

Verpackungseinheiten verbessert die Kühlkette, sofern die Verpackungen ein Abfließen des Schmelzwassers gewährleisten.

Blumenkohl und Brokkoli sollten nicht zusammen mit anderem Obst oder Gemüse, welches das Reifehormon Ethen (Ethylen) ausscheidet, gelagert werden, da sie dann schnell altern und vergilben.

Qualität

Entwicklung

Bei Blumenkohl sollte kein Ansatz einer Ausbildung von Blütenknospen (Grießigkeit, Flaum) zu sehen sein, da hierdurch Qualität und Haltbarkeit beeinträchtigt werden.

Frisch und fest

Frische ist bei Brokkoli das wichtigste Qualitätsmerkmal: frische, grüne und gesunde Blätter, eine feste, dicht stehende und frisch-grüne Blume ohne kleinste Anzeichen von Vergilbung.



Beginnende Kohlschwärze

Keine dunklen Flecken

Kleine, stecknadelkopfgroße, dunkelbraune Punkte bei Blumenkohl weisen auf eine Pilzinfektion (Kohlschwärze) hin, eine Krankheit, die sich schnell ausbreitet und den ganzen Kopf ungenießbar macht.

Sauber

Keine Verschmutzung der Blätter oder Blume.

Keine Druckstellen

Die einzelnen Röschen oder Köpfe sollten keine Quetschungen, Beschädigungen oder Putzstellen aufweisen, die Qualität und Haltbarkeit mindern.

Keine Verfärbungen

Weißer Blumenkohl, der gelbliche oder bräunliche Verfärbungen aufweist, ist durch Licht (UV-Strahlung) oder falsche Lagerung geschädigt worden.

Kein hohler Strunk

Ein hohler Strunk bei Brokkoli birgt die Gefahr von Verbräunung und Fäulnis im Inneren.



Romanesco

Blumenkohl – in Kürze

- » Leicht verdauliches Blütenstandgemüse von der Küste.
- » Hauptlieferländer: Spanien, Italien, Frankreich, Niederlande, Belgien, Polen.
- » Wichtige Inhaltsstoffe: Mineralstoffe, Provitamin A, B-Vitamine, Vitamin C, Folsäure, Glucosinolate.
- » Einkaufstipps: Blumenkohl frisch, ohne Verfärbungen, ohne schwarze Pünktchen; Brokkoli frisch, fest, grün ohne Vergilbungen.
- » Lagerung: im Kühlschrank im Folienbeutel; nicht in der Nähe von reifendem Obst.

Impressum

Herausgeberin

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung
Präsident: Dr. Hanns-Christoph Eiden
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
Telefon: 0228 6845-0
www.ble.de | www.landwirtschaft.de



Redaktion

Hans-Georg Levin, Referat 413, BZL in der BLE

Kontakt

Telefon: 0228 6845-3336
E-Mail: qualitaetskontrolle@ble.de
www.ble.de/qualitaetskontrolle



Druck: Kern GmbH, In der Kolling 120, 66450 Bexbach

Bildnachweis: jeweils © BLE



Blumenkohl, Brokkoli

Produktinformation





Brokkoli

Herkunft

Blumenkohl (*Brassica oleracea* var. *botrytis*) und Brokkoli (*Brassica oleracea* var. *italica*) stammen, wie auch die anderen Kohlarten, von der gleichen Wildform (*Brassica oleracea* var. *oleracea*) ab. Die Heimat dieser Wildform sind das Mittelmeergebiet und die Westküsten Europas. Blumenkohl wird in Nordeuropa seit ca. 500 Jahren angebaut, während Brokkoli erst im 20. Jahrhundert größere Anbaubedeutung erlangte.

Heute werden Blumenkohl und Brokkoli in den meisten Ländern der Erde angebaut, auch in tropischen Gebieten. Im Jahr 2020 betrug die Weltproduktion für beide Gemüse zusammen 25,5 Millionen Tonnen (FAO, 2020). Größte Popularität erreichte Brokkoli in den USA. Seit den 1980er-Jahren hat sich der Anbau von Brokkoli auch in Deutschland entwickelt.

