

Daten und Fakten - rund um das Gärtnersiedlungsprojekt

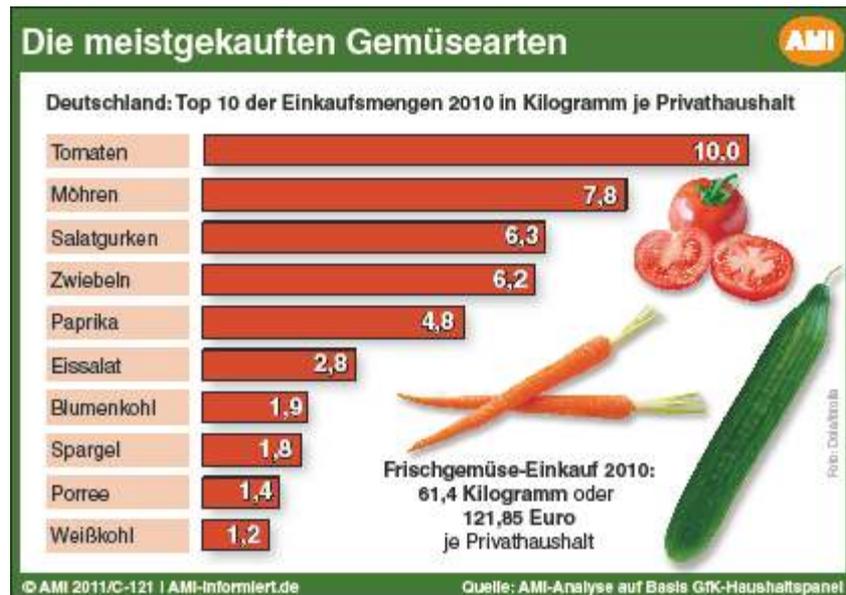
Allgemeines

Warum wollen die Gärtner außerhalb der Insel Reichenau produzieren?

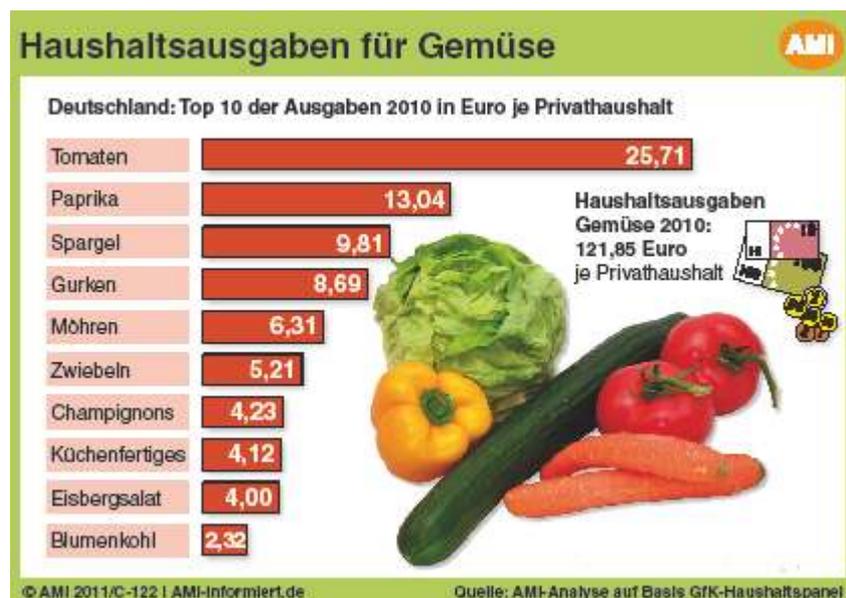
Die Aussiedlung resultiert aus einer Anfrage der EDEKA nach regional angebauten Paprika. Die hierfür benötigten Flächen sind auf der Insel Reichenau nicht verfügbar.

Warum gerade Paprika?

