

Gemüse: Tipps und Informationen

In der Gemüsebörse diskutieren Gemüseproduzenten, Grossverteiler, Engros-Handel und Konsumenten-Vertreterinnen über die Anbaumethoden, das Gemüsesortiment, Qualitätskriterien, Produktionsmengen, Absatz, Umsatz und Verkaufspreise. Nachfolgend eine Übersicht über die Aktivitäten der Gemüsebörse im Jahre 2005: Insgesamt wurde der Markt über das ganze Jahr mit einer breiten Palette an qualitativ gutem und optisch sehr attraktivem Gemüse beliefert. Das in der Nordwestschweiz verkaufte Gemüse stammte vorwiegend aus dem regionalen Gemüseanbau, der Rest aus der Schweiz und dem Ausland. Der Gemüseabsatz war etwa gleich hoch wie im Vorjahr, aufgrund des leicht tieferen Preisniveaus lag der Umsatz etwas tiefer. Die durchschnittlichen Verkaufspreise für Gemüse lagen in der Nordwestschweiz leicht tiefer als in der übrigen Schweiz. Eine Untersuchung hat ergeben, dass jeder dritte Schweizer-Haushalt Einkäufe im Ausland tätigt, wegen tieferer Verkaufspreise. Schweizer Gemüsebauern rechtfertigen ihre höheren Preise mit dem Mehrwert: 1. Hohe Qualität dank Einhaltung der Suisse Garantie-Vorgaben und 2. Stets frisches, knackiges Gemüse, dank kurzer Transportwege. Schweizer haben im Jahr 2005 (pro Kopf/Jahr) von drei Gemüsesorten (ohne Kartoffeln) am meisten gegessen: Tomate, rund 11 kg, Rübli, 9 kg und Eisbergsalat, 5 kg. Neue Sorten, sog. Nischenprodukte, wurden vor allem an Wochenmärkten getestet. Es handelte sich um Salatsorten und fernöstliche Gemüsespezialitäten.

Wetterverhältnisse Die globale Klimaveränderung mit unbekanntem Ausgang ist auch bei Gemüsebauern ein viel diskutiertes Thema. Anfang Jahr wurden in Spanien durch Eis und Schnee kostbare Kulturpflanzen vernichtet. Es stiegen die Preise für Importgemüse, später für Inlandgemüse wegen der lang andauernden Kälteperiode. Der Erdöl-Lieferengpass, die hohen Heizölpreise, bzw. -Kosten verursachten diesen Preisanstieg. Im Sommer wurde das Freilandgemüse starken Regenfällen (in der Basler-Region bis 30 l Wasser/qm) und Hagel ausgesetzt. Sie richteten bei drei regionalen Gemüsebauern grosse Schäden an. Die wechselnden Trocken- und Nassperioden waren vor allem für die bäuerlichen Gemüseproduzenten problematisch. Ihre Produkte (Karotten, Randen, Kohlsorten, Kartoffeln usw.) gedeihen auf freiem Feld und reagieren empfindlich auf Nässe und Trockenheit. Wenn abwechselnd Regen und Wärme einsetzt, entsteht ein enormer Wachstumsschub, was schnell zu übergrossen Stückzahlen, bzw. zu hohen Stückpreisen und auf dem Markt zum Überangebot führt. Ein kleiner Blumenkohl kann innerhalb von zwei Tagen zu einem grossen Kopf heranwachsen! Zum Schluss dann bescherte der Herbst den Gemüseproduzenten ideale Wetterverhältnisse, was zu einem farbenprächtigen Gemüseangebot in den Läden führte.

Markt-Beobachtungen

- Bei schönem Wetter bevorzugen Konsumenten mehr Salatsorten, Tomaten und Gurken, bei kühleren Temperaturen mehr Kochgemüse.
- Vorgeschnittene, vorgefertigte Gemüsesorten oder –Kombinationen (Convenience) sind weiterhin im Trend: 60% entfallen auf Salate, 11% auf Gemüse, 7% auf gekochtes Gemüse und 15% auf Kräuter (2004). Man sollte aber bedenken, dass vorgerüstetes Gemüse weniger Vitamine und Nährstoffe enthält als frischgerüstetes zu Hause!
- Importierte Tomaten aus dem Süden (Spanien und Italien) wachsen auch dort vorwiegend im Glashaus. An der Sonne gereifte Tomaten gibt es fast nur noch im eigenen Garten.
- Schweizer Konsumenten bekennen sich nach wie vor zur Qualität und Sicherheit von Produkten. Tiefere Preise spielen aber aufgrund einer veränderten Konsumenten-Wertehaltung und wachsender Konkurrenz.
- Das mit diversen Pestiziden belastete Gemüse, sog. Cocktail, wird immer mehr zu einem Thema. Importiertes Gemüse enthält zum Teil bis zu sechs Pflanzenschutzmittel, die hier nicht erlaubt sind, und deren Wirkung auf den Körper noch nicht erforscht ist. Bei einem Gemüsetest (Saldo vom 1. Februar 06) schnitten nur die Bio-Gemüse sehr gut ab.

Tipps

- Statt Süssigkeiten rohes Gemüse (Rüebli, Peperoni, Tomaten) essen. Für Kinder Znünipakete mit geschnittenem Gemüse und Vollkornbrot richten.
- Bei Fenchel oder Stangensellerie die harten Fäden abziehen oder abschälen.
- Peperoni mit dem Sparschäler schälen. Ohne Schale sind sie roh genossen oder gekocht besser verdaulich. Das Schälen geht auch im Ofen, bei 180 Grad etwa 20 Min. schmoren, dann die Haut abziehen.
- Rohe oder gekochte Rande mit Zitronensaft statt mit Essig säuern. Der Nitratgehalt in der Rande, der sich im Körper zu Nitrit verwandelt, wird dadurch abgebaut.
- Tomaten nie im Kühlschrank lagern. Das Aroma entwickelt sich nur bei Zimmertemperatur.
- Gemüse schonend im Dampfkorbchen oder im Dampfgarer zubereiten. Mit Gemüsekombinationen variieren und Gemüse entsprechend der unterschiedlichen Kochdauer zerkleinern. Nach Belieben mit Olivenöl, Butter und Kräutern verfeinern.

Liz Bachmann Burkhardt, Konsumenten Vereinigung Nordwestschweiz