Zeitschrift: Armee-Logistik : unabhängige Fachzeitschrift für Logistiker = Organo indipendente per logistica = Organ independenta per logistichers = Organ indépendent pour les logisticiens

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 86 (2013)

Heft: 1: Armeeverteilcenter Benzikofen

Rubrik: Fachtechnische Informationen

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Rolf Siegenthaler wird neuer Chef Armeeplanung und Stellvertreter Chef Armeestab

Der Bundesrat hat Oberst i Gst Rolf Siegenthaler per 1. Januar 2013 zum Chef Armeeplanung und Stellvertreter Chef Armeestab ernannt. Oberst i Gst Siegenthaler wird mit seinem Amtsantritt zum Brigadier befördert.
30.11.2012 | Kommunikation VBS

Der 50-jährige Rolf Siegenthaler, von Langnau i.E., Mörigen BE und Zürich, hat von 1983 bis 1987 an der ETH Zürich Bauingenieur studiert. An der Universität Lausanne hat er 1993 mit dem Licence ès Lettres abgeschlossen. 1993 trat Oberst i Gst Siegenthaler in das Instruktionskorps der Genietruppen ein. Nach einem Studienaufenthalt beim NATO Defense College in Rom wurde er von 2000 bis 2007 im Kommando der Höheren Kaderausbildung der Armee, zuletzt als Kommandant Stellvertreter der Berufsunteroffiziersschule der Armee, eingesetzt. 2007 wurde Oberst i Gst Siegenthaler das Kommando der Genieschule 74 und die Funktion des Waffenplatzkommandanten in Bremgarten AG übertragen.
Berufsbegleitend hat er den Master of Advanced Studies in Security Policy and Crisis Management an der ETH Zürich absolviert und 2011 erfolgreich abgeschlossen. 2011 wurde Oberst i Gst Siegenthaler Stabschef des Teilprojektes Armeeorganisation im Rahmen der Weiterentwicklung der Armee. In der Milizfunktion kommandierte Oberst i Gst Siegenthaler das Geniebataillon 6 und war anschliessend im Stab der Territorialregion 4 eingeteilt.
Oberst i Gst Siegenthaler folgt auf Brigadier Hans-Peter Walser, der auf den 1. Januar 2013 zum Chef Armeestab ernannt wurde.

Divisionär Kurt Nydegger geht im März 2013 in Pension

Der Bundesrat hat – unter Verdankung der geleisteten Dienste – zur Kenntnis genommen, dass Divisionär Kurt Nydegger, Projektleiter «Cyber Defense» von der Möglichkeit des flexiblen Altersrücktritts Gebrauch macht und per 1. März 2013 in den Ruhestand übertreten wird.

Der Bundesrat regelt die Zusammensetzung des Sicherheitsausschusses neu

Der Bundesrat hat am 24. Oktober 2012 die Zusammensetzung des Ausschusses Sicherheit (SiA) neu geregelt. Die Weisungen über die Organisation der sicherheitspolitischen Führung des Bundesrates wurden entsprechend geändert und vom Bundesrat verabschiedet. Der Sicherheitsausschuss setzt sich neu zusammen aus dem Chef des Eidgenössischen Departements für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport VBS (Vorsitz), dem Vorsteher des Eidg. Departements für auswärtige Angelegenheiten EDA und der Vorsteherin des Eidg. Justiz- und Polizeidepartement EJPD.
30.11.2012

Der Bundesrat hat am 24. Oktober 2012 die Zusammensetzung des Sicherheitsausschusses (SiA) auf den 1. Januar 2013 neu geregelt. Der SiA beurteilt die sicherheitsrelevante Lage und koordiniert departementsübergreifende sicherheitspolitische Geschäfte.
Anstelle des Vorstehers des Eidg. Volkswirtschaftsdepartements EVD wird der Vorsteher des EDA im SiA Einsitz nehmen. Damit ist die ursprüngliche Zusammensetzung, wie in der Verordnung vom 24. Oktober 2007 über die Organisation der sicherheitspolitischen Führung des Bundesrates geregelt, wieder hergestellt.

Herausgeber:
Eidgenössisches Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport

Vom Armeeverteilcenter Brenzikofen (AVC) in die Kochtöpfe der Truppe

Einst Lager für den Fall der Fälle – Heute ein effizienter Dienst für die Truppe

Als das ehemalige Armeeverpflegungsmagazin geplant und realisiert wurde, rechnete man für die Lagerung von Armeeproviant mit 14 000 Palettenplätzen. So wurden bis im Jahr 2002 in Brenzikofen noch ausschliesslich Nahrungsmittel im Wert von Fr. 19 Mio gelagert. Darin enthalten das Pflichtlager. Heute entspricht der Inventarwert der durchschnittlich an Lager liegenden Nahrungsmittel noch gerade 3 Millionen Franken.

Daniel Laroche und Ruth van der Zypen, Kommunikation Verteidigung

Seit einiger Zeit ist die Armee von einer Krisen-Vorratsplanung, von Pflichtlager und Pflichtkonsum, entbunden. Das Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung hat die Koordination der Vorratsplanung inne. Im AVC werden nur noch 2000 Palettenplätze für die Verpflegung belegt, auf dem restlichen Platz sind die Artikel der persönlichen Ausrüstung und Informatikhardware zwischengelagert.

