

Gemüsegeschwister : der Sellerie und die Karotte

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen**

Band (Jahr): **61 (1988)**

Heft 12

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-519419>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Gemüsegeschwister – der Sellerie und die Karotte

(SGU/ik) Als Zeichen für Sieg und Triumph gilt im allgemeinen der Lorbeerkranz. Aber auch das Selleriekraut soll bei den alten Griechen und Römern als solches Attribut bekannt gewesen sein. Bei den Ägyptern soll Selleriekraut als Mumien schmuck gedient haben. Seinerzeit scheint dem obenerdigem Kraut mehr Ehre zuteil gekommen zu sein als der braunen, kugeligen Knolle in der Erde. Nicht, dass wir Selleriekraut heute nicht mehr als Beilage in einer Suppe schätzen würden. Suchen wir aber die Verwendung als Kraut, so kennen wir auch den Bleich- oder Stangensellerie. Dieser ist zwar bei uns immer noch weniger verbreitet als der Knollensellerie.

Im Handel wird der Sellerie wie folgt angeboten:

- *Suppensellerie*: Durch enge Pflanzung dichte Krautbildung. Ernte, wenn die Knolle etwa nussgross ist. Das ganze Jahr im Angebot. Manchmal auch geschnitten ohne Knolle (Schnittsellerie).
- *Knollensellerie mit Laub*: Juli bis Oktober.
- *Knollensellerie ohne Laub*: Lagerprodukt. Ab Oktober/November bis zum Anschluss an die neue Ernte. Dies, falls vor Beginn der neuen Ernte keine Importe zur Überbrückung nötig werden.
- *Stangen- und Bleichsellerie*: Dieses Gemüse bildet keine Knollen aus. Die heutigen Sorten sind milder und brauchen kein Bleichen mehr.

Zwar sagt die botanische Zuteilung des Selleries zur Familie der Doldenblütler dem Laien wenig. Erfahren wir aber, dass die Karotte aus der gleichen Familie stammt, erklärt dies einiges. Allein schon, wenn wir uns das Kraut vorstellen, finden wir die Verwandtschaft (übrigens, auch Fenchel und Petersilie sind Doldenblütler). Ursprünglich war die Wurzel der Karotte ebenfalls weissfarbig wie der Sellerie. Erst die Züchtungen

haben die immer stärkeren Orangetönungen hervorgebracht. Überlebt hat die helle Farbe in der Pfälzer-Karotte. Die Verwandtschaft erklärt wohl auch, weshalb Gerichte aus Sellerie und Karotten sich so hervorragend ergänzen. Noch ein Vorteil: Die Kochzeit ist gleich lang. Einfach und farblich effektiv ist ein Gemüse aus gleich lang geschnittenen Karotten- und Selleriestiften (Sellerie mit Zitronensaft beträufeln). Da beide Gemüsesorten gute Vitamin- und Mineralstoffspender sind, sollten sie auf dem Wintermenüplan nicht fehlen. Sollte es Leute geben, die Sellerie alleine nicht mögen, gemischt mit Karotten zu einem Salat geraffelt, wird dieser aus lauter Freude an der Farbe gegessen. Übrigens, dank dem reichen Erntesegen sind die Lagerhäuser wohlgefüllt und nebst Karotten und Sellerie warten auch die übrigen Wintergemüse auf ihren Einsatz in der Pfanne.

Für die Menüplanung im Januar:

Kochgemüse

- Karotten, Knollensellerie, Stangensellerie, Lauch, Randen, Weisskabis, Rotkabis, Wirz, Chinakohl, Rosenkohl, Sauerkraut.

Salatgemüse

- Chicoree, Endivien und Nüsslisalat, Karotten, Knollensellerie (beide roh oder gekocht), Kohlgemüse (roh, kurz überweilt oder gekocht), Champignons, erste Radiesli.

Bedeutung von Gemüse und Salaten

Gekochte Gemüsegerichte liefern dem Körper Schutzstoffe, die er von rohen Gemüsen oder Salaten nicht erhält. Deshalb ergänzen sich Gemüsegerichte und Salate. Da viele Gemüsegerichte in der Truppenküche mit einer Mehl-Milchsauce zubereitet werden, erhalten sie einen hohen Nähr- und Sättigungswert.

Selbstversorgungspotential:

Maximal mögliche Inlandproduktion bei Umstellung der Produktion und der Verarbeitung gemäss Ernährungsplan 90.

Brutto-Selbstversorgungspotential: inklusive Produktion basierend auf importierten Futter-, Düngemitteln und Saatgut

Netto-Selbstversorgungspotential: ohne Produktion basierend auf importierten Futter-, Düngemitteln und Saatgut.