



Bonn, 24. November 2010

**Pressemitteilung:**

**Rosenkohl: Das Nesthäkchen der Kohlfamilie**

**Das feine Wintergemüse wird erst seit gut 200 Jahren angebaut. Damals gelang es Gemüsebauern in der Gegend um Brüssel, die walnussgroßen Kohlköpfchen zu züchten. Ihre Saison in deutschen Landen beginnt bereits im August. Da Rosenkohl Temperaturen bis zu minus 12 Grad verträgt, kann er mancherorts bis in den April hinein geerntet werden.**

**Kleiner Kohl in Röschenform**

Noch im Jahr 1587 wurde der Kohl mit den vielen kleinen Köpfen als seltene und unbrauchbare Art beschrieben. Erst intensive Züchtungsarbeit in Belgien um 1785, später auch in Paris und England verwandelten den wilden Kohl nach und nach in eine schmackhafte Gemüseart. Die Pflanze bildet einen beblätterten, etwa einen Meter hohen Stamm mit kleinen, walnussgroßen Röschen in den Blattachsen. Die kleinen, grünen Kohlköpfe bestehen aus dicht übereinander liegenden Blättchen und schmecken herzhafter, aromatischer und feiner als die großen Kopfkohlarten.

**Anspruchsvolle Köpfchen**

Die hochstämmige Kohlart verlangt eine relativ aufwendige Pflege, einen nährstoffreichen Boden und gute Wasserversorgung. Die Ernte ist recht aufwändig, die Röschen werden zumeist noch per Hand gepflückt. Dazu werden die Strünke abgeschlagen und in einem temperierten Raum abgepflückt. Im Großanbau werden Pflückmaschinen eingesetzt. Da Rosenkohl keine lange Lagerung verträgt, muss er stets frisch vermarktet werden.

Kaltes Wetter macht dem „Kleinen“ offenbar nichts aus, im Gegenteil, nach dem ersten leichten Frost wird er noch aromatischer und zarter und der natürliche Zuckergehalt steigt an.



### **Winterlicher Vitamin- und Mineralstoffspender**

Rosenkohl enthält einen hohen Anteil an Kalium, welches wichtig ist für den Wasserhaushalt, Eisen, das spielt eine wichtige Funktion bei dem Sauerstofftransport im Körper, Vitamin C, das die Immunabwehr stärkt und Vitamin K, das für die Blutgerinnung verantwortlich ist sowie Folsäure. Die Röschen erweisen sich damit als echter Fitmacher.

### **Tipps rund um den Knollensellerie:**

**Einkauf:** Es sollte nur Rosenkohl im Einkaufskorb landen, der frisch, schön grün und knackig aussieht und fest geschlossene Köpfchen aufweist.

### **Lagerung:**

- Rosenkohl kann durch das pflanzliche Reifegas Äthylen geschädigt werden, deshalb nicht zusammen mit Äpfeln aufbewahren.
- Im Gemüsefach des Kühlschranks ist Rosenkohl wenige Tage haltbar.
- Wer sich mit Rosenkohl bevorraten möchte, kann ihn blanchieren und einfrieren.

### **Vorbereitung:**

- Äußere, welke Blätter entfernen Strunk kürzen und waschen.
- Für Rosenkohl im Ganzen den Stielansatz unten kreuzweise einschneiden. So wird er gleichmäßig gar.
- Um die Vitamine zu schonen, das Gemüse in nur wenig Wasser kochen. Nach der Garzeit von 10 bis 15 Minuten sollte das Wasser weitgehend aufgesogen sein.
- Würzen Sie mit Gemüsebrühe, das macht die Köpfchen noch schmackhafter.

### **Verwendung:**

Nicht nur als Beilage – mit Pfifferlingen und Steinpilzen, mit Speck und Zwiebeln, in Butter geschwenkt -, sondern auch als leckere Zutat in Aufläufen und Quiches, in Eintöpfen und Suppen oder als warmer Salat kommen die kleinen Röschen ganz groß heraus.



**Zahlen rund um deutschen Rosenkohl:**

<b>Anbaufläche im Freiland in 2009</b>	<b>835 ha</b>
<b>Flächenertrag im Freiland in 2009</b>	<b>207 dt/ha</b>
<b>Erntemenge im Freiland in 2009</b>	<b>17.000 t</b>
<b>Marktverbrauch 2007/2008</b>	<b>41.000 t</b> <b>0,5 kg pro Kopf</b>
<b>Käuferreichweite</b> (Anteil der Haushalte, die mindestens einmal pro Jahr Rosenkohl gekauft haben)	<b>35,6 %</b>

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

**Bildvorschlag:**



**Quelle:** Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse

**Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten**