

Der Nützlichling



LAGERUNG

DIE TOMATENSAISON IST VOLL IM GANGE

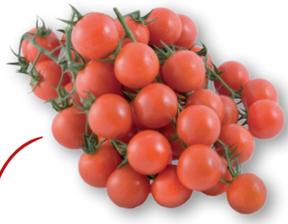
Tomaten sind kälteempfindlich - daher nicht unter 10°C lagern. Sonst verlieren sie an Geschmack.

Tomaten produzieren das Reifegas Ethylen. Gurken oder Salate werden in ihrer Nachbarschaft gelb, Karotten können bitter werden. Unreifen Früchten hingegeben wie Kiwis oder Äpfeln können sie den nötigen Reifekick geben.



Tomate rund

Die am häufigsten verkaufte Tomate ist die Rundtomate. Optisch ist sie für viele der Inbegriff der Tomate schlechthin – mittelgroß und rund, meist rot. Sie hat festes, saftiges Fleisch und zwei bis vier Fruchtkammern.



Cherry-Tomate

Sie heißen auch Kirsch-, oder Naschtomaten, sind klein & fest und schmecken fruchtig süß. Dank ihrer mundgerechten Größe (bis 20g) eignen sie sich besonders als Fingerfood und zur Dekoration.



Eier-Tomate

Eiertomaten sind länglich und schmecken aromatisch und fruchtig. Durch ihren hohen Fruchtfleischanteil und die wenigen Kerne sind sie bestens zum Einmachen, Kochen oder zur Saucenherstellung geeignet.



Tomaten Raritäten

Die Raritäten können länglich oder rund und bunt sein. Der Großhandel bietet einen Mix aus gelben, grünen, braunen, rosa und getigerten Varianten.



Fleisch-Tomate

Sie liefern besonders viel Fruchtfleisch, wenig Kerne und sind sehr saftig und tendenziell süßer. Aufgrund der Größe lassen sie sich gut verarbeiten, z.B. füllen, grillen oder überbacken.

„TOMATE“
leitet sich vom aztekischen „Tomatl“ ab, dem ersten Namen, den die Frucht hatte.



„PARADEISER“
entstand aus dem Namen „Paradiesapfel“, weil die Früchte einem roten Apfel ähnelten.



KNOLLESELLERIE AUS ÖSTERREICH

Der Knollensellerie gehört wie Fenchel, Pastinake und Peterwurze zu den Gemüsorten mit anisartigem Geschmack. Die Knolle ist ein wahrer Fundus an gesunden Inhaltsstoffen, Sellerie kann bei Verdauungsproblemen und Appetitlosigkeit hlfen. Er ist harntreibend und unterstützt bei der Entschlackung.

Verarbeitung: Zum Verarbeiten wird die Sellerieknolle von Blättern und Wurzeln befreit, mit Wasser gereinigt und großzügig geschält. Die kugelige Wurzel wird sehr gern für diverse Suppen und Pürees verwendet. Durch die Beigabe von Zitronensaft oder Essig kann beim Blanchieren einer Verfärbung des Fruchtfleischs vorgebeugt werden.

Lagerung: Stangensellerie hält sich – eingewickelt in ein feuchtes Tuch – im Kühlschrank bis zu 2 Wochen. Unbedingt getrennt von ethylenabgebendem Obst und Gemüse lagern, da die Stangen sonst schnell schlapp und welk



NIX WEGWERFEN

- Das Sellerie-Grün steckt ebenfalls voller Aroma, Mineralstoffen und Vitaminen und kann – frisch geschnitten – in Suppen und Eintöpfen verkocht werden.

- Das Grün kann auch zum Trocknen aufgehängt, in Gläsern aufbewahrt und später als Würze für Saucen, Fleischgerichte und Suppen verwendet werden.

- Für ein Selleriegrünpesto das Grün waschen und trocknen. Mit Knoblauch, Pinienkernen, reichlich Öl und Gewürzen pürieren und abfüllen.

- Auch die Schale kann verwertet werden: - zum Ansetzen von Gemüfefond oder Kräutersalz.