Paprika ist laut GfK auf Platz 5 der meistgekauften Gemüsearten in Deutschland.



Paprika steht nach Tomaten an Nummer 2 der Ausgaben für Gemüse je Privathaushalt.



Nur 0,6 % der Paprika werden in Deutschland erzeugt. Der größte Anteil der Paprika stammt aus der Niederlande gefolgt von Spanien, Israel, Ungarn, Türkei und Marokko.

Was soll produziert werden?

Es wird Paprika (grün, rot, gelb, orange) in Klasse I produziert. Auf Kundenwunsch ist für das erste Jahr 2012 folgende Aufteilung geplant:
10 % grün, 20 % gelb, 20 % orange, 50 % rot.

Was soll das Besondere an diesen Paprika sein?

Das Ziel ist, 100 % rückstandsfreie Paprika zu produzieren und ausschließlich regional, also im süddeutschen Raum zu vermarkten.

Wie viel Gärtner beteiligen sich an dem Projekt?

Es beteiligen sich 5 Reichenauer Gärtnerfamilien an dem Projekt.

Welche Rolle spielt die Reichenau-Gemüse eG?

Die Reichenau-Gemüse übernimmt die Vermarktung der Paprika. Darüber hinaus erstellt sie die, neben der Hauptversorgung mit Niederschlagswasser, notwendige zusätzliche Wasserversorgung aus der nahegelegenen Radolfzeller Aach. Die Schwesterngenossenschaft Reichenau-Gemüse-Vertriebs eG erstellt die Vermarktungs- und Verpackungshalle sowie die notwendigen Büroräume.

Wer ist Abnehmer der Produkte?

Partner bei diesem Projekt ist die EDEKA Südwest mit Sitz in Offenburg und die EDEKA Südbayern sowie die EDEKA Nordbayern. Das EDEKA Fruchtkontor als zentrale Beschaffungsstelle in Roisdorf ist mit der Koordination betraut.

In welcher Region werden die Produkte verkauft?

Die Paprika soll in dem Absatzgebiet der EDEKA Südwest und EDEKA Bayern vermarktet werden, also ausschließlich in Süddeutschland.

Wird die Paprika unter der Marke Reichenau-Gemüse verkauft?

Nein, es wurde von Anfang an festgelegt, im Sinne einer fairen und transparenten Kommunikation gegenüber dem Verbraucher, nicht unter der Marke Reichenau-Gemüse zu vermarkten.

Wie wird dann die Kennzeichnung vorgenommen?

Die Paprika wird bei EDEKA Südwest unter dem Regionallabel der EDEKA „unsere Heimat“ vermarktet, bei EDEKA Südbayern und Nordbayern unter der Marke



In welcher Verpackung erfolgt der Verkauf?

Der Verkauf der Paprika erfolgt in umweltfreundlichen Mehrwegklappkisten der Firma EuroPoolSystem. Die leeren Steigen werden in regionalen Depots gewaschen und hygienisiert. Danach werden die Steigen wieder befüllt.

Standort

Wie wurde der Standort ausgesucht?

Der Standort wurde im Rahmen einer Standortalternativprüfung durch das Fachbüro 365 Grad freiraum + umwelt, Klosterstr. 1, 88662 Überlingen ermittelt.

Welche Kriterien wurden vorgegeben?

Es wurden folgende 4 Kriterien für die Standortsuche und Alternativprüfung vorgegeben:

1. Betriebliche Eignung
2. Standorteignung (technisch, logistisch)
3. Eignung hinsichtlich raumplanerischer Ziele
4. Schutzgebiete und Schutzgüter gemäß UVPG (Gesetz über die Umweltverträglichkeitsprüfung)

Welche Bereiche umfasst die UVPG-Prüfung?

