



## Aufbewahrungstipps für Gemüse

Generell kann gesagt werden, dass...

- ...Wurzelgemüse sich kühl und trocken gut halten lässt
- ...Blattgemüse (Salate, viele Kräuter, Krautstiel, Spinat etc.) sich gut halten, wenn die Blätter feucht gehalten werden und dann in Plastiksäcken kühl gelagert werden. Feucht, weil die Blätter sonst Feuchtigkeit abgeben und lampig werden!

Auberginen: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Basilikum: feucht (nicht unter 6-8°C) oder wie Blumen einstellen bei Zimmertemperatur
Blumenkohl: trocken und kühl (bis 0°C)
Broccoli: trocken und kühl (bis 0°C)
Bodenkohlrabi: trocken und kühl (bis 0°C)
Bundrüebli: trocken und kühl (bis 0°C)
Buschbohnen: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Cherry: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Cicorino: feucht und kühl (bis 0°C)
Chilis: bei Zimmertemperatur trocknen lassen; frisch: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Cima di Rapa: feucht und kühl (bis 0°C)
Chinakohl: trocken und kühl (bis 0°C)
Eisberg: feucht und kühl (bis 0°C)
Endivie: feucht und kühl (bis 0°C)
Erbsen: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Federkohl: trocken und kühl, evtl. Blätter befeuchten (bis 0°C)
Fenchel: trocken und kühl (bis 0°C)
Gurken: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Haferwurzel: trocken und kühl (bis 0°C)
Herbstrüben: trocken und kühl (bis 0°C)
Kartoffeln: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C), im Dunkeln
Kefen: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Knoblauch: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C) auch Zimmertemperatur möglich
Knollensellerie: trocken und kühl (bis 0°C)
Kohlrabi: trocken und kühl (bis 0°C)
Kopfsalat: feucht und kühl (bis 0°C)
Krautstiel: feucht und kühl (bis 0°C)
Kürbis: trocken und kühl (nicht unter 6°C)
Küttiger-Rüebli: trocken und kühl (bis 0°C)
Lagerkabis: trocken und kühl (bis 0°C)
Lattich: feucht und kühl (bis 0°C)
Lauch: trocken und kühl (bis 0°C)
Lauchzwiebel: feucht und kühl (bis 0°C)



Mais: trocken und kühl (bis 0°C)
Nüsslisalat: feucht und kühl (bis 0°C)
Pak-Choi: feucht und kühl (bis 0°C)
Pastinaken: trocken und kühl (bis 0°C)
Patisson: trocken und kühl (nicht unter 6°C)
Peperoni: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Peterli: feucht und kühl (bis 0°C)
Pfälzerrüebli: trocken und kühl (bis 0°C)
Popcornmais: bei Zimmertemperatur trocknen lassen
Radicchio: nicht zu feucht, luftig und kühl (bis 0°C)
Radiesli: trocken und kühl (bis 0°C)
Randen: trocken und kühl (bis 0°C)
Rettich: trocken und kühl (bis 0°C)
Rosenkohl: trocken und kühl (bis 0°C)
Rucola: feucht und kühl (bis 0°C)
Sauerkraut: kühl (bis 0°C)
Rüebli: trocken und kühl (bis 0°C)
Schalotten: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C) auch Zimmertemperatur möglich
Schnittlauch: feucht und kühl (bis 0°C)
Schnittmangold: feucht und kühl (bis 0°C)
Schnittsalat: feucht und kühl (bis 0°C)
Spinat: feucht und kühl (bis 0°C)
Spitzkabis: trocken und kühl (bis 0°C)
Stangenbohnen: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C)
Stangensellerie: evtl. leicht befeuchten und kühl (bis 0°C)
Tomaten: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C) auch Zimmertemperatur möglich
Winterrettich: trocken und kühl (bis 0°C)
Wirz: trocken und kühl (bis 0°C)
Wurzelpetersilie: trocken und kühl (bis 0°C)
Zucchetti: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C) auch Zimmertemperatur möglich
Zuckerhut: nicht zu feucht, luftig und kühl (bis 0°C)
Zwiebeln: trocken und kühl (nicht unter 2-6°C) auch Zimmertemperatur möglich

- weiter sollten z.B. Rüebli nicht mit Äpfeln und anderem Obst aufbewahrt werden, da Obst wie Äpfel, Birnen, Aprikosen und Pflaumen Ethylen ausdünsten und das würde die Rüebli bitter machen.
- für echte Aufbewahrungsfreaks: Ein Kühlschrank ist oben etwas wärmer als unten, wie ein Zimmer auch. Darum: Was kühler braucht nach unten und was ein paar Grad mehr verträgt nach oben!