

## Pressemitteilung

### Wintergemüse: die regionale Antwort auf den Klimawandel

OÖ Gemüsebauern eröffnen die Wintergemüse-Saison

**Vom Produzenten bis hin zum Händler, vom Vermarkter zum Konsumenten: Alle sind sich der Problematik der neuen Gegebenheiten des nun spürbaren Klimawandels bewusst. Alle sind gefordert, sich diesen neuen Herausforderungen zu stellen, um wieder einen verantwortungsvollen Umgang mit unserer Umwelt herzustellen. Eine Antwort auf den Klimawandel ist der Konsum von regionalen und saisonalen Lebensmitteln, wie beispielsweise von heimischem Wintergemüse.**

„Unsere Gemüsebäuerinnen und -bauern bieten mit dem Wintergemüse eine klimaschonende und nachhaltige Alternative zu Gemüse aus beheizten Glashäusern bzw. importieren Gemüsearten an. Gemeinsam – mit der notwendigen politischen Unterstützung – werden die oberösterreichischen Gemüseproduzenten weiter in vernünftigem Maße produzieren und vermarkten. Somit stellen sie den österreichischen Konsumentinnen und Konsumenten eine regionale Alternative zu Importpaprika und -tomaten zur Verfügung. Regionale Produktion senkt die Transportkilometer und verbessert somit die Kohlendioxid-Bilanz unseres Lebensmittel-Konsums enorm. Regionaler und saisonaler Einkauf ist zudem die beste Vorbeugung gegen Lebensmittelverschwendung“, betont Michaela Langer-Weninger, Präsidentin der Landwirtschaftskammer OÖ.

#### **Jetzt ist Wintergemüse-Zeit**

Zwischen Ende November und Anfang April ist Wintergemüse-Zeit. Als Wintergemüse gilt, was an Gemüse hauptsächlich im Winter aus dem Freiland oder auch den unbeheizten Folienhäusern ohne zusätzlichen Energieaufwand geerntet werden kann. Oft ist das Gemüse auch haltbar gemacht oder wird professionell eingelagert, sodass man den ganzen Winter über auf Karotten, Kraut und Co zurückgreifen kann.

Eine gesunde Ernährung im Winter versorgt das menschliche Immunsystem mit Vitaminen und Mineralstoffen, damit sich der Körper besser gegen Viren und Bakterien zur Wehr setzen kann. Heimisches Wintergemüse ist dafür bestens geeignet.

### **Heimisches Wintergemüse – schmackhaft, vitaminreich, klimaschonend**

Der Oktober 2019 brachte viele Tage mit ungewöhnlich warmem Wetter. In der vorläufigen Monatsbilanz liegt der Oktober 2019 im Tiefland Oberösterreichs 1,7 Grad Celsius über dem vieljährigen Mittel und damit unter den 20 wärmsten Oktober-Monaten seit dem Messbeginn im Jahr 1767.

„Die Wintermonate Dezember, Jänner und Februar stehen bevor. In den Regalen der Supermärkte kann man aber oft nur schwer erkennen, dass draußen Spätherbst und Winter ist. Wie auch beim Obst: Viele Regale sind meist mit ausländischer Sommerware befüllt und verlocken so zB dazu, Tomaten das ganze Jahr über zu konsumieren. Dadurch kommt es zu einem klimabelastenden und ressourcenverbrauchenden Konsumverhalten. Die OÖ Gemüsebauern haben den goldenen Herbst 2019 genutzt, um eine bunte Vielfalt an Herbst- und Wintergemüse zu ernten und haben dieses auf Lager gelegt. Den heimischen Konsumenten steht ein breites, vitaminreiches und qualitativ hochwertiges Angebot an Gemüsearten zur Verfügung, welches ab sofort erhältlich ist und in den kalten Wintermonaten für geschmackliche Abwechslung sorgt“, so Langer-Weninger.