Lieferländer

Die beiden größten Erzeugerländer von Blumenkohl und Brokkoli sind China und Indien, mit großem Abstand gefolgt von den USA, Spanien, Mexiko, Italien, der Türkei, Bangladesch, Frankreich, Algerien, Polen, Indonesien, Japan und Pakistan. Der Anbau von „Winterblumenkohl“ erfolgt in Europa überwiegend



Grüner Blumenkohl

in Frankreich, Italien, Großbritannien, Belgien und den Niederlanden, die in dieser Zeit auch Deutschland beliefern. Von Mai bis in den Spätherbst wird der deutsche Markt aus der heimischen Erzeugung sowie aus den Niederlanden, Belgien und Polen beliefert. Heimischen Brokkoli gibt es von Ende Mai bis November, Spanien und Italien beliefern unseren Markt von Ende September bis Anfang Juni.

Vielfalt

Blumenkohl wird hauptsächlich mit weißen Köpfen angeboten. Es gibt aber auch grünen, violetten und orangen Blumenkohl. Der auffallendste Blumenkohl ist der grüne (orange) Romanesco, wegen seiner Form auch Minarett- oder Türmchen-Blumenkohl genannt. Ansonsten unterscheiden sich die Sorten in ihrer Anbau- und Erntezeit, ihrer Krankheitsanfälligkeit sowie in ihrer Fähigkeit selbst zu decken und damit durch die eigenen Blätter für eine makellose Blume zu sorgen.

Bei Brokkoli unterscheiden sich die Sorten unter anderem in ihrer Fähigkeit, einen einzigen großen Kopf (Crown-Brokkoli) auf dem Haupttrieb oder viele kleinere Köpfe (Sprossen-Brokkoli) zu bilden. Neben grünem und blaugrünem gibt es auch violetten Brokkoli.

Inhaltsstoffe

Aufgrund des zarten Gewebes schätzt man Blumenkohl und Brokkoli als ein leicht zu verdauendes Gemüse. Nicht zu vernachlässigen sind die wertgebenden Inhaltsstoffe. Blumenkohl und Brokkoli sind reich an Mineralstoffen (Kalium, Calcium, Phosphor, Eisen), Provitamin A, Vitamin C, B-Vitaminen und Folsäure. Dabei liegt der Gehalt an Vitamin C und Mineralstoffen bei grünem Blumenkohl und Brokkoli um circa zehn Prozent höher als bei weißem, orangem oder violettem Blumenkohl. Orangefarbene Züchtungen, die besonders in den USA Verwendung finden, besitzen einen hohen Anteil an β -Carotin. Wie alle Kohlarten bilden auch Blumenkohl und Brokkoli Glucosinolate (Senfölglykoside), die den typischen Kohlgeruch bewirken und einen krebshemmenden Einfluss besitzen. Beim Kochen gelangt jedoch die Hälfte der Glucosinolate ins Kochwasser, deshalb besser nur dünsten oder im Wok braten.

Ernte

Bei Blumenkohl wird der noch nicht voll entwickelte, fleischig verdickte Blütenstand geerntet, bei Brokkoli der nahezu voll entwickelte, gestauchte Blütenstand. Die Ernte muss so rechtzeitig erfolgen, dass eine Entwicklung der Blütenknospen bei Blumenkohl (Grießigkeit, Flaum) und ein Aufblühen der Blütenknospen bei Brokkoli ausgeschlossen sind. Geerntet wird möglichst frühmorgens von Hand mit einem Erntemesser, wobei das Umblatt bei Blumenkohl auf Kistenhöhe eingekürzt wird. Bei Blumenkohl sind

zwei bis vier, bei Brokkoli drei Erntegänge notwendig. Verletzungen der Blume bei der Ernte müssen unbedingt vermieden werden. Brokkoli wird nachgeputzt und gegebenenfalls foliert.

Lagerung

Blumenkohl und Brokkoli müssen nach der Ernte mittels nasser Durchström- oder Vakuunkühlung sofort auf 0-1 °C vorgekühlt werden. Blumenkohl ist eigentlich kein Lagergemüse, er kann jedoch bei -0,5-0 °C und 96-98 Prozent relativer Luftfeuchtigkeit zwei bis vier Wochen gelagert werden.

Brokkoli hat eine hohe Atmungsaktivität, er welkt und vergilbt schnell bei höherer Temperatur. Wird er jedoch nach der Ernte schnell abgekühlt, kann seine Frische und Qualität unter den gleichen Bedingungen wie oben bis zu zwei Wochen erhalten werden. Eine Zugabe von gestoßenem Eis in die



Violetter Blumenkohl