

Pressemitteilung

Herbstzeit ist Rotkohlzeit

5 Fakten, die Sie noch nicht über Rotkohl wussten

Der Herbst ist Rotkohlhochsaison und die Rezeptplattformen und Kochmagazine sind voller Rezeptideen für das rote Kraut - von der Beilage zur Martinsgans bis hin zur veganen Bowl. Laut Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. wird ein Großteil der deutschen Produktion zu Sauerkonserven wie Rotkohl in der Dose oder im Glas verarbeitet. Der entscheidende Vorteil ist, wir können das Kraut so ganzjährig genießen. Warum es also nicht immer die selbstgekochte Version nach dem geheimen Familienrezept sein muss, zeigt die Initiative weissblech-kommt-weiter.de mit fünf Fakten, die Sie vielleicht noch nicht über Rotkohl wussten:

1. Blaukraut oder Rotkohl?

Blaukraut bleibt nicht immer Blaukraut, wie der schöne Zungenbrecher sagt. Warum heißt der Kohl in Norddeutschland eher Rotkohl und in Süddeutschland Blaukraut? Und unter welchem Namen kennen Sie das gesunde Gemüse? Genug der Verwirrung: Regionale Dialekte sind nicht der Grund für die verschiedenen Kohl-Namen. Die Farbe des Kohls entsteht durch den pH-Wert des Bodens, auf dem er wächst. In sauren Böden ist die Farbe eher rot und in alkalischen Böden nimmt der Kohl eine eher bläuliche Farbe an. Aber auch die Zubereitung spielt eine Rolle für die Farbe. Bei Zugabe von Säure wie Essig, Zitronensaft oder Apfel kommt eher die rote Farbe zur Geltung, Zucker hingegen fördert eine blaue Färbung. Die blauen Pflanzenfarbstoffe, die für diese Farbänderung verantwortlich sind, heißen übrigens Anthocyane.

2. Regionale Frische

Die meisten deutschen Produzenten von Rotkohl in der Dose verwenden ausschließlich Rotkohl aus heimischem Anbau. Die Felder der Vertragsbauern liegen oft nur in einem Umkreis von 25 Kilometern zu den verarbeitenden Betrieben. Der Kohl kommt so erntefrisch auf kurzem Weg in die Rotkohlproduktion. So wird die Frische des Produktes sichergestellt. Die schnelle Verarbeitung der Ernte und der kurze Weg vom Feld in die Dose ist entscheidend für den Erhalt der wertvollen Inhaltsstoffe.

3. Muss der Kohlkopf gewaschen werden?

Kommt der Kohlkopf vom Feld zur Produktionsstätte, entfernen Spiralen automatisch die losen, äußeren Blätter. Diese kommen zurück auf den Anhänger der Bauern, die den Kohl geliefert haben und gelangen als Dünger zurück auf die Felder. Die Kohlköpfe selbst sind in sich perfekt abgeschlossen. Der Rotkohl muss also nicht gewaschen werden. Das spart bei der Produktion enorme Mengen Wasser.

4. Strunkbohrmaschine und Krauthobel

Wer schon einmal selbst einen Kohlkopf zerteilt hat weiß, dass der holzige Strunk des Kopfes vor dem Kleinschneiden entfernt werden muss. In der professionellen

Verarbeitung gibt es dafür eine spezielle Strunkbohrmaschine. Und auch das Kleinschneiden übernehmen keine normalen Messer. Ein Krauthobel sorgt für die feinen Streifen, die nachher die perfekte Textur ausmachen. In der professionellen Rotkohlproduktion ist das aber keine übergroße Holzreibe, wie sie bei Oma vielleicht noch für ganze Kohlköpfe in der Küche an der Wand hängt. Statt durch Muskelkraft werden in der industriellen Produktion die feinen Rotkohlstreifen mit rotierenden Scheiben gleichmäßig und schnell fein gehobelt.

5. Haltbarkeit in der Dose oder im Glas

Nach dem Kleinschneiden, Würzen und Einkochen wird der Rotkohl auch schon abgefüllt. Weißblech spielt dabei eine besondere Rolle. In Dosen oder Gläsern mit Drehverschlüssen aus Weißblech wird der Rotkohl haltbar gemacht. Er ist damit nicht nur temperaturunabhängig lagerfähig und lange haltbar, sondern auch besonders schnell verzehrfertig. Rotkohl aus der Dose ist bereits vorgegart und muss nur kurz erwärmt werden. So kann man auch ohne über Generationen vererbte Rezepttipps und lange Zubereitung in den Genuss dieses leckeren und gesunden Herbstgemüses kommen.

Und was passiert nach dem Verzehr?

Für die richtige Abfalltrennung bei Dosen oder Konservengläsern empfiehlt die Initiative weissblech-kommt-weiter.de: Die Deckel von Lebensmitteldosen können an der Dose bleiben, um einfach mit aussortiert zu werden. Leicht ablösbare Banderolen können getrennt ins Altpapier entsorgt werden. Drehverschlüsse von Konservengläsern sollten vom Glas getrennt werden. Das Glas gehört in den Glascontainer, der Drehverschluss in die gelbe Tonne oder in den gelben Sack. Aber auch Drehverschlüsse, die über Glas-Container miterfasst werden, gehen dem Recyclingkreislauf nicht verloren. Sie werden in der Altglas-Aufbereitung mit Hilfe ihrer magnetischen Eigenschaften abgetrennt und anschließend dem Stahlrecycling zugeführt.

Das Ergebnis ist ein nahezu perfekter Materialkreislauf. Das bedeutet, das Material verliert seine Eigenschaften durch das Recycling nicht und kann zu einem neuen hochwertigen Stahlprodukt verarbeitet werden.

Rezepttipp für den Herbst:

Orientalisches Lammragout mit Rotkohl

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Dose (300 g) Rotkohl
- 250 g ausgelöster Lammrücken (Lammlachse)
- 2 Zwiebeln
- 50 g getrocknete Datteln
- 2 EL Öl
- 2 kleine Zimtstangen

3 Gewürznelken
Salz, Pfeffer
400 ml Lammfond (Fertigprodukt)
2 frische Feigen

Zubereitung

1. Lammfleisch in mundgerechte Würfel schneiden. Zwiebeln pellen und würfeln. Datteln in Streifen schneiden.
2. Öl in einem Topf erhitzen. Fleisch darin anbraten. Zwiebeln, Zimt und Nelken zugeben und mit anschmoren. Datteln zugeben und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Lammfond angießen und zugedeckt 30 Minuten schmoren.
3. Feigen abspülen und vierteln. Rotkohl und Feigen zum Fleisch geben, untermengen und weitere 15-20 Minuten schmoren. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu Salzkartoffeln oder Couscous reichen.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde
Pro Portion ca. 366 kcal, 1533 kJ

Bildmaterial:



iStock.com/ Yummi pic

[Bilddownload](#) auf den Presseseiten von weissblech-kommt-weiter.de

Pressekontakt

Marco Cabras
Weissblech-kommt-weiter.de
Tel.: 0211 863 949 22
E-Mail: info@weissblech-kommt-weiter.de