### **Das Herbsterntejahr 2019**

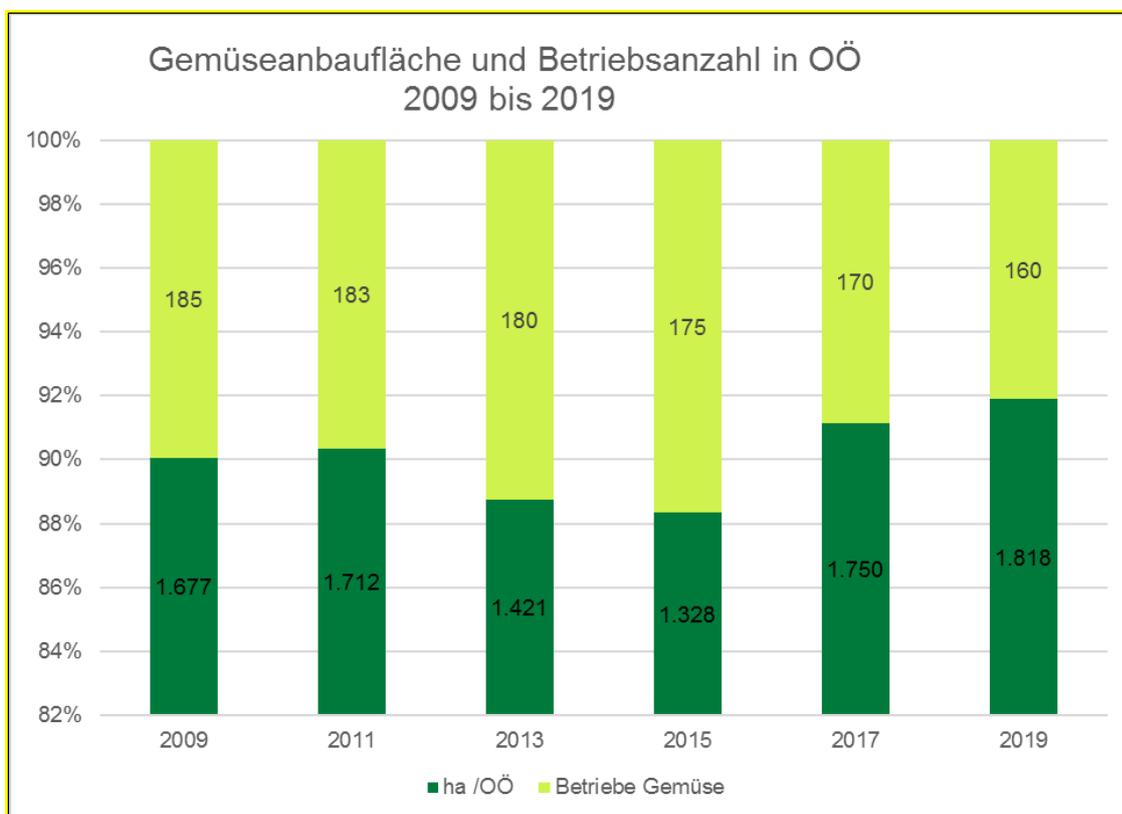
Auch das Jahr 2019 zeigt nach den Jahren 2017 und 2018, dass sich die OÖ Obst- und Gemüseproduzenten auf neue Klimabedingungen einstellen müssen. Die positive Seite des eigentlich südländischen Produktionsklimas in den letzten Jahren ist die ausgezeichnete Qualität des heimischen Wintergemüses durch praktisch null Krankheitsdruck durch Pilzkrankungen.