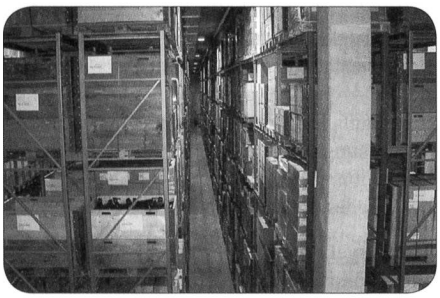
Lagerung und Umsetzung

Adj Uof Reto Walther, bis am 30. Juni Systemmanager Verpflegung in der LBA, jetzt wieder Berufsmilitär im Kommando Küchencheflehrgang im Lehrverband Logistik Heer sowie Beat Müller vom Kompetenzbereich Einkauf und Kooperationen der armasuisse weihen uns in die gut strukturierten Prozesse und Abläufe des AVC Brenzikofen ein. Bei den 330 jährlichen Anlieferungen der Lebensmittelindustrie nach Brenzikofen liegt der Durchschnitt im Sortiment der 86 Artikel bei 4 Anlieferungen eines Artikels pro Jahr.
Reto Walther betont: «Die jeweilige Lagerzeit ist daher sehr kurz, die Produkte teilweise frischer als im privaten Handel.» Die Armee hat mit den Herstellern vereinbart, dass speziell definierte Datenmatrixcodes auf die Verpa-

ckungen angebracht werden. Diese Vorgaben sind im Bereich Armeeproviant zusammen mit der Industrie bereit 100 % umgesetzt. Die Matixcodes bilden eine der Schnittstellen zum ERP-System des VBS und sie werden vom SAP elektronisch verarbeitet.
Beat Müller sieht im ERP System einen grossen Vorteil für den reibungslosen Ablauf des Bestellungs- und Lieferungsprozesses: «Das System ist für die Bewirtschaftung der Produkte so eingerichtet, dass bei einem Rückgang des Bestandes automatisch ein Bestellvorschlag angezeigt wird und dieser mittels elektronischer Bestellung an die Hersteller versandt werden kann.»

Dienstleistung zu Gunsten der Truppe

Die Auslieferung an die Truppe von bestellten Waren erfolgt sehr prompt: Bestellungen, welche bis am Dienstag eintreffen, werden noch in der gleichen Woche ausgeliefert. Gemäss Reto Walther können in Spezialfällen Waren sogar per Fax oder E-Mail bestellt und noch am gleichen Tag abgeholt werden – Effizienz wird hier grossgeschrieben!



Das A und O: die Rolle der Fouriere

Reto Walther unterstreicht, dass im Fourierlehrgang grosser Wert darauf gelegt wird, den Rechnungsführern umfassende und präzise Anweisungen zu geben, um die etablierten Prozesse optimal nutzen zu können und weniger Rückschub zu generieren. Denn sämtliche nicht verbrauchten Lebensmittel können an das AVC zurückgeschoben werden. «Hier in Brenzikofen können wir den retournierten Proviant neu kommissionieren und in weitere Lieferungen integrieren, sofern es das Mindesthaltbarkeitsdatum erlaubt. Dadurch erzielen wir eine effiziente Nutzung unserer Mittel und sparen Kosten.»

Beschaffungsprozess – warum Oswald, Kambly und Wander?

Von der vielfältigen Schweizer Produktelandschaft (siehe Karte) gelangt nur eine Auswahl in das Sortiment – warum denn gerade beispielsweise Oswald Streuwürze, Kambly Guetzli oder Wander Ovomaltinestengel? «Das integrierte Projektteam (IPT) entscheidet letztlich über die Zusammensetzung des Sortiments», erläutert Walther. Produkt-Evaluationen und Verhandlungen basieren auf Anfragen direkt aus der Truppe oder auf innovativen Angeboten seitens der Industrie, sowie nach Analyse der Truppenbuchhaltungen (was wurde häufig gekauft?).
Die Armasuisse ist verantwortlich für die öffentlichen Vertragsausschreibungen gemäss den Richtlinien des Bundesgesetzes über das öffentliche Beschaffungswesen (BoeB). Eingegangene Offerten und Muster werden durch das IPT geprüft und in Blinddegustationen verkostet.
«Wir sind verpflichtet, bei allen Anliegen im Zusammenhang mit Beschaffungen neutral zu bleiben», sagt Müller. Qualität und Preis eines Produktes werden in der End-Beurteilung zu je 50 % gewichtet. Danach publiziert armasuisse den Zuschlag gemäss Richtlinien des öffentlichen Beschaffungswesens auf www.simap.ch.
Fest steht, dass die zentrale Beschaffung jährlich zu Kosteneinsparungen von etwa Fr. 9 Mio. führt. Selbst bei den Mehrkosten des Transports zur Truppe ist der zentrale Einkauf über Rahmenverträge immer noch wesentlich günstiger. Der zu optimalen Konditionen ausgehandelte Einkaufspreis wird direkt der Truppe weitergegeben.

Links:
Bundesamt für wirtschaftliche Landesversorgung
www.bwl.admin.ch
Informationssystem über das öffentliche Beschaffungswesen der Schweiz
www.simap.ch
www.armee.ch/verpflegung

Gemüse und Früchte

Früchte und Gemüse, 5 mal am Tag! Diese Forderung sollte uns allen bekannt sein. Doch warum sind Früchte und Gemüse für die Ernährung so wichtig und welche existieren überhaupt? Diesen Fragen wollen wir heute einmal nachgehen.

