

## Das sollten Sie zur Lagerung von Obst und Gemüse wissen und beachten:

Obst und Gemüse sind für die gesunde Ernährung von großer Bedeutung. Während des Transportes, im Handel und im Haushalt sind je nach Obst- und Gemüseart Bedingungen zu beachten, damit die wertvollen Eigenschaften erhalten bleiben und Obst und Gemüse mit Genuss verzehrt werden können. Von besonderer Bedeutung sind:

### Reife

Wer Appetit auf frisches Obst hat, greift zu ausgereiften Früchten, weil nur diese schmecken. Bei Gemüse ist es junges Gemüse, das besonders für den Frischverzehr geeignet ist (z. B. Junge Erbsen). Die Genussreife ist erreicht, wenn die Obst- und Gemüsearten sortentypisch aussehen und schmecken und den Frischverzehr zulassen.

### Lagerung

Nach der Ernte verändern die weiter ablaufenden Stoffwechselfvorgänge die innere und äußere Qualität von Obst und Gemüse. Im Haushalt werden die Früchte meist noch einige Tage gelagert. Dabei reifen einige Früchte nach z. B. Tomaten, andere schrumpeln, verlieren Aussehen und Geschmack. Falsch gelagertes Obst und Gemüse verdirbt relativ schnell.

## Lagertemperaturen, Reifeverhalten, Ethylenabgabe und -empfindlichkeit bei Obst (ausgewählte Arten)

Warenart	optimale Lager-temperatur in °C	nach-reifend	Ethylen-abgabe	Ethylen-empfind-lichkeit
Ananas	10 bis 12 °C	nein	+	+
Äpfel	0 bis 5 °C	ja	++++	+++
Aprikosen	0 bis 1 °C	ja	++++	+++
Avocados	10 bis 15 °C	ja	+++	+++
Bananen	13 bis 15 °C	ja	++	+++
Birnen	0 bis 5 °C	ja	+++	+++
Brombeeren	0 bis 2 °C	nein	+	+
Erdbeeren	2 bis 3 °C	nein	+	+
Heidelbeeren	0 °C	nein	+	+
Himbeeren	0 bis 1 °C	nein	+	+
Johannis-beeren	0 bis 1 °C	nein	+	+
Kirschen	0 bis 1 °C	nein	(+)	+
Kiwi	0 bis 0,5 °C	ja	+++	+++
Mandarinen	5 bis 7 °C	nein	(+)	++
Mango	12 bis 14 °C	ja	++	+++
Melonen unreif	7 bis 10 °C	ja		
Melonen reif	2 bis 3 °C	nein		
Pfirsiche / Nektarinen	-1 bis 0 °C	ja	++++	+++
Pflaumen	0,5 bis 2 °C	ja	++	+++
Stachel-beeren	0 °C	nein	+	+
Tafeltrauben	1 bis 4 °C	nein	(+)	+
Wasser-melonen	5 °C	nein		
Zitronen	12 °C	nein	(+)	++

zusammengestellt nach BÖTTCHER HORST; Frischhaltung und Lagerung von Gemüse; Verlag Eugen Ulmer 1996

#### Legende:

(+) sehr gering  
 + gering  
 ++ mittel  
 +++ stark  
 ++++ sehr stark

## Lagertemperaturen, Reifeverhalten, Ethylenabgabe und -empfindlichkeit bei Gemüse (ausgewählte Arten)

Warenart	optimale Lager-temperatur in °C	nach-reifend	Ethylen-abgabe	Ethylen-empfind-lichkeit
Artischocken	0 °C	nein	(+)	+
Auberginen	8 bis 10 °C	ja	+	+++
Blumenkohl	0 bis 1 °C	nein	(+)	+++
Chicoree	0 bis 1 °C	nein	(+)	+++
Eissalat	0 bis 1 °C	nein	+	+++
Gemüse-paprika	8 bis 10 °C	nein	+	+
Grüne Bohnen	7 bis 8 °C	nein	+	++
Gurken	12 °C	nein	+	+++
Knollen-sellerie	0 °C	nein	(+)	+
Kohlrabi	0 °C	nein	(+)	+
Kopfkohl	0 °C	nein	(+)	+++
Kopfsalat	0 bis 1 °C	nein	(+)	+++
Kultur-champignon	0 bis 1 °C	nein	(+)	++
Lauch	0 bis 1 °C	nein	(+)	++
Möhren	0 bis 1 °C	nein	(+)	++
Radieschen	0 °C	nein	(+)	++
Rettich	0 °C	nein	(+)	+
Rosenkohl	-1 bis 0 °C	nein	(+)	+++
Rote Bete	0 bis 3 °C	nein	(+)	+
Schwarz-wurzeln	0 °C	nein	(+)	
Spargel	0,5 bis 1 °C	nein	(+)	++
Spinat	0 bis 1 °C	nein	(+)	+++
Tomaten	12 bis 15 °C	ja	++	+++
Zucchini	8 bis 10 °C	nein	+	+