„Bei Wurzelgemüse (Hauptvertreter: Karotten, Sellerie, Rote Rüben und Pastinaken) gab es je nach Bodenbeschaffenheit und ausreichender Bewässerungsmöglichkeit zufriedenstellende bis gute Erträge. Der trockene Witterungsverlauf über die Sommermonate und das damit einhergehende verstärkte Auftreten von tierischen Schädlingen (Insekten, Mäuse, Wild) hat aber so manchen Einbruch bei der Ernteausbeute und somit bei der wirtschaftlichen Gesamtrechnung gebracht. Auch bei Kohlgemüse waren heuer durch das vermehrte Auftreten von tierischen Schädlingen vereinzelt Ausfälle zu verzeichnen. Insbesondere bei Bio-Kraut und Bio-Blattkohl-Arten sind trotz verstärktem Einsatz von Kulturschutznetzen bzw. Bio-Hilfsstoffen deutlich geringere Erträge zu verzeichnen“, erläutert Langer-Weninger.

Bei Vertragsgemüse, sowohl bei Wurzel- als auch Kohlgemüse, erwartet man allerdings bis Ende November eine ausreichende Ernte. Die überdurchschnittliche Menge an eingelegten Essiggurken ist dem tollen Sommer zu verdanken.

## Gemüseanbaufläche in Oberösterreich ist auf hohem Niveau

Der erwerbsmäßige landwirtschaftliche und gärtnerische Gemüseanbau wird in Oberösterreich von 160 Betrieben auf einer Gesamtanbaufläche von etwa 1.820 Hektar (inkl. Mehrfachnutzung) betrieben, was einer neuen Rekordfläche entspricht. „Somit kann rückblickend auf die vergangenen zehn Jahre gesagt werden, dass trotz enormem, internationalem Druck die Gemüseanbaufläche auf hohem Niveau gehalten werden konnte. Auch die Anzahl der Gemüseanbaubetriebe hat sich in den vergangenen zehn Jahren halbwegs stabilisiert, weil Betriebe, die aufgehört haben, durch Neueinsteiger abgelöst wurden“, erläutert Ewald Mayr, Obmann des Verbandes der Obst- und Gemüseproduzenten OÖ.



Grafik: Obst- und Gemüsebaubetriebe in Oberösterreich, Quelle LK OÖ

## Regionale Stärke – auch im Winter

In Oberösterreich liegt die Stärke in der großen Vielfalt der Gemüsearten zur regionalen Vermarktung und saisonalen Verarbeitung so wie derzeit u. a. Sauerkraut, Rote Rüben und Erdäpfel. Die Gemüseanbaufläche mit etwas mehr als elf Hektar je Betrieb ist im Vergleich zu den Hauptgemüseländern in Europa (Holland, Spanien, Italien, etc.) sehr niedrig und ein Zeichen dafür, dass sehr viele dieser Betriebe den Gemüseanbau im optimalen Fruchtwechsel zu anderen Ackerbaukulturen ausüben.