Folgende Bereiche wurden im Rahmen der UVPG-Prüfung untersucht:

1. Natura 2000-Gebiete (FFH-Vogelschutzgebiete)
2. Naturschutzgebiet (NSG)
3. Flächige Naturdenkmäler
4. Wasserschutzgebiet Zone I und II
5. Landschaftsschutzgebiet

Wurden weitergehende Untersuchungen durchgeführt?

Für die Entnahme des Wassers aus der Radolfzeller Aach wurde ein zusätzliches Gutachten im Bezug auf die FFH-Verträglichkeit erstellt.

Wie war das Ergebnis des FFH-Verträglichkeitsgutachten in Bezug auf die Wasserentnahme aus der Aach?

Beeinträchtigungen durch die Wasserentnahme wurden laut Gutachten ausgeschlossen.

Was war das Fazit der Standortalternativprüfung?

Im Rahmen der 10 untersuchten möglichen Standorte war der Standort in Singen am besten geeignet.

Wie sind die Umweltfolgen für die Schutzgüter Landschaft/Erholung, Tiere Pflanzen und Biologische Vielfalt?

Laut Gutachten sind für diese Schutzgüter durch die starke Vorbelastung durch die Bundesautobahn und die bisher intensive landwirtschaftlichen Nutzung keine weiteren Auswirkungen zu erwarten. Die für das Genehmigungsverfahren erforderliche gutachterliche Untersuchung erfolgte durch das Büro 365 Grad (siehe oben).

Wie sind die Umweltfolgen für das Schutzgut Kulturgüter

Laut Luftbildbefund des Kreisarchäologen vom 1. Juli 2009 sind nur auf den Gemarkungen Hausen (südlich A81) und Schlatt (nördlich A81) Befunde zu erkennen. Das heißt, dass sich auf dem Gelände keine schutzwürdige Kulturgüter befinden. Dies wurde auch durch Probegrabungen bestätigt.

Erfolgte ein Ausgleich für die Baumaßnahme?

Dem Bauantrag wurde ein 40-seitiges Gutachten zur Eingriffsbewertung mit Ausgleichs- und Ersatzmaßnahmen für die Umwelt beigefügt. Im Ergebnis kommt dieses Gutachten zu der Bewertung, dass durch die geplanten Ausgleichsmaßnahmen, wie z. B. die Eingrünung des Gewächshauses mit rund 70 Bäumen, Sträuchern und Feldhecken sowie durch die Ansaat einer Blumenwiese auf insgesamt ca. 5,0 ha das Gesamtgelände sogar aufgewertet wird.

Wie ist das Fazit des Gutachtens?

Durch die vorgeschlagenen oben genannten Maßnahmen werden die Beeinträchtigungen für Naturhaushalt und Landschaft auf das unbedingt erforderliche Maß gesenkt. Verbleibende erhebliche Beeinträchtigungen werden in vollem Umfang ausgeglichen und ersetzt. Das Landschaftsbild wird landschaftsgerecht neu gestaltet. Das Vorhaben ist daher in naturschutzrechtlichem Sinn gemäß § 15 Abs. 2 BNatSchG (Bundesnaturschutzgesetz) als ausgeglichen zu betrachten.

Gewächshaus

Wie groß wird das Gewächshaus?

Die Gewächshausfläche beträgt rund 11 ha. Die Abmessungen betragen 408 x 288 Meter an der breitesten Stelle. In den Gewächshäusern befindet sich ein betonierter Weg mit einer Breite von 4,30 Metern und einer Länge von 408 Metern.

Warum muss das Gewächshaus so hoch sein?

Eine geringere Bauhöhe ist nicht möglich, da dadurch das Klima im Gewächshaus, vor allem an heißen Tagen, deutlich verschlechtert wird (heiß und stickig = hohe Luftfeuchtigkeit). Dies hätte zur Folge, dass die Pflanzen mehr Wasser verbrauchen und die Gefahr von Pilzerkrankungen zunehmen würde. Dies hätte dann den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln zur Folge. Das Ertragsniveau würde gesenkt und die Wirtschaftlichkeit der Anlage wäre in Frage gestellt. Die eingesetzte Energie würde sich auf weniger Früchte verteilen und wäre damit weniger effizient.

