Frischer Kohl im Winter

Frost macht vielen Sorten nichts aus – auch Rotkohl ist robust



Kurz vor Beginn des Winters sind die Gemüsebeete in den meisten Gärten längst geräumt. Das muss allerdings nicht zwangsläufig so sein. Einige Gemüsesorten vertragen Frost und können ohne Weiteres bis in den Dezember hinein immer frisch in die Küche geholt werden. Das trifft zum Beispiel auf die meisten Kohlsorten zu.

Besonders winterhart sind Grünkohl und Rosenkohl. Oft heißt es sogar, Grünkohl brauche Minustemperaturen, um schmackhaft zu werden. Das stimmt allerdings so nicht.

Einige Wochen mit Temperaturen knapp unter zehn Grad reichen aus, um Bitterstoffe in den Blättern in Zucker zu verwandeln und den Geschmack milder zu machen. Die Zuckerstoffe werden in der Pflanze als eine Art natürliches Frostschutzmittel gebildet, das den Gefrierpunkt der Zellflüssigkeit senkt.

Die Regel, dass Grünkohl erst nach dem Frost zu ernten ist, stammt aus Zeiten, in denen bis November ganz sicher erste strenge Kältephasen übers Land zogen. Das war dann ein Signal, dass der Zeitpunkt für die Reife gekommen war. Aber es geht auch ohne Frost.

Obwohl Grünkohl selbst Temperaturen bis Minus 20 Grad aushält, sollte er übrigens niemals bei Frost geerntet werden. Der schnelle Wechsel von kalt zu warm lässt die Blätter matschig werden. Geerntet wird immer an frostfreien Tagen.

Auch Rotkohl und Wirsing hält Temperaturen unter Minus zehn Grad aus, Weißkohl, Spitzkohl und Chinakohl schaffen es immerhin bis Minus acht Grad.

Rotkohl wird im Winter besonders gern gegessen, gilt er doch als ideale Begleitung für Gänse- oder Entenbraten. In Bayern, Österreich und der Schweiz wird das Gemüse als Blaukraut bezeichnet. Die unterschiedlichen Namen haben nichts damit zu tun, dass in einer der beiden Regionen die Menschen farbenblind wären. Vielmehr changiert der Farbton der Pflanze irgendwo zwischen Rot und Blau. Auf den im Norden Deutschlands vorherrschenden sauren Böden geht er eher ins Rote. Kalkhaltige Böden, wie sie im Süden öfter anzutreffen sind, lassen die Farbe stärker ins Blaue gehen. Verantwortlich dafür sind in den Kohlblättern enthaltene natürliche Farbstoffe aus der Gruppe der Anthocyane, die auf den pH-Wert ihrer Umgebung reagieren.

Auch unterschiedliche Arten der Zubereitung können daher die Färbung beeinflussen. In Bayern wird das Blaukraut traditionell mit etwas Zucker und teils auch mit Zugabe einer Prise Natron serviert. Dieser alkalische Zusatz lässt das Gemüse ein wenig blauer erscheinen. In Nord- und Ostdeutschland dagegen kommt überwiegend eine herzhaftere und säuerliche Variante auf den Tisch. In einem sauren Milieu, etwa durch Zugabe von Essig, Äpfeln oder Apfelsaft, tritt jedoch das Rot stärker hervor. Weitere Zutaten für ein leckeres Rotkohl-Blaukraut-Gericht: Zwiebel, Gänseschmalz, Nelken, Lorbeerblatt, Pfeffer, Salz, dazu je nach Vorliebe Kartoffeln oder Klöße.

Wer noch frischen Rotkohl im Gemüsebeet stehen hat, kann sich ja gleich eine Pflanze in die Küche holen und es ausprobieren. *net*

Foto: Adobe Stock/Friedberg

Anzeige



RÄTSELSPASS IM WOCHENSPIEGEL
PRÄSENTIERT IHNEN IN DIESER WOCHE

FEHLERSUCHBILD

Unserem Zeichner sind im unteren Bild 8 Fehler unterlaufen. Wo sind diese zu finden?





LÖSUNGEN



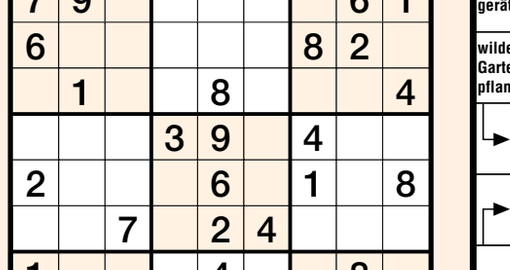
SUDOKU

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3-Kästchenquadrat alle Zahlen von 1 bis 9 enthalten sind.

		9		5	8		1	
1		2		6	4		9	
		5				6		7
3		8	2					
2								1
					5	4		2
8		3				1		
	7		4	8		3		5
	4		1	9		7		

7	9						6	1
6						8	2	
	1			8				4
			3	9		4		
2				6		1		8
		7		2	4			
1				4			8	
	7	6						9
9	8						4	6

HÖCHSTE ZEIT FÜR IHRE WERBUNG...



...DENN HIER
KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN!
Wenden Sie sich an uns, wir sind für Sie da.