Ernährungslehre

In der Nahrungsmittelpyramide finden wir Früchte und Gemüse in der zweiten Stufe. Dies bedeutet, dass Früchte und Gemüse nach der Flüssigkeitszufuhr die zweit wichtigste Quelle für Wasser und weitere Inhaltsstoffe sind. Weiter bedeutet es, dass wir vor allen anderen Lebensmitteln am Meisten davon konsumieren sollten. Zu dieser Gruppe gehören rohe und zubereitetes Obst und Gemüse, sowie deren Säfte. Diese Nahrungsmittel enthalten viel Wasser und Nahrungsfasern. Dazu kommen unzählige Vitamine, v.a. Vitamin C und Beta-Carotin, viele Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Vitamine sind für den menschlichen Organismus essentiell, unser Körper kann sie nicht produzieren.
Die Vitamine dienen zum Schutz vor Krankheiten, stellen die Vitalfunktionen sicher und erhalten die Fortpflanzungsfähigkeit. Zudem wird das Wachstum gewährleistet, was vor allem bei Kindern die tägliche Vitaminzufuhr wichtigmacht. Des Weiteren ermöglichen sie dem Körper die Aufnahme vom Mineralstoffen und Energieträgern.
Vitaminmangel führt zu Krankheiten. Eine leichte Unterversorgung führt zu Appetitlosigkeit, Müdigkeit und Reizbarkeit.

Früchte in der Schweiz

In der Schweiz werden Äpfel, Birnen und auch viele Beeren, sowie Aprikosen, Kiwi und weitere Kernfürchte umweltschonend angebaut. Klare Vorteile gegenüber Importen sind die geringen Umweltbelastungen. Lange Transportwege vom Produzenten über den Händler, zum Konsumenten werden umgangen.
Die traditionellen Hochstammkulturen werden auch in der Schweiz mehr und mehr durch Niederstammkulturen verdrängt. Die Niederstammkulturen liefern bessere Absatzmengen und besitzen weniger starke Schwankungen als die Hochstammkulturen.
90 % des Schweizerischen Obstes wird mit suisse garantie ausgezeichnet und stammt somit aus zertifizierter Schweizer Produktion.
Zwei Drittel der in der Schweiz produzierten Tafelfrüchte stammen aus dem Waadtland und den Kantonen Thurgau und Wallis.
Neben dem Verkauf als Tafelfrüchte, Säfte und Destillate werden auch noch Konservenfrüchte und Trockenfrüchte angeboten. In flüssiger Form treffen wir auf Apfelwein, Obstessig, Birnendicksaft, Sirup und Konzentrate. Aus dem Trester, welcher beim Pressen von Säften entsteht, wird Pektin gewonnen. Dieses findet aufgrund der Gel bildenden Eigenschaften bei der Herstellung von Konfitüren und Gelee Verwendung. Es

wird zur Stabilisierung in Getränken und Eiscrème verwendet. Pektin trägt die E-Nummer 440.

Lagerung von Früchten

Durch die Industrie werden Früchte in Lagern mit kontrollierter Atmosphäre gelagert. Bei hoher Luftfeuchtigkeit, wenig Sauerstoff, wenig Kohlendioxid und einer Temperatur von 2–4°C bleiben die Früchte über 8 Monate frisch. Wenn diese Zuhause gelagert werden sollen, so ist eine relative Luftfeuchtigkeit von 90 % einzuhalten und eine Raumtemperatur von ca. 3–8 ° C. Manche Keller eignen sich nicht, da sie zu warm und zu trocken sind.

Welche Obstarten gibt es?

Die Früchte teilen sich in verschiedenen Sorten auf. Die Liste gibt eine gekürzte Übersicht über die bekannten in- und ausländischen Fruchtsorten:

Kernobst

Apfel
(Malus domestica BORKH.)
Apfelbeere oder Schwarze Eberesche
(Aronia arbutifolia L.)
Birnen (Pyrus)
Europäische Birne
(Pyrus communis L.)
Nashi-Birne oder Japanische Birne (Pyrus pyrifolia NAKAI)
Dovyalis
Eberesche oder Vogelbeere (Sorbus aucuparia L.)
Elsbeere (Sorbus torminalis L.)
Hagebutte (Rosa canina L.)
Mispel (Mespilus germanica L.)
Quitte (Cydonia oblonga MILL.)
Scheinquitte
(Choenomeles japonica LDL.)
Speierling
(Sorbus domestica L.)

Steinobst

Aprikose oder Marille
(Prunus armeniaca L.)
Kirschen
Süsskirschen (Prunus avium L.)
Herzkirsche (Prunus avium ssp. juliana (L.) JANCH.)
Knorpelkirsche (Prunus avium ssp. duracina (L.) JANCH.)
Sauerkirschen
Echte Sauerkirsche oder Weichsel (Prunus cerasus L.)
Bastard-Kirsche
Echte Pflaume
(Prunus domestica domestica)
Mirabelle
(Prunus domestica institia)
Edel-Pflaume oder Ringlotte (Prunus domestica italica)
Zwetschge
(Prunus domestica domestica)
Japanische Aprikose
(Prunus mume)
Pfirsich
(Prunus persica (L.) BATSCH)
Nektarine
Schlehbeere (Prunus spinosa L.)
Kirschpflaume
(Prunus cerasifera EHRH.)
Kornelkirsche (Cornus mas L.)
Myrica rubra

Beerenobst

Allackerbeere oder Arktische
Brombeere (Rubus arcticus L.)
Salmonberry oder Lachsbeere (Rubus spectabilis)
Andenbrombeere
(Rubus glaucus)
Asiatischer Blüten-Hartriegel (Cornus kousa)
Brombeere
(Rubus fruticosus agg.)
Himbeere (Rubus idaeus L.)
Japanische Weinbeere (Rubus phoenicolasius MAXIM.)
Kratzbeere (Rubus caesius)
Moltebeere
(Rubus chamaemorus L.)
Rubus-Hybriden
Boysenbeere
(Rubus ursinus x idaeus)
Loganbeere
(Rubus loganobaccus L. H. BAILEY)
Marionbeere
Taybeere
(Rubus fruticosus x idaeus)