Wird die Gewächshausfläche befestigt?

Der natürliche Boden bleibt im Gewächshaus bestehen und wird nicht versiegelt. Der Boden wird mit einer weißen Folie abgedeckt. Dies dient der Lichtreflektion und somit der Förderung des Pflanzenwachstums.

Wird die Gewächshausfläche beleuchtet?

Nein.

Wird das Gelände begrünt?

Es ist vorgesehen, das Gelände sowie die Sichtachsen des Gewächshauses über eine Fläche von 20.000 m² zu begrünen (Hecken, Sträucher, Bäume, Wiesen).

Wie hoch sind die Investitionen (Bausumme) und wie splitten sie sich auf?

Die Investitionen belaufen sich auf insgesamt rund 15 Millionen Euro. Hiervon finanziert die Reichenau-Gemüse-Vertriebs eG die Vermarktungshalle mit rund 2 Millionen und die Reichenau-Gemüse eG die Wasserversorgung mit 250.000 Euro. Die beachtliche Investition von rund 12,5 Millionen tragen nach Abzug der Fördermittel somit die fünf Gärtner und ihre Familien.

Wurden bei dem Vorhaben regionale Handwerker berücksichtigt?

Ja. Die Ausnahme hiervon bildeten lediglich Spezialfirmen für den Gewächshausbau und dessen Technik. Somit wurden sämtliche Leistungen für den Bau von Handwerkern und Dienstleistern aus der Region bezogen.

Kultivierung

In welchem Verfahren wird die Paprika angebaut?

Die Paprika wird nach dem Prinzip der Integrierten Produktion angebaut. Durch den Einsatz moderner Technik kann darüber hinaus nicht nur der Aufwand für den Pflanzenschutz minimiert werden, sondern es ist das Ziel, gänzlich darauf zu verzichten. Nützlinge, als natürliche Gegenspieler von Schädlingen, übernehmen diese Aufgabe für die Gärtner.

Wie lange erfolgt der Anbau der Paprika?

Der Anbau erfolgt über 11 Monate (Januar - November). Gepflanzt in der ersten Kalenderwoche werden die ersten Paprika im März 2012 erwartet.

Wie viel Pflanzen stehen im Gewächshaus?

Es stehen 250.000 Paprikapflanzen im Gewächshaus.

Wie hoch werden die Pflanzen?

Die einjährigen Paprikapflanzen werden bis zu 4 Meter hoch und sind mittels Schnüren an der Gewächshauskonstruktion befestigt.

Wie viel Menge an Paprika soll in einem Kalenderjahr erzeugt werden?

Rund 3 Millionen kg, dies sind 28 kg auf einen m² und ca. 12 -13 Paprika pro Pflanze.

Wie kommen die Farben zustande?

Die Farben resultieren aus den unterschiedlichen eingesetzten Sorten, wobei die rote, gelbe und orange Sorte im Anfangstadium grün ist und erst mit beginnender Reife die jeweilige Farbe annimmt.

Wie schwer sind die Früchte bei der Ernte?

Eine Paprika wiegt bei der Ernte zwischen 150 – 200 Gramm.

Stehen die Pflanzen im Boden?

Nein, ähnlich wie in einem Balkonkasten werden die Pflanzen auf Kokossubstrat kultiviert. Kokossubstrat ist ein organisches Material, das kompostierbar ist. Eine gezielte Wasser- und Nährstoffgabe, in der Dosierung dem jeweiligen Wachstumsstand,

aber auch den aktuell vorhandenen umgebenden Faktoren (Temperatur, Licht, Feuchtigkeit) angepasst, sorgt für eine ideale Versorgung der Pflanze.

