

Weitere Inhalte zu [Quitte] bei BR.de

Ihr Standort: BR.de | Fernsehen | Bayerisches Fernsehen | UNKRAUT | Themen nach Rubriken | Energie & Umwelt | Wohnträume |

Wintergemüse

Wohnträume

2

Gesunder Wintervorrat

Regionales Gemüse

Im November gibt es in vielen Gärten noch allerhand zu tun. Ernte ist angesagt, denn das Wintergemüse muss raus aus dem Boden, bevor der Frost kommt. Bei guter Lagerung halten sich heimische Gemüsesorten oft den ganzen Winter über.

Von: Kirsten Zesewitz

Stand: 18.11.2013



**Gesunder Wintervorrat:
Regionales Gemüse**

Sellerie, Steckrüben, Kohl, Möhren und Kartoffeln - seit eh und je werden sie im Herbst als Vorrat für die kalte Jahreszeit geerntet. Auch die klassischen Wintersalate, wie Zuckerhut und Radicchio wollen geboren werden - obwohl man den Zuckerhut sogar über den Winter im Beet lassen kann - unter einem Vlies und einer wärmenden Schneeschicht hält er sich auch so.

Vorratshaltung wie zu Großmutters Zeiten

Heutige Keller sind oft zu trocken und warm, um hier das Wintergemüse zu lagern. Eine Erdmiete ist preiswert und schnell gebaut: Eine Grube 30-40 Zentimeter tief in den Boden graben, ganz unten ein Gitter gegen Mäuse einlegen, darüber etwas Laub als Bett für das Gemüse: Kartoffeln, Möhren, Sellerie, Kohl und Rüben. Das Ganze mit Stroh, Laub und Erde abdecken und eventuell mit einem Brett abdecken. Es empfiehlt sich, die Erdmiete nicht ständig zu öffnen: Es lohnt sich, einen Vorrat für etwa eine Woche zu bergen. So gibt es über den ganzen Winter hinweg frisches Gemüse!

Rosenkohl trotz dem Frost



Kann den Winter über im Boden bleiben: Rosenkohl

Gemüsesorten wie der Rosenkohl, Grünkohl, Pastinaken oder auch der Toskanische Palmkohl können sogar den Winter über im Boden bleiben: Wann immer es taut, kann der Gärtner sich einen Vorrat ausgraben. Was für ein Gefühl, sich mitten im Winter sein eigenes frisches Gemüse aus dem Garten zu holen!

Rezept: Quittenbrot



Eine gesunde Süßigkeit aus dem Garten: Dafür braucht man nichts weiter als Quitten und Einmachzucker. Hier das Rezept als pdf zum Herunterladen:

Weitere Informationen:

Johann Seidl - Freisinger Gartenblog

SENDUNGSINFO

UNKRAUT: Wohnträume

Montag, 18.11.2013 um 19:00 Uhr [Bayerisches Fernsehen]

UNKRAUT: Wohnträume

Dienstag, 19.11.2013 um 13:30 Uhr [Bayerisches Fernsehen]

UNKRAUT: Wohnträume

Nacht auf Mittwoch, 20.11.2013 um 03:50 Uhr [Bayerisches Fernsehen]

UNKRAUT: Wohnträume

Samstag, 23.11.2013 um 17:15 Uhr [ARD-alpha]

UNKRAUT: Wohnträume

Sonntag, 24.11.2013 um 06:00 Uhr [Bayerisches Fernsehen]

NEWSLETTER



UNKRAUT
Newsletter

MEHR ZUM THEMA



Wohnträume
Bauen und Leben im Einklang mit der Natur



UNKRAUT
Das Umweltmagazin

KLICKTIPPS



freizeit-Schmankerl
Köstliches aus der Quitte