Erdbeere (Fragaria L.)
Walderdbeere (Fragaria vesca)
Gartenerdbeere
(Fragaria × ananassa)
Hagebutte (Rosa canina L.)
Sanddorn
(Hippophaë rhamnoides L.)
Schwarze Johannisbeere
(Ribes nigrum L.)
Rote Johannisbeere (Ribisel) (Ribes rubrum L.)
Stachelbeere
(Ribes uva-crispa L.)
Weinbeere (Vitis vinifera L.)
Heidelbeere
(Vaccinium myrtillus L.)
Preiselbeere
(Vaccinium vitis-idaea L.)
Gewöhnliche Moosbeere (Vaccinium oxycoccos L.)
Grossfrüchtige Moosbeere oder Kranbeere
(Vaccinium macrocarpon AIT.)
Berberitze (Berberis vulgaris L.)
Felsenbirne
(Amelanchier ovalis MED.)
Holunder (Sambucus nigra L.)
Jochelbeere oder Jostabeere (Ribes x nidigrolaria)
Maibeere (Lonicera kamtschatica)
Maulbeere
(Morus nigra L., Morus rubra und Morus alba L.)
Echte Mehlbeere
(Sorbus aria L.)

Schalenobst

Cashewnuss
(Anacardium occidentale L.)
Coquito – Honigpalme (Jubaea chilensis (MOLINA) BAILL.)
Erdnuss (Arachis hypogaea L.)
Edelkastanie
(Castanea sativa MILL.)
Haselnuss (Corylus avellana L.)
Kemirinuss (Aleurites moluccana (L.) WILLD.)
Kokosnuss (Cocos nucifera L.)
Macadamia
(Macadamia tetraphylla u. Macadamia ternifolia)
Mandel (Prunus dulcis (MILL.) D.A.WEBB.)
Paranuss (Bertholletia excelsa HUMB. & BONPL.)
Pecannuss (Carya illinoinensis (WANGENH.) K.KOCH)
Pistazie (Pistacia vera L.)
Walnuss (Juglans regia L.)

Südfrüchte

Ananas
(Ananas comosus (L.) MILL.)
Bananen (Musa L.)
Kumquat (Fortunella SWINGLE)
Zitrusfrüchte
Kaffir-Limette (Citrus hystrix)
Zitronatzitrone
(Citrus medica L.)
die Echte Limette
(Citrus x aurantiifolia (CHRISTM.) SWINGLE)
die Gewöhnliche Limette (Citrus x latifolia TANAKA)
Mandarine od. Clementine (Citrus reticulata BLANCO)
Orange oder Apfelsine
(Citrus x aurantium)
Grapefruit (Citrus paradisi)
Pampelmuse (Citrus maxima (BURM.) MERR.)
Pomelo (Citrus paradisi x Citrus maxima)
Pomeranze od. Bitterorange (Citrus x aurantium L.)
Chinotto (Citrus aurantium var. myrtifolia)
Satsuma (Citrus × aurantium)
Yuzu (Citrus × junos)
Bergamotte (Citrus x limon)
Sudachi (Citrus sudachi)
Ugli (Citrus reticulata × Citrus paradisi)
Zitrone (Citrus x limon)
Pitahaya (Drachenfrucht) (Hylocereus undatus, Hylocereus monacanthus und Selenicereus megalanthus)

Weitere exotische Früchte

Acerola (Malpighia glabra L.)
Achachairú (Rheedia laterifolia)
Akee, auch Aki oder Akipflaume (Blighia sapida K.D.KOENIG)
Amla (Phyllanthus emblica L.)
Annona (Annona sp. L.)
Cherimoya (Annona cherimola MILLER)
Atemoya (Annona × atemoya)
Apfelkaktus
(Cereus peruvianus HAW.)
Arazá (Eugenia stipitata)