Was geschieht mit dem Wasser das nicht von der Pflanze aufgenommen wird?

Das überschüssige Gießwasser wird aufgefangen, über Biofilter gereinigt und dem Wasser-Kreislauf innerhalb des Gewächshauses wieder zugeführt. Dieses Ressourcen schonende Verfahren hat bereits 1998 den Umweltpreis Gartenbau Nordrhein Westfalen von der damaligen Grünen Umweltministerin Bärbel Höhn erhalten.

Wie erfolgt die Ernte?

Die Pflege- und Erntearbeiten (in Handarbeit) werden mittels Unterstützung hydraulischer Elektrofahrzeuge durchgeführt. In der Gewächshausanlage kommen 47 solcher Fahrzeuge zum Einsatz. Die Heizungsrohre auf dem Boden dienen gleichzeitig als Transportschienen für diese Fahrzeuge. Anschließend wird das Erntegut in den Fahrzeugen über eine Induktionsschleife im Hauptweg in die Verpackungshalle transportiert. Dies geschieht vollautomatisch. Dort angekommen, erfolgt ebenfalls eine vollautomatische Entleerung der Fahrzeuge und ein Rücktransport der leeren Behältnisse in das Gewächshaus.

Was geschieht am Ende der Saison mit der Paprikapflanze?

Die Paprikapflanzen werden gehäckselt und werden als gern gesehener Gründünger auf den Feldern eingesetzt. Dies gilt auch für das verwendete Kokossubstrat.

Werden die Gärtner fachlich unterstützt?

Neben der bestehenden Qualifikation der fünf Gärtner als Gärtner oder Gärtnermeister werden zwei externe Berater hinzugezogen. Darüber hinaus unterstützt der Beratungsdienst Reichenau e.V. die Gärtner im Bereich des biologischen Pflanzenschutzes (Nützlingseinsatz).

Wo erfolgt die Aufbereitung der Paprika?

Die Paprika wird in der Aufbereitungshalle neben dem Gewächshaus sortiert und verpackt.

Wie wird die Paprika sortiert?

Die Paprika wird mittels einer hochmodernen Sortiermaschine sortiert.

Was ist das besondere an dieser Maschine?

Die Maschine sortiert mittels folgender 4 Komponenten:

Gewichtssortierung: Die Früchte werden elektronisch mit einem avancierten 3-Punkte-Wiegesystem gewogen. Beim Auflegen der Früchte hat die Position der Frucht in der Schale keinen Einfluss auf das Wiegen. Dadurch wird eine hohe Genauigkeit erzielt.

Farbsortierung: Mit speziellen CCD-Farbkameras wird die Farbe der Früchte festgestellt. Damit ist es möglich, Früchte auf gemittelte Farbwerte oder Hintergrundfarbe und Röte zu sortieren.

Optische Maßsortierung: Mit Hilfe von CCD infrarot (schwarz/weiß) Kameras mit hoher Resolution wird das Maß der Früchte festgestellt. Durch eine spezielle Kombi-

nation wird jede Frucht mehrmals gemessen. Das Ergebnis ist eine äußerst genaue Messung.

Lang – Kurz Sortierung: Mit einem speziellen Programm wird der Durchmesser und die Länge der Frucht festgestellt. Damit ist es möglich, z. B. flache und längliche Früchte auszusortieren.

Wasser

Wie erfolgt die Wasserversorgung?

Ca. 70 % der benötigten Gießwassermenge wird durch die Sammlung von Regenwasser erzielt. Vor allem in den Sommermonaten ist eine zusätzliche Bewässerung aus der Aach notwendig. Falls der Aachpegel unter einen vom Wasserwirtschaftsamt festgelegten Stand fällt, kann auf Wasser aus dem öffentlichen Netz (Trinkwasser) zurückgegriffen werden.