zusammengestellt nach OSTERLOH U. A.; Lagerung von Obst und Südfrüchten; Verlag Eugen Ulmer 1996

Außer bei nachreifenden Obst- und Gemüsearten kann durch Lagerung die Qualität nicht verbessert sondern lediglich erhalten werden. Lagertemperatur, Luftfeuchte, Licht, Atmungsintensität sowie die Ethylenausscheidung der Früchte sind für die Lagerung von Bedeutung. Chicoree und Kartoffeln sind dunkel zu lagern. Kälteempfindliches Obst (z. B. Bananen, Zitronen) und Gemüse (z. B. Paprika, Tomaten) gehört im Handel nicht in das Kühlregal und zu Hause nicht in den Kühlschrank!

### Ethylen

Das farblose Gas Ethylen wird von verschiedenen Früchten bei der Lagerung abgegeben z. B. von Äpfeln. Diese dürfen deshalb nicht zusammen mit ethylenempfindlichen Früchten wie Kiwi oder Gurken gelagert werden. Wird dies nicht beachtet, so zeigen die ethylenempfindlichen Obst- und Gemüsearten schnell Welke- und Vergilbungserscheinungen. Man kann aber auch einen reifen Apfel mit noch nicht ausgereiften Tomaten in einen Plastikbeutel geben, sodass durch die Ethylenabgabe des Apfels die Tomaten schneller nachreifen.

### Tipps für Einkauf und Lagerung

In den Tabellen sind getrennt für ausgewählte Obst- und Gemüsearten Angaben zu Lagertemperaturen sowie zum Reifeverhalten aufgeführt. Wenn Sie diese beim Umgang mit Obst und Gemüse beachten, können Sie deren Qualität länger erhalten und genießen.

### Impressum

#### Herausgeber:

Sächsische Landesanstalt für Landwirtschaft  
August-Böckstiegel-Straße 1, 01326 Dresden

#### Internet:

WWW.LANDWIRTSCHAFT.SACHSEN.DE/LFL

#### Redaktion:

Sächsische Landesanstalt für Landwirtschaft  
Fachbereich Markt, Kontrolle, Förderung  
Söbrigener Straße 3 a  
01326 Dresden  
Tel.: (0351) 26 12 – 458, Fax: (0351) 26 12 – 462  
E-Mail:  
Hans-Werner.Heinze@pillnitz.lfl.smul.sachsen.de  
(Kein Zugang für elektronisch signierte sowie für verschlüsselte elektronische Dokumente.)

#### Redaktionsschluss:

August 2003

#### Auflagenhöhe:

3.000 Exemplare

#### Fotos:

Siehe Redaktion

#### Druck:

Druckerei Starke & Sachse  
Mozartallee 129  
01558 Großenhain

#### Bestelladresse:

siehe Redaktion

#### Rechtshinweis

Alle Rechte, auch die der Übersetzung sowie des Nachdruckes und jede Art der phonetischen Wiedergabe, auch auszugsweise, bleiben vorbehalten. Rechtsansprüche sind aus vorliegendem Material nicht ableitbar.

#### Verteilerhinweis

Diese Informationsschrift wird von der Sächsischen Staatsregierung im Rahmen ihrer verfassungsmäßigen Verpflichtung zur Information der Öffentlichkeit herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von deren Kandidaten oder Helfern im Zeitraum von sechs Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für alle Wahlen. Erlaubt ist jedoch den Parteien, diese Informationsschrift zur Unterrichtung ihrer Mitglieder zu verwenden.



Das Lebensministerium



### Verbraucherinformationen

**Obst & Gemüse  
richtig lagern**

Freistaat  Sachsen

Sächsische Landesanstalt für Landwirtschaft