Avocado
(Persea americana MILL.)
Affenbrot (Adansonia L.)
Babaco (Carica × heilbornii nm. pentagona (HEILBORN) V.M.BADILLO))
Balsampflaume (Spondias L.)
Umbú (Spondias tuberosa)
Binjai (Mangifera caesia)
Bilimbi (Averrhoa bilimbi L.)
Breiapfel oder auch Sapodilla, Sawo, Lakmut, Sapotille, Kaugummibaum, (Manilkara zapota (L.) P.ROYEN)
Brasilianische Guave, auch Feijoa oder Ananasguave (Acca sellowiana (O.BERG) BURRET)
Brotfrucht (Artocarpus altilis (PARKINS. EX DU ROI) FOSB.CORR.ST JOHN)
Burmesische Traube, Rambai, Tupa (Baccaurea ramiflora LOUR.)
Buschpflaume
(Terminalia ferdinandiana)
Camu-Camu oder Kamu-Kamu (Myrciaria dubia (H.B.K.) McVAUGH)
Cempedak
(Artocarpus integer THUNB.)
Chilenische Guave
(Ugni molinae TURCZ.)
Coquino (Pouteria nemorosa)
Curiola (Pouteria torta)
Curuba (Passiflora tarminiana COPPENS & V.E.BARNEY)
Dattel (Phoenix dactylifera L.)
Durian (Durio zibethinus MURR.)
Erdbeerguave (Psidium littorale Roddi, Syn.: Psidium cattleianum Sabine)
Westlicher Erdbeerbaum (Arbutus unedo L.)
Feige (Ficus carica L.)
Fensterblatt (Monstera deliciosa LIEBM.)
Gandaria (Bouea macrophylla GRIFF.)
Granadilla (Passiflora sp. L.)
Granatapfel
(Punica granatum L.)
Grosella
(Phyllanthus acidus (L.) SKEEIS)
Grosse Sapote (Pouteria sapota (JACQ.) H.E.MOORE & STEAM))
Guanabana, Stachelannone, Corossol (Annona muricata LINNAEUS)
Guave (Psidium guajava L.)
Indische Jujube
(Ziziphus mauritiana LAM.)
Jabuticaba oder auch Baumstammkirsche, Jaboticaba (Myrciaria cauliflora (MART.) O.BERG)
Jackfrucht (Artocarpus heterophyllus LAM.)
Jambolan (Syzygium cumini (L.) SKEEIS)
Japanische Pflaume (Prunus salicina LINDL.)
Japanische Stachelbeere (Actinidia arguta)
Japanische Wollmispel (Eriobotrya japonica (THUNB.) LINDL.)
Javaapfel (Syzygium samarangense (BLUME) MERRIL & PERRY)
Jenipapo (Genipa americana L.)
Johannisbrot
(Ceratonia siliqua L.)
Jujube (Ziziphus jujuba MEIKL.)
Kaki (Diospyros kaki L.F.), Persimone (Diospyros virginiana L.)
Sharon Kaktusfeige (Opuntia ficus-indica (L.) MILL.)
Kapstachelbeere
(Physalis peruviana L.)
Keppel
(Stelechocarpus burakol)
Kiwano oder Horngurke (Cucumis metuliferus E.MEY. EX NAUDIN)
Kiwi (Actinidia deliciosa (A.CHEV.) C.F.LIANG & A.R.FERGUSON)
Kochbanane
(Musa ×paradisiaca)
Kohlpalmenfrüchte (Euterpe oleracea MART.)
Kolumbianische Sapote (Matisia cordata)
Kwini oder Wohlriechende Mango (Mangifera odorata)
Langsat (Lansium domesticum CORREA)
Litschi (Litchi chinensis SONN.)
Longan (Dimocarpus longan LOUR.)
Lotusfrucht (Diospyros lotus)
Lucuma (Pouteria lucuma)
Lulo (Solanum quitoense LAM.)
Mabolo
(Diospyros blancoi A.DC.)
Mahonie (Mahonia aquifolium (PURSH) NUTT.)
Malayapfel
(Syzygium malaccense)
Mammiapfel
(Mammea americana L.)
Mango (Mangifera indica L.)
Mangostanfrucht
(Garcinia mangostana L.)

Maracuja, Passionsfrucht (Passiflora ssp. L.)
Marula
(Sclerocarya birrea A.RICH.)
Melone (Cucumis melo L.)
Mombinpflaume
(Spondias mombin L.)
Papaya (Carica papaya L.)
Dreilappige Papau (Asimina triloba (L.) DUNAL), engl. «pawpaw»
Pepino (Solanum muricatum AITON)
Pitomba (Talisia esculenta)
Pfirsichpalmenfrucht (Bactris gasipaes KUNTH)
Pulasan (Nephelium mutabile)
Quenepa
(Melicoccus bijugatus JACQ.)
Rambutan
(Nephelium lappaceum L.)
Riesen-Granadilla
(Passiflora quadrangularis)
Röhren-Kassie (früher Manna genannt) (Cassia fistula L.)
Rosella (Hibiscus sabdariffa L.)
Rosenapfel
(Syzygium jambos L. ALSTON)
Salak (Schlangenfrucht) (Salacca zalacca (GAERTN.) VOSS)
Santol (Pflanze) (Sandoricum koetjape MERR.)
Schwarze Sapote
(Diospyros digyna)
Sternapfel
(Chrysophyllum cainito)
Sternfrucht od. Karambole (Averrhoa carambola L.)
Stinkende Mango
(Mangifera foetida)
Surinamkirsche oder Pitanga (Eugenia uniflora L.)
Süsse Granadilla
(Passiflora ligularis)
Tamarillo oder Baumtomate (Cyphomandra betacea)
Tamarinde (Tamarindus indica)
Umbú (Spondias tuberosa ARRUDA EX H.KOST)
Wasserapfel
(Syzygium aqueum)
Weisse Sapote (Casimiroa edulis)
Zimtapfel (Annona squamosa)

Wie Obst verwendetes Gemüse

Fruchtgemüse:
Casabamelone, Cantaloupe-Melone, Honigmelone, Netzmelone, Wassermelone, Zuckermelone
Kürbisse
Tomaten gelten im asiatischen Raum als Obst und werden in vielen Regionen mit Zucker gegessen

Gemüse

Als Gemüse werden alle essbaren Pflanzenteile bezeichnet, welche roh oder gekocht als Haupt- oder Nebenbestandteil einer Mahlzeit verzehrt werden. Gemüse ist reich an Vitaminen, Nahrungsfasern, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffe. Als Nahrungsmittel wirkt es geschmacksgebend und ist kalorienarm, durch die enthaltenen Ballaststoffe wird die Verdauung angeregt.
Kartoffeln sowie trockene Samen (Erbsen und Linsen) gelten nicht als Gemüse. Pflanzenteile, welche auch als Gewürz Verwendung finden (z.B. Zwiebeln oder Sellerie) werden nur dann als Gemüse bezeichnet, wenn diese im entsprechenden Gericht als Hauptsache enthalten sind.
Zwischen Obst und Gemüse wird in vielerlei Hinsicht unterschieden, jeweils abhängig von der Landeskultur. Aus botanischer Sicht entsteht Obst aus bestäubten Blüten (z.B. Kürbisse und Zucchetti = Obst) und Gemüse aus einjährigen Pflanzen. Dies führt beim Kürbis zu einer unterschiedlichen Einteilung. Botanisch eine Frucht, jedoch in der Lebensmitteldefinition gilt der Kürbis als Gemüse.
Der Begriff Gemüse stammt übrigens vom mittelhochdeutschen Begriff «Mus» ab, einem gekochten Brei aus verschiedenen Nutzpflanzen. Gemüse wird in verschiedenen Formen angeboten. Zum Einem als frisch bzw. Marktgemüse, zum Anderen in Konserven (Glas und Dosen), gekocht und Tiefgekühlt. Das erste tiefgekühlte Gemüse überhaupt war in den 1950er Jahren der Spinat. Wissenschaftliche Studien haben ergeben, dass Tiefkühlgemüse auch nach vier Monaten noch mehr Vitamine enthält, als Frischgemüse welches 3 Tage bei 4 ° C im Kühlschrank