## Hauptgemüsearten im Winter

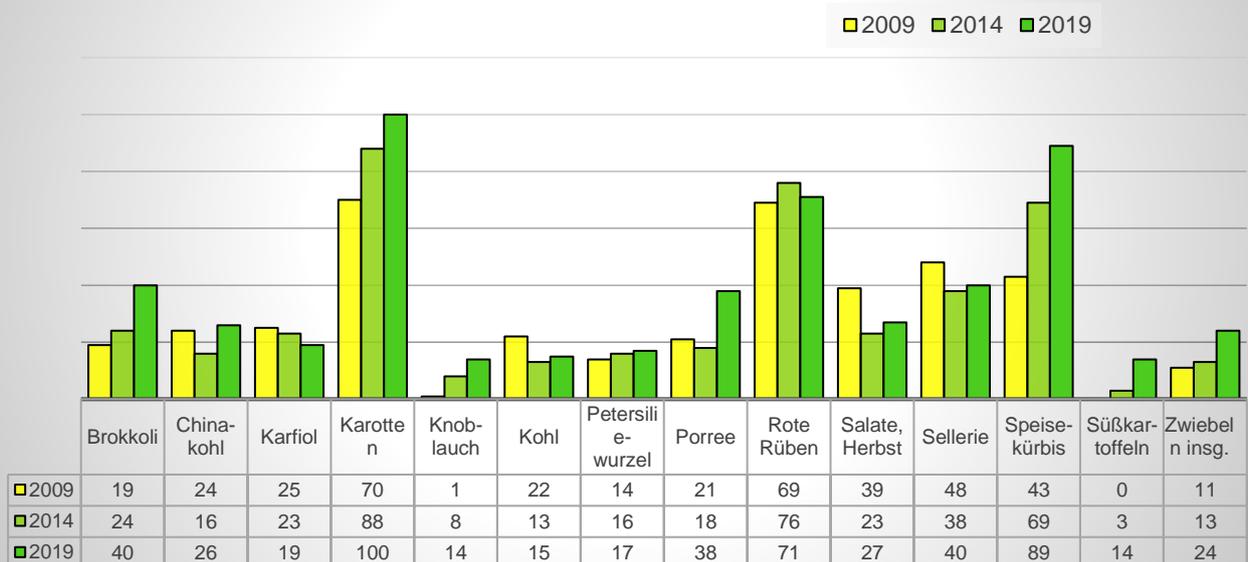
Die Anbauswerpunkte für Wintergemüse in OÖ liegen bis dato deutlich bei den Kohlgemüsen und den Wurzelgemüsearten. Innerhalb von Österreich sind die OÖ Gemüseproduzenten beim Anbau von Lager- und Sauerkraut, Karotten, Roten Rüben, Sellerie, Speisekürbis und Erdäpfeln marktführend bzw. marktbedeutend.

Vermeehrt, und den neuen klimatischen Gegebenheiten angepasst, werden seit dem Jahr 2015 auch Süßkartoffeln angebaut. Derzeit sind, großteils im Eferdinger Becken, 14 Hektar mit diesem köstlichen Gemüse bestellt.

„Die OÖ Gemüseproduzenten richten sich nach den Kundenwünschen, so steigt beispielsweise das Angebot an Zuckermais kontinuierlich“, erläutert Obmann Mayr.

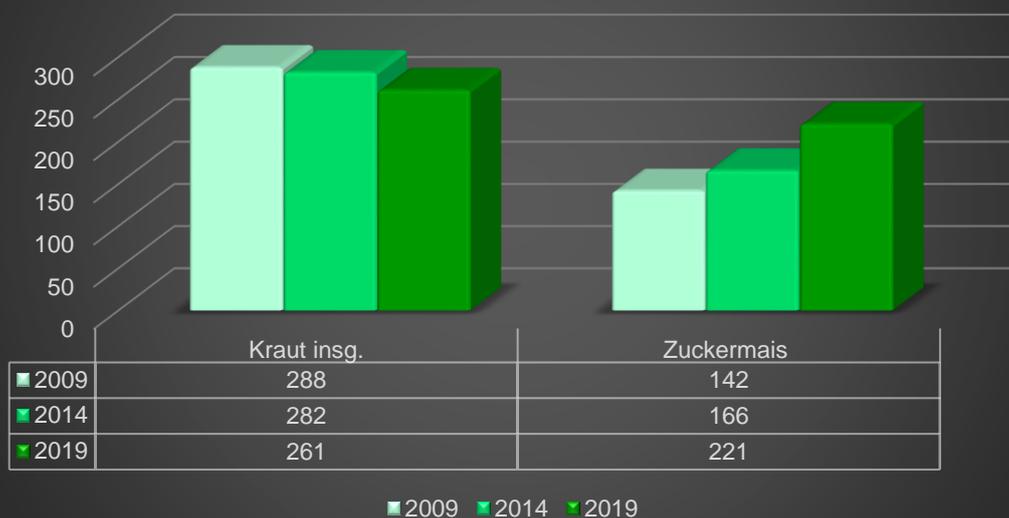
Zu den Hauptgemüsearten gesellen sich in unterschiedlicher Ausprägung viele Formen von Spezialitäten und Raritäten, welche neben dem Lebensmitteleinzelhandel besonders in der Direktvermarktung angeboten werden.