Stammt das Regenwasser ausschließlich von den Dachflächen der Gewächshäuser? Das Regenwasser stammt ausschließlich von der überbauten Fläche (Gewächshäuser, Halle, Wasserbecken).

Wie viel Wasser wird aus der Aach entnommen?

Die Wasserentnahme liegt bei ca. 0,5 % der Schüttung der Aachquelle bei Niedrigwasser (1.300 l/s). Maximal 8 l/s. Jegliche Beeinträchtigungen für die Natur können daher laut Aussage von Gutachtern und Fachingenieuren ausgeschlossen werden.

Wie wird die Wasserversorgung bei Niedrigwasser der Aach sichergestellt?

Die Genehmigung der Wasserentnahme aus der Aach stellt sicher, dass keine Schädigung des Gewässers bzw. anderer Nutzer entsteht. Ein Mindestpegel der Aach muss immer gewährleistet sein; falls dieser unterschritten wird, ist eine Entnahme nicht mehr möglich. Dies wird durch die Bauart der Entnahmestelle gewährleistet. Entnahmemengen und Auflagen werden von der Unteren Wasserbehörde kontrolliert.

Wie viel Wasser wird für die Kultur insgesamt benötigt?

Der maximale Gesamtbedarf an Wasser (unabhängig der Wasserart) beträgt maximal 8 Liter pro m² und Tag an heißen Sommertagen.

Wurde eine Wasserleitung verlegt

Ja, es wurde eine Wasserleitung mit einem Durchmesser von 10 cm und einer Länge von ca. 800 Meter, zur Aach gelegt. Diese wurde in einen bestehenden Feldweg eingegraben.

Wie viel Fassungsvermögen haben die Regenwasserrückhaltebecken?

Die zwei Rückhaltebecken haben ein Fassungsvermögen von 16.000.000 und 4.000.000 Liter.

Erfolgt ein Umweltausgleich für die Entnahme von Wasser aus der Aach?

Die Radolfzeller Aach ist als FFH-Gebiet von überregionaler Bedeutung und als Vorranggewässer bei der Umsetzung der Europäischen Wasserrahmenrichtlinie (WRRL) eingestuft. Da für das Schutzgut Boden keine Ausgleichsmaßnahmen im ausreichenden Umfang umgesetzt werden können, werden schutzgutübergreifend Gewässerentwicklungsmaßnahmen umgesetzt.

An der Radolfzeller Aach werden aus diesem Grund an drei verschiedenen Stellen bestehende Buhnen baulich so verändert, dass die Strömungsvariabilität positiv verbessert wird. Die Umsetzung erfolgt in Abstimmung mit der zuständigen Fachbehörde im LRA Konstanz. Es werden Maßnahmen im Kostenumfang von rund 50.000 € umgesetzt.

Energie

Wie erfolgt die Energieversorgung?

Die Energieversorgung erfolgt über Erdgas. Eine Umstellung auf Biogas ist möglich und beabsichtigt.

Wie wird die Energie erzeugt?

Die Hauptversorgung erfolgt über eine BHKW-Anlage mit einer Leistung von knapp 2 Megawatt. Die Anlage produziert neben Wärme für die Gewächshausanlage auch Strom zur Einspeisung in das Stromnetz. Die elektrische Leistung des Blockheizkraftwerks ist ausreichend für die Stromversorgung von ca. 3.550 Einfamilienhäusern. Zusätzlich stehen zwei Gaskessel mit einer Nennleistung von jeweils 7 Megawatt zur Verfügung.

Welchen Umwelteffekt hat das BHKW?



Durch den Einsatz des Blockheizkraftwerks erfolgt eine CO² Einsparung von ca. 6.705 Tonnen pro Jahr (im Vergleich zu einer dezentralen Stromerzeugung). Durch die kombinierte Nutzung wird im Vergleich zu einer separaten Strom- und Wärmeerzeugung eine 34-prozentige Energieersparnis erreicht. Der gesamte Wirkungsgrad liegt bei 98 %.