gelagert werden. Die Tiefkühlgemüsepalette ist beinahe grenzenlos. Grundsätzlich ist alles erhältlich.

Was ist denn nun Gemüse

Wie das Obst sind auch das Gemüse in verschiedenen Gattungen und Arten aufgeteilt. Die nicht abschliessende Liste gibt einen guten Überblick über die verschiedenen Gemüsesorten:

Salate

Gartensalat
(Lactuca sativa L.) (Korbblütler)
Kopfsalat (Lactuca sativa L. var. capitata L.)
Schnittsalat (Lactuca sativa L. var. crispa L.)
Bindesalat (Lactuca sativa L. var. longifolia L.)
Spargelsalat (Lactuca sativa var. angustana)
Eisbergsalat
Gemeine Wegwarte (Cichorium intybus L.) (Korbblütler)
Chicorée
(Cichorium intybus var. foliosum) (Sorten: Zuckerhut, Radicchio)
Endivie (Cichorium endivia L.)
Rucola, Rauke (Diplotaxis tenuifolia oder Eruca sativa) (Kreuzblütengewächse)
Mangold (Beta vulgaris subsp. vulgaris) (Gänsefussgewächse)
Spinat (Spinacia oleracea L.) (Gänsefussgewächse)
Wasserspinat (Ipomoea aquatica FORSSK.) (Windengewächse)
Gartenmelde (Atriplex hortensis L.) (Gänsefussgewächse)
Brunnenkresse (Nasturtium officinale R.BR.) (Kreuzblütengewächse)
Portulak (Portulaca ssp. sative (HAW.) ČEl.) (Portulakgewächse)
Gewöhnliches Tellerkraut (=Kuba-Spinat, Winterportulak, Claytonia perfoliata DONN. EX WILLD) (Portulakgewächse)
Malabar-Spinat, Indischer Spinat (Basella alba)
Neuseeländer Spinat, Neuseelandspinat (Tetragonia tetragonioides)
Jambú (Acmella oleracea (L.) R.K.JANSEN) (Korbblütler)
Jute-Blätter (Corchorus olitorius L.) (Malvengewächse)
Eiskraut (Mesembryanthemum crystallinum) (Mittagsblumengewächse)
Taglilien, z. B. die Gelbrote Taglilie (Hemerocallis fulva L.) (Tagliliengewächse)
Ähriger Erdbeerspinat (Chenopodium capitatum (L.) ASCH.) (Gänsefussgewächse)
Guter Heinrich (Chenopodium bonus-henricus L.) (Gänsefussgewächse)
Garten-Ampfer (Rumex) (Knöterichgewächse)

Kohl

Kohl (Brassica) (Kreuzblütler)
Mittelmeer-Kohl (B.fruticulosa)
Ruten-Kohl, oder Indischer Senf oder Serepta-Senf genannt, (B. juncea)
Raps und Steckrübe (B. napus)
Steckrübe, Kohlrübe, Wruke
(B. napus subsp. rapifera MTZG.)
Raps (B. napus subsp. napus L.)
Schnittkohl
(B. napus subsp. pabularia)
Schwarzer Senf (B. nigra (L.) KOCH)
Gemüsekohl (B. oleracea L.)
Blumenkohl (B. oleracea var. botrytis L.)
Romanesco (B. oleracea convar. botrytis var. botrytis L.)
Brokkoli (B. oleracea var. italica Plenck)
Kohlrabi (B. oleracea var. gongylodes L.)
Kopfkohl (B. oleracea convar. capitata L.)
Rotkohl (Brassica oleracea convar. capitata var. rubra L.)
Weisskohl (Brassica oleracea convar. capitata var. alba L.)
Spitzkohl
Wirsing, Savoyer Kohl (B. oleracea convar. capitata var. sabauda L.)
Rosenkohl (B. oleracea var. gemmifera DC.)

Grünkohl, «Braunkohl» (B. oleracea var. sabellica L.)
Palmkohl (Brassica oleracea var. palmifolia DC.)
Markstammkohl (B. oleracea var. medullosa Thell.)
Rübsen (B. rapa L.)
Ölrübsen (B. rapa subsp. oleifera)
Chinakohl (B. rapa subsp. pekinensis)
Pok Choi (B. rapa subsp. chinensis)
Mairübe, Wasserrübe, Weisse Rübe, Teltower Rübchen, Bayerische Rübe (B. rapa subsp. rapa)
Rübstiel (als reines Blattgemüse)

Blütengemüse

Artischocke (Cynara scolymus) (Korbblütler)
Zucchini (Curcubita pepo subsp. pepo convar. giromontiina) (Kürbisgewächse)
Blumenkohl (Brassica oleracea var. botrytis L.)
Broccoli (Brassica oleracea var. italica Plenck)
Romanesco (Brassica oleracea convar. botrytis var. botrytis)
Lilien (Lilium L.) (Liliengewächse)
Dahlien (Dahlia CAV.) (Korbblütler)