Rathausstraße 47, 19322 Wittenberge
Tel: 03877/9232-10/25
info.prg@wochenspiegel-brb.de

WOCHENSPIEGEL
Ihr Anzeigenblatt im Land Brandenburg

großer Anfangsbuchstabe		Angeh. e. germ. Volksstammes		Geltung, Ruf, Prestige		spanische Anrede: Herr	das eigene Staatsgebiet			englisch, französisch: Alter		südd.: Grasland	König von Marokko (II.)		Papstname	Heilpflanze
										Sitz des Denkvermögens	▶					
Geburt		Gewebewassersucht (med.)		Teil des Schuhs	▶					Edelsteingewicht		Lichtkranz	▶			
leicht färben	▶						Vereinigung		extrem, grell, unerhört	▶					klug	
				männliche Hopfenpflanze		Kehricht	▶					Gärstoff		chem. Zeichen: Cadmium	▼	
Raffsucht			erbitterter Gegner	▶					dänische Schlagersängerin		großer Raum	▶				
Grundschulfach	▶					Schiffswerkstatt		lange kochen lassen	▶					früherer Name Tokios		deutsche TV-Anstalt (Abk.)
			geistig beweglich, aufgeweckt		Frage nach dem Werkzeug	▶					Gefahren beseitigen		Mutter von Kain (A.T.)	▶		
ältester Sohn Noahs (A.T.)	Tropenfrucht	fressen (Rotwild)	▶					moralische Gesinnung		Rundfunkanstalt	▶					
Sportgerät	▶				großer Hühnervogel		Federmappe	▶				gerippter Stoff	▶			
wilde Gartenpflanze		Unterrichtsreihe		Fuß verschiedener Säugetiere	▶					im Jahre (lateinisch)						
							ugs.: nein		Ausruf der Überraschung	▼						
				englisch: nein, kein		Ordensfrau	▶									
Wegezoll			auf ein …	▶					Kfz.-Z.: Neuwied/Rhein	▶						
Geleitschutz	▶							Fremdwortteil: nicht	▶							

W-586

Auflösung des Rätsels



IHR HOROSKOP VOM 28.11. BIS 04.12.2026

Widder (21.3. - 20.4.)
Ein Bekannter verbreitet diese Woche schlechte Stimmung. Davon sollten Sie sich auf keinen Fall beeinflussen lassen. Bleiben Sie bei Ihrem Optimismus; der nämlich bringt Sie jetzt weiter!

Stier (21.4. - 20.5.)
Ihr kühler Kopf bewahrt Sie diese Woche vor einer vorschnellen Reaktion, die Ihnen später leid getan hätte. Andererseits können einige Ihrer Kollegen manchen Ihrer Beschlüsse nicht verstehen.

Zwillinge (21.5. - 21.6.)
Missverständnisse lassen sich diese Woche klären. Das schafft auch wieder mehr Vertrauen. Ihr Wohlbefinden ist angegriffen. Achten Sie daher auf eine gesunde und vitaminreiche Ernährung!

Krebs (22.6. - 22.7.)
Auf den Rat eines Kollegen verlassen Sie sich besser nicht. Es ist zwar alles lieb und gut gemeint, aber letztlich doch etwas irreführend. Sie fahren besser, wenn Sie selbst entscheiden.

Löwe (23.7. - 23.8.)
In einer bestimmten Frage dürfen Sie nichts überstürzen. Mit Geduld lässt sich ein viel besseres Verhandlungsergebnis herausholen. Ein Missverständnis am Morgen klärt sich bald auf.

Jungfrau (24.8. - 23.9.)
Man signalisiert Ihnen jetzt nach fast ewiger Wartezeit, endlich grünes Licht. Deswegen sollten Sie fertig in den Startlöchern sitzen. Ihr ersehntes Ziel rückt nun in eine greifbare Nähe.

Waage (24.9. - 23.10.)
Ihre angeborene Neugierde führt Sie jetzt auf ein hochinteressantes Terrain. Denn Sie stellen fest, dass Sie offensichtlich Fähigkeiten besitzen, von deren Existenz Sie nichts wussten.

Skorpion (24.10. - 22.11.)
Einige lästige, ungeliebte Pflichten kommen auf Sie zu. Schieben Sie diese möglichst nicht auf die lange Bank! Denn es ist etwas Schönes, hinterher einen klaren Kopf für Neues zu haben.

Schütze (23.11. - 21.12.)
Wenn Sie den Erfolg haben wollen, den Sie sich wünschen, dann müssen Sie sich schon ein wenig mehr an die Kandare nehmen. Und vor allem gilt es nun, finanzielle Risiken zu vermeiden.

Steinbock (22.12. - 20.1.)
Ein unverhofft auftauchendes Problem lässt sich schnell in den Griff bekommen, wenn Sie die paar Altlasten aus der Vergangenheit beseitigen können. Und das dürfte nicht so schwer sein.

Wassermann (21.1. - 19.2.)
Bitte vergessen Sie nicht, dass eine bestimmte Person noch immer auf eine Zusage von Ihnen wartet. Sie können es sich im Grunde nicht leisten, denjenigen zu lange warten zu lassen.

Fische (20.2. - 20.3.)
Sie sollten jetzt mehr Vertrauen in die Partnerschaft setzen. Es lohnt sich! Sie werden beruflich auf die Probe gestellt. Es erwartet Sie eine schon länger fällige Gehaltserhöhung.