## Ausgewählte Herbstgemüsearten in OÖ im 10-Jahres Trend



Grafik: Obst- und Gemüsebaubetriebe in Oberösterreich, Quelle LK OÖ

## Anbaufläche Kraut sinkt leicht, Zuckermais hingegen steigt kontinuierlich



Grafik: Obst- und Gemüsebaubetriebe in Oberösterreich, Quelle LK OÖ

### OÖ Hauptgemüsearten mit ihren bunten und geschmackvollen Spezialitäten

Winter-Fitgemüse aus der Kohlfamilie:

Hauptgemüseart	Beschreibung	Spezialitäten
Weißkraut	Rundes Lagerkraut und weiches, flaches "Braunschweiger"	Spitzkraut
Blaukraut (Rotkraut)	Rundes Lagerkraut	
Sauerkraut	Milchsauer vergoren	Sarma-Kraut
Kohl (Wirsing)	Runder Kopfkohl	Grünkohl (Kraus-), Schwarzkohl (Palm-); Sprossenkohl; Kalettes
Kohlrabi		Sorte: Superschmelz
Brokkoli, Karfiol	Milde blühende Kohlarten – bis ca. Weihnachten erhältlich	Romanesco

Wintersalate – zartbitter und verführerisch:

<i>Hauptgemüseart</i>	<i>Beschreibung</i>	<i>Spezialitäten</i>
Chinakohl		Asia-Salate
Endivie		Friseè-Salate
Zuckerhut		
Radicchio	Runder Kopf	Treviso (lange Blattform), Chicorée
Romanasalat (Kochsalat)		Salatherzen
Vogerlsalat (Feldsalat)		Rucola, Portulak, Kresse, Rauke, Wildgemüse,...
Spinat		Mangold
Fenchel		

Wurzelgemüse und Erdäpfel – bunte Winterschätze aus dem Boden:

<i>Hauptgemüseart</i>	<i>Beschreibung</i>	<i>Spezialitäten</i>
Karotten		Bunte Karotten und gelbe Rüben
Petersilienwurzel, Pastinake		Schwarzwurzel, Haferwurzel, Ingwer
Sellerie		Stangensellerie (Bleichsellerie)
Rote Rübe	Runde und lange Form	Bunte (rote) Rüben, gelbe und gestreifte Rüben,
Schwarzer Rettich		
Erdäpfel		
Süßkartoffel (Batate)		Yakonwurzel, Topinambur

Zwiebelgewächse - pikant und aromatisch im Winter:

<i>Hauptgemüseart</i>	<i>Beschreibung</i>	<i>Spezialitäten</i>
Porree		
Knoblauch		

Zwiebel gelb und rot		Bananenzwiebel, Schalotten, Winterheckenzwiebel
Schnittlauch		

Winterfruchtgenuss:

<i>Hauptgemüseart</i>	<i>Beschreibung</i>	<i>Spezialitäten</i>
Speisekürbis	z.B. Hokkaido, Langer von Neapel, Butternuss,	Spaghettikürbis
Zuckermais		
Einlegegurken		
Chili		
Bohnen		Käferbohne (Feuerbohne)

### **Artenvielfalt – hoher gesundheitlicher Wert und Geschmack**

Immer mehr Menschen entdecken, welche Vielfalt und welcher vielseitigen Geschmack unser heimisches Gemüse zu bieten hat und das nicht nur bei warmen Temperaturen im Sommer, sondern auch im kalten Winter. So verschiedenartig die Gemüsearten auch sind, alle schmecken in der lichtarmen und kühlen Jahreszeit besonders gut und erfüllen durch ihre reichen Gehalte an Mineral- sowie Ballaststoffen wichtige gesundheitserhaltende und gesundheitsfördernde Funktionen in unserem Körper. In Vitaminbomben wie z. B. Broccoli, Sauerkraut, Rote Rüben und Grünkohl steckt sogar mehr Vitamin C als in Zitronen und Orangen. Darüber hinaus liefern Porree, Zwiebel & Co. auch wichtige sekundäre Pflanzennährstoffe.

