Zahlen und Fakten

Graz, 12. April 2012

Grazer Krauthäuptel

Ernte
Mehr als 10 Millionen Stück pro Jahr.

Anbaufläche in der Steiermark
150 Hektar im Freiland und in Folientunnels.

Zahl der Produzenten
Rund 100 Gemüsebauern, überwiegend im Grazer Raum und in der Südoststeiermark, kultivieren den Grazer Krauthäuptel.

Geschichte
Zum ersten Mal ist der Grazer Krauthäuptel um die Jahrhundertwende in der damaligen Untersteiermark als Laibacher Eissalat wegen seines großen, festen Kopfes, seiner krausigen Blätter und seines bitterfreien Geschmacks aufgefallen. Grazer Gärtner brachten ihn noch während des ersten Weltkrieges in die Landeshauptstadt und züchteten den zart-knackigen, leicht süßlichen Grazer Krauthäuptel.

Vitaminreich und Kalorienarm
Der beliebteste Salat der Steirer ist nicht nur ein wahrer kulinarischer Genuss, sondern hat auch ganz schön etwas im Köpfchen: reichlich Vitamine und Mineralstoffe.
Wichtig: Der Vitamin-Gehalt im Salat nimmt nach außen hin zu. Der