Fruchtgemüse

Familie Cucurbitaceae
Unterfamilie Cucurbitoideae
Citrullus
Wassermelone (Citrullus lanatus (THUNB.) MATSUM. & NAKAI.)
Gurken (Cucumis L.)
Honigmelone (Cucumis melo L.)
Kiwano (Cucumis metuliferus E.MEY. EX NAUDIN)
Gurke (Cucumis sativus L.) (Gewürzgurke)
Kürbisse und Zucchini (Cucurbita), zu ergänzen
Gartenkürbis, Zucchini, Spaghettikürbis (C. pepo L.)
Riesen- oder Hokkaidokürbis (C. maxima)
Moschuskürbis (C. moschata)
Feigenblatt-Kürbis (C. ficifolia)?
Bittermelone (Momordica L., 45 Arten)
Flaschenkürbisse (Lagenaria siceraria (MOLINA) STANDL.)
Schwammkürbis (Luffa MILL.)
Sechium
Chayote = Christofine, (Sechium edule (JACQ.) SW.)
Tomate (Solanum lycopersicum L.) (Nachtschattengewächse)
Amaranth (Amaranthus L.) (Fuchsschwanzgewächse)
Aubergine (Solanum melongena)
Avocado (Persea americana MILL.) (Lorbeergewächse)
Okra (Abelmoschus esculentus (L.) MOENCH.) (Malvengewächse)
Brotfrucht (Artocarpus altitis (PARKINS. EX DU ROI) FOSB. CORR. ST.JOHN) (Maulbeergewächse)

Wurzelgemüse

Gelbe Rübe, Mohrrübe (Daucus carota L. ssp. sativus) (Doldengewächse)
Rote Bete, Rote Rübe (Beta vulgaris subsp. vulgaris)
Brassica
Steckrübe, Kohlrübe (Brassica napus subsp. rapifera)
Brassica rapa
Mairübe (Brassica rapa subsp. rapa var. majalis)
Teltower Rübchen
(Brassica rapa subsp. rapa var. pygmaea)
Meerrettich (Armoracia rusticana GAERTN. MEY. & SCHERB.)
Radieschen (Raphanus sativus L. subsp. sativus)
Daikon (Raphanus sativus var. longipinnatus)
Schwarzer Winter-Rettich (Raphanus sativus subsp. niger var. niger)
Wasabi (Wasabia japonica MATSUM.) (Kreuzblütler)
Kartoffel (Solanum tuberosum L.) (Nachtschattengewächse)
Garten-Schwarzwurzel (Scorzonera hispanica L.) (Korbblütler)
Pastinake (Pastinaca sativa) (Doldengewächse)
Wurzelpetersilie (Petroselinum crispum subsp. tuberosum)
Sellerie (Apium graveolens)
Kerbelrübe oder Knolliger Kälberkropf (Chaerophyllum bulbosum L.)
Lotoswurzel (Nelumbo)
Yams (Dioscorea. L.') (Yamswurzelgewächse)
Allium (Lauchgewächse)
Zwiebel (A. cepa L.)
Winterzwiebel, Frühlingszwiebel, (A. fistulosum L.)
Knoblauch (A. sativum L.)
Schalotte (A. ascalonicum STRAND.)
Porree, Lauch (A. porrum L.)
Perlzwiebel (Allium porrum var. sectivum)
Bärlauch (Allium ursinum)

Hülsenfrüchte

Limabohne (Phaseolus lunatus L.), Mondbohne
Teparybohne (Phaseolus acutifolius A.GRAY)

Feuerbohne (Phaseolus coccineus L.), Schminkbohne
Gartenbohne, Buschbohne, Stangenbohne, (Phaseolus vulgaris L.)
Kidney-Bohne, Nierenbohne
Perlbohne
Wachtelbohne, Pintobohne
Schwarze Bohne, Brasilien
Weisse Bohne
Sojabohne (Glycine max (L.) Merill)
Erbse (Pisum)
Schalerbse (Pisum sativum L. convar. sativum), auch Pahl-, Pal- oder Kneifelerbsen
Markerbse (Pisum sativum L. convar. medullare Alef. emend. C.O. Lehm)
Zuckererbse (Pisum sativum L. convar. axiphium Alef emend. C.O. Lehm), auch Kaiserschoten, Kiefelerbsen oder Kefen, (Zuckerschote)
Riesenerbse (Pisum granda sneida L. convar. sneidulo p. shneiderium)
Schneckenklee (Medicago L.)
Gewöhnliche Luzerne, Luzerne (M. sativa L.)
Kichererbse (Cicer arietinum L.)
Linsen, (Lens), (Lens culinaris Medik.)
Lupinen (Lupinus L.)
Wicken (Vicia L.)
Ackerbohne, Dicke Bohne, Saubohne (Vicia faba L.)
Platterbsen (Lathyrus L.)
Saat-Platterbse (Lathyrus sativus L.)
Knollen-Platterbse (Lathyrus tuberosus L.)
Mattenbohne, (Vigna aconitifolia (Jacq.) Maréchal)
Adzukibohne, (Vigna angularis (Willd.) Ohwi & H. Ohashi)
Urdbohne, (Vigna mungo (L.) Hepper)
Mungbohne, (Vigna radiata (L.) R. Wilczek), «Sojasprossen»
Bambara-Erdnuss, (Vigna subterrane (L.) Verdc.)
Reisbohne, (Vigna umbellata (Thunb.) Ohwi & H. Ohashi)
Vigna vexillata (L.) A. Rich., (kein deutscher Name) Vigna unguiculata (L.) Walp., in den drei Unterarten:
Spargelbohne (Vigna unguiculata subsp. sesquipedalis)
Augenbohne (Vigna unguiculata subsp. unguiculata)
Catjang-Bohne (Vigna unguiculata subsp. cylindrica)
Straucherbse, (Cajanus cajan (L.) Millsp.)
Macrotyloma
Erdbohne, (Macrotyloma geocarpum (Harms) Maréchal & Baudet)
Pferdebohne, (Macrotyloma uniflorum (Lam.) Verdc.) Goabohne, (Psophocarpus tetragonolobus (L.) DC.)
Knollenbohne, (Sphenostylis stenocarpa (Hochst. ex A. Rich.) Harms)
Faselbohne, Helmbohne, Lablab-Bohne, (Lablab purpureus (L.) Sweet)
Guarbohne (Cyamopsis tetragonolobus (L.) Taub.)
Canavalia
Jackbohne, (Canavalia ensiformis (L.) DC.)
Schwertbohne, (Canavalia gladiata (Jacq.) DC.)