„Um diese lebensnotwendigen Inhaltsstoffe bestmöglich zu erhalten, ist es vor allem wichtig, das Gemüse nach dem Einkauf im Haushalt richtig zu lagern und schonend zuzubereiten. Nur so kann unser Wintergemüse helfen, gesund und munter durch den Winter zu kommen und vital ins neue Jahr zu starten“, erläutert die Bio-Gemüse-Bäuerin Gabriele Wild-Obermayr.

### **Nachahmenswert: saisonale und regionale Lebensmittel in der Gastronomie**

Wild-Obermayr setzt sich schon seit Jahren für die Zusammenarbeit mit Gastronomiebetrieben ein. So hat sie heute Lukas Nagl, einen der jüngsten Küchenchefs in der Spitzengastronomie eingeladen, über seine Erfahrungen mit heimischen Lebensmitteln zu berichten. Nach einigen Stationen im In- und Ausland prägt er als Executive Küchenchef der Traunseehotels und da vor allem im Restaurant Bootshaus am Traunsee das Motto „Naturbelassene Grundzutaten mit Aromen aus der ganzen Welt“. „Meine Devise ist es,

global zu denken und regional zu handeln. Deswegen ist mir die Verwendung von saisonalen Zutaten aus der Region ein großes Anliegen und daher sind mir bäuerliche Zulieferer wie Gabriele Wild-Obermayr, bei denen ich stets höchste Qualität erwarten kann, enorm wichtig“, so Lukas Nagl.

### **Buchtip: Pionierarbeit – Gemüseerzeugung im Winter – Flugkilometer einschränken**

Der Umweltgedanke und die Klimakrise sollte nicht nur Politik und Wirtschaft beschäftigen. Wer im Kleinen beginnt kann nachhaltig Großes bewirken.

Ein herausragender Gemüse-Pionier ist DI Wolfgang Palme mit seiner Forschungsarbeit „Gemüseanbau im Winter“: Der Gartenbauexperte ist Abteilungsleiter Gemüsebau in der Höheren Bundeslehr- und Forschungsanstalt für Gartenbau in Wien, Mitbegründer der Cityfarm Schönbrunn, einem städtischen Erlebnispark, in dem ein breites Spektrum gärtnerischer Bildungsprogramme angeboten wird, und Buchautor.

Palme: *„Der Winter galt als verlorene Jahreszeit im Garten, die Saison dauerte meist von März bis Ende Oktober. Dass Salate bei Minusgraden erfrieren, stimmt nicht. Forschungen zeigen, dass viele Salate und Gemüsearten viel frosthärter sind, als bisher angenommen wurde. Dies sind ganz neue Erkenntnisse für den Gemüseanbau. Jetzt heißt es, man soll das Naheliegende nutzen, das heißt auf teure Technik oder Importe aus Südländern verzichten.“*

### **Energieschonende Bewirtschaftung:**

Beleuchtung und Heizung gehen am Sinn der Sache vorbei. Menschen sollten sich lokal, saisonal und ressourcenschonend ernähren können. Der Winter kann auch Erntezeit sein, aber wegen der Kälte und weniger Licht keine Hauptwachstumszeit.

### **BUCHTIPP**

„Ernte mich im Winter“ - Einfach immer frisches Gemüse: säen, wachsen, glücklich sein,...

Selbstversorgung im Winter: *Die Gemüse schmecken nicht nur herausragend, wir tun auch der Umwelt und uns selbst etwas Gutes: wenig Transportkilometer für das Essen, viel Zeit im Freien für uns. Auch wenn es unglaublich klingt, man kann den eigenen Garten, den Balkon oder die Terrasse im Winter so richtig genießen.*

Vom Bestseller-Autor des Handbuchs „Frisches Gemüse im Winter ernten“ Wolfgang Palme: eine Liebeserklärung an das Wintergemüse, erzählend, persönlich, humorvoll – mit allen nötigen Infos, um den Anbau für die kalte Jahreszeit zu starten und Salat, Radieschen, Karotten & Co. auch von November bis März zu ernten.