Was ist aus energetischer Sicht das Besondere an dem Gewächshaus?

Das Gewächshaus ist an den Seiten mit Polycarbonat-Stegdoppelplatten und im Dachbereich mit einem doppelten Energieschirm ausgestattet. Durch diese Maßnahmen können bereits etwa 20 % Wärmeenergie gegenüber einem Standardgewächshaus eingespart werden. Auch die Wärmeausbringung ist durch eine am Boden verlegte Vegetationsheizung höchst effizient. Gegenüber herkömmlichen Gewächshausheizsystemen sind hier Einsparungen von rund 10 % realistisch. Hinzu kommt eine hochmoderne Klimaregelung, die Witterungsbedingungen berücksichtigt und energieeffiziente Klimastrategien zulässt. Bei der geplanten Anlage werden also im Vergleich zu einem Standardgewächshaus 40 bis 50 % weniger Energie benötigt.

Wie wird die Wärme beim Heizen in das Gewächshaus übertragen?

Das warme Wasser wird in isolierten, unterirdisch verlegten Leitungen in die Gewächshausabteile geführt. Die Rohrwassertemperatur wird vom Klimacomputer in Abhängigkeit der Witterung geregelt. In den Abteilen werden Busrillheizungen eingesetzt. Dabei handelt es sich um Stahlrohre mit einem Durchmesser von 51 mm, die am Boden zwischen den Pflanzenreihen liegen. Das System gilt als besonders effektiv, da die Wärme sehr nahe an der Pflanze ist. In der Verpackungshalle ist darüber hinaus eine Fußbodenheizung installiert.

Ist auch eine PH-Anlage vorgesehen?

Ja, das Dach der Verpackungshalle ist bereits schon jetzt für die Aufnahme einer PH-Anlage vorgesehen. Nach aktuellen Berechnungen geht man von einer Anlagenleistung von etwa 120 kWp aus. Die Anlage wird dadurch in der Lage sein mindestens 118.000 kWh/kWp im Jahr zu erzeugen und damit jährlich rund 68 Tonnen CO² - Emissionen einsparen zu helfen.

Arbeitsplätze

Wie viele Arbeitsplätze werden geschaffen?

Es ist die Schaffung von 60 Vollzeitarbeitsplätzen geplant. Diese werden sich auf eine deutlich höhere Anzahl an Teilzeitarbeitsplätzen aufteilen.

Wie ist die genaue Aufteilung?

Die Arbeit teilt sich auf in Pflege- und Erntearbeit, Sortierung und Verpackung und Wartung der Gewächshausanlage, Technik und Außenanlage. Da die Pflanzung im Januar erfolgt und die Paprikakultur bis Ende November im Gewächshaus verbleibt, entsteht ein kontinuierlicher Arbeitskräftebedarf über nahezu das gesamte Jahr. Aufgrund der guten Klimaführung im Gewächshaus und des hohen Technisierungsgrades fallen in der Regel keine körperlich schweren Arbeiten an. Um einen möglichst reibungslosen und effizienten Arbeitsablauf zu gewährleisten, werden ca. 50 % der Arbeitskräfte in einer Vollbeschäftigung tätig sein, die übrigen 50 % können auf unterschiedliche Teilzeitmodelle aufgeteilt werden. Hier sind auch Beschäftigungen auf 400 €-Basis möglich.

Wer kann dort arbeiten?

Es werden insbesondere für die Beerntung und Verpackung Teilzeitkräfte aus der Region benötigt.

Gibt es weitere Effekte für den Arbeitsmarkt?

Ja, nachrangig werden die Arbeitsplätze in der Region (z. B. Vermarktungseinrichtung Reichenau-Gemüse, Logistikunternehmen, Dienstleister), aber auch Handwerksbetriebe aus dem Umfeld sowie die gesamte Infrastruktur in der Region von dem Projekt profitieren.