Sonstiges
Batis (Batis L.) (Kreuzblütler)
Chinesische Wasserkastanie (Eleocharis dulcis)
Eibisch (Althaea officinalis L.) (Malvengewächse)
Fenchel (Foeniculum vulgare (L.) Mill.) (Doldenblütler)
Gemüsespargel (Asparagus officinalis L.) (Spargelgewächse)
Japanischer Rhabarber (Fallopia japonica (Houtt.) Ronse Decr.) (Knöterichgewächse)
Koriander (Coriandrum sativum L.) (Doldenblütler)
Süsskartoffel (Ipomoea batatas L.) (Windengewächse)
Quinoa (Chenopodium quinoa Willd.) (Gänsefussgewächse)
Schwedische Rübe (Brassica napus) siehe Steckrübe
Wassermimose (Neptunia oleracea Lour.) (Mimosengewächse)

Maniok, Mandioka, Kassava, Kassave oder in Lateinamerika Yuca (Manihot esculenta Crantz) (Wolfsmilchgewächse)
Knolliger Sauerklee, Oca oder Yam (Oxalis tuberosa) (Sauerkrautgewächse)
Olluco, Melloco oder Knollenbaselle (Ullucus tuberosus) (Basellgewächse)
Mashua, auch Knollige Kapuzinerkresse (Tropaeolum tuberosum) (Kapuzinerkressengewächse)
Yacón (Smallanthus sonchifolius) (Korbblütler)
Topinambur (Helianthus tuberosus) (Korbblütler)

Feines mit Gemüse und Früchten

Als kleine Anregung wollen wir Ihnen noch ein schmackhaftes Menü mit verschiedenen Gemüse und Früchten präsentieren. Nachkochen lohnt sich absolut.

Vorspeise

Forellenfilets auf Apfel-Meerretichsalat

Für vier Personen als Vorspeise

4 El	Joghurt nature
2 El	Zitronensaft
2 El	Rapsöl
1-2 El	Meerrettich aus dem Glas
	Salz, Pfeffer
3	Äpfel
1	Salatgurke
2	Frühlingszwiebeln
4	geräucherte Forellenfilets
	Einige Dillzweige

Joghurt, Zitronensaft, Öl und Meerrettich zusammen verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Äpfel vierteln, entkernen und in Schnitzchen schneiden. Gurke längs vierteln, in Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Äpfel, Gurken und Frühlingszwiebeln mit der Sauce vermischen. Forellenfillets in mundgerechte Stücke schneiden. Sorgfältig mit dem Salat mischen. Dill darüber streuen.

Poulet an Baumnusssauce

2	Lauchstängel
3	Birnen
2 El	Butter
2 dl	Bouillon
4	Pouletbrüstli
	Salz, Pfeffer
50 g	Baumnüsse
2-3 El	grobkörniger Senf
1	Becher Saucenrahm (1,8 dl)
	Einige Majoranblättchen

Lauch in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Birnen vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Schnitze. Butter in einer Pfanne erwärmen. Lauch und Birnenschnitze leicht anbraten. Mit Bouillon ablöschen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Auf die Lauch-Birnenmischung legen und zugedeckt 5 min bei mittleren Hitze garen. Fleisch wenden und weitere 5 min garen.
Fleisch, Lauch und Birnen aus der Pfanne heben, warm stellen. Baumnüsse grob hacken. Mit Senf und Saucenrahm in die Pfanne geben. Kurz aufkochen und über das Fleisch giessen. Mit Majoranblättchen bestreuen.

Gefüllte Aprikosen-Quark-Omeletten

Omeletten:

120 g	Mehl
3 dl	Milch
1	Ei
½ Beutel	Vanillezucker
½	Zitrone, abgeriebene Schale
2 El	Birnendicksaft
	Wenig Butter zum Backen

Füllung:

300 g	Halbfettquark
1,5 dl	Halbrahm
80 g	Zucker
½ Beutel	Vanillezucker
½	Zitrone, abgeriebene Schale
3	Eier
6	Aprikosen

Zutaten für den Omelettenteig gut verrühren und 1 Stunde ruhen lassen. Aus dem Teig in der heissen Butter 6 Omeletten backen. Auskühlen lassen. Für die Füllung alle Zutaten ohne Aprikosen gut verrühren. Aprikosen in Schnitzen schneiden. Omeletten zweimal falten und eine möglichst weite eingefettete Gratinform oder in Portionen-Gratinformen legen. Aprikosenschnitze darin verteilen. Quarkcreme darüber giessen. Im 180 Grad heissen Ofen ca. 30 min überbacken.

cs

Quelle: Wikipedia / Eigene Unterlagen / Regl 60.006d