sahne ist zudem schnell gemacht. Aber auch heiß als Suppe, Schmorgemüse oder mit Hackfleisch gefüllt zeigt das Fruchtgemüse aus heimischem Anbau seine wahre Vielseitigkeit. Eine Tomaten-Gurken-Salsa passt nicht nur gut zu Toastbrot und Couscous, sondern auch zu Erbsen-Küchlein (s. Rezept). Weitere leckere Rezepte mit Fruchtgemüse finden sich unter www.deutsches-obst-und-gemuese.de. Nicht zuletzt ist Gemüse wichtiger Bestandteil der täglichen Ernährung – gemeinsam mit Obst sollten es fünf Portionen pro Tag beziehungsweise 400 Gramm sein, empfehlen die 5 am Tag e.V. und die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.