176 Seiten, gebunden; Preis: 24,90 €; ISBN 978-3-7066-2661-3; [www.loewenzahn.at](http://www.loewenzahn.at)



## **VERANSTALTUNGSTIPP**

„Bio-Wintergemüse - Anbau und Kultivierung“ - Praktische Tipps von DI Wolfgang Palme

29. Jänner 2020, 9 bis 17 Uhr, Achleitner Biohof GmbH, Unterm Regenbogen 1, 4070 Eferding, Anmeldungen erbeten: LK OÖ, Kundenservice: Tel +43 050 6902 1500, Kurs Nummer: 8457/3

Teilnehmergebühr: 94,00 bzw. 47,00 Euro (gefördert); [www.ooe.lfi.at](http://www.ooe.lfi.at)

## REZEPTTIPP

Scharfes Honigkraut mit Speck aus der Pfanne ([www.regionale-rezepte.at](http://www.regionale-rezepte.at))

### Zutaten für 4 Portionen:

1 Stk. Weißkraut, 2 Stk. gelbe Zwiebeln  
150 g Speck, 1 Stk. Ingwer  
8 EL Suppe, 3 EL Sojasauce  
1 EL Obstessig, 1 EL Honig  
1 TL Paprikapulver, 1 Msp. Curry  
1 Prise Cayennepfeffer,  
2 Stk. Knoblauchzehen  
0,5 TL Erdäpfelstärke  
3 EL Öl, Salz, Pfeffer,  
frisch gemahles Bohnenkraut



*Bildnachweis: LK OÖ; Abdruck honorarfrei*

### Zubereitung:

Kraut längs vierteln, Strunk entfernen und die Vierteln in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Zwiebeln halbieren und nudelig schneiden, Speck in nicht zu kleine Würfel oder Streifen schneiden. Für die Würzsauce Gemüsefond bzw. Rindsuppe, Sojasauce, Essig, Honig, Gewürze, Knoblauch und Stärke verrühren. Öl erhitzen, feingehackten Ingwer und Zwiebeln darin ca. 30 Sek. rösten. Kraut und Speck hinzufügen, nochmals kräftig durchrösten. Mit der Würzsauce aufgießen, etwas einkochen und ca. 3 Min. durchziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut pikant abschmecken. Wer es besonders feurig mag, kann mit Chilischoten oder Tabascosauce nachhelfen.

### Empfehlung:

Dieses Gericht schmeckt als Hauptspeise mit Erdäpfeln oder als Beilage zu Fleisch (zB Schweins- oder Lammkoteletts, Steaks, Fisch etc.) ausgezeichnet. Statt Kraut eignen sich auch Chinakohl, Pak Choi, Grünkohl oder Kohl.

### **Kontakt bei Rückfragen:**

Ing. Stefan Hamedinger, Gemüsebaureferent der LK OÖ,  
Tel +43 664 4158175, [stefan.hamedinger@lk-ooe.at](mailto:stefan.hamedinger@lk-ooe.at)

Verband der Obst- und Gemüseproduzenten OÖ:  
Obmann Ewald Mayr, Puppung 26, 4070 Eferding,  
Tel +43 664 2421471; [ewald.mayr@gemuese-mayr.at](mailto:ewald.mayr@gemuese-mayr.at); [www.gemueselust.at](http://www.gemueselust.at)

### **Kontakt Öffentlichkeitsarbeit**

Mag. Elisabeth Frei-Ollmann,  
Tel +43 50 6902-1591, [elisabeth.frei-ollmann@lk-ooe.at](mailto:elisabeth.frei-ollmann@lk-ooe.at)