Verkehr

Wo erfolgen Verkehrsflächen?

Eine direkte Zufahrt vom Verladehof erfolgt auf die Kreisstraße. Die bisherigen Feldwege bleiben bestehen und wurden bereits wieder hergestellt.

Wie ist die Verkehrsbelastung?

Die produzierte Menge Paprika entspricht ca. 10 LKW pro Woche (Erntezeitraum April – November). Zu Kulturbeginn erfolgt die Belieferung von ca. 2 LKW pro Woche. Außerdem werden die Mitarbeiter an- und abfahren.

Wie ist die Verkehrsführung?

Die LKW werden über die Verbindungsstraße Hausen/Schlatt direkt auf die Autobahn geführt.

Wissenswertes rund um den Paprika

Die Paprika ist zweifellos ein „multikulturelles“ Gemüse, das sich in allen Küchen der Welt einen farbenfrohen Platz erobert hat. „Capsicum Annuum“ lautet die offizielle Bezeichnung für Paprika. Ihre Wurzeln hat die Pflanze in den tropischen und subtropischen Regionen Mittel- und Südamerikas (vor allem in Mexiko). Obschon Christoph Kolumbus den farbenfrohen Geschmacksverstärker Ende des 15. Jahrhunderts erwähnte, entdeckte Europa die Paprika erst im 17. Jahrhundert wirklich.

In der Weltküche hat sie sich einen wichtigen Platz erobert, und auch in der deutschen Küche ist sie nicht mehr wegzudenken. Der süßlichmilde, aber doch frische Geschmack sowie die dekorative Färbung machen aus dem Paprika eine ideale Zutat für Salate und Rohkostgerichte. Genau so gut eignen sie sich aber auch für die Zubereitung von Füllungen, Pastasossen, Suppen, Aufläufen und Schmorgerichten. In Fleischspießchen zum Barbecue geben Paprikastücke einen farbenfrohen Blickfang ab. Während grüne Paprika sich durch einen kräftig würzigen Geschmack auszeichnen, kann die orangefarbene auch als Häppchen beim Umtrunk gereicht werden.

Hohe Wertung auf der Gesundheitsskala

Paprika zählt zu den wasserreichen, erfrischenden und kalorienarmen Gemüsesorten. Der Vitamin-C-Gehalt von Paprika ist besonders auffällig und höher als in Zitrusfrüchten. 100 Gramm grüner Paprika enthält etwa 100 bis 150 Milligramm Vitamin C. 100 Gramm rote Tomatenpaprika sogar 270 bis 400 Milligramm. 100 Gramm Zitronen enthalten dagegen nur etwa 34 bis 40 Milligramm Vitamin C. Um den Tagesbedarf an Vitamin C zu decken, reicht etwa eine halbe Paprikaschote aus. Rote und orange Schoten enthalten am meisten Vitamin C und antioxidatives Provitamin A (Carotinoide). Paprika regt den Appetit und die Verdauung an. Sie wirkt harntreibend und desinfizierend auf die Schleimhäute. Daneben enthält Paprika auch die wertvollen Vitamine B1, B2 und B6. Hinzu kommen Ballaststoffe sowie die Mineralstoffe Kalzium und Eisen.

Kein Wunder, dass die Paprika auf der Liste der gesunden Gemüsesorten ganz oben steht.

Einige Tipps für die sachgemäße Behandlung von Paprika

- **Bei 10 bis 13°C lagern; so bleiben sie lange fest und knackig.**
- **Erwünscht ist eine relative Luftfeuchtigkeit von 90 – 95 %**
- **Damit sie nicht austrocknet, sollte sie immer zugedeckt bleiben.**
- **Lagern Sie Paprika nie neben Gemüse, das Äthylen absondert, etwa Tomaten.**
- **Vor großen Temperaturschwankungen schützen.**
- **Paprika nie dem Sonnenlicht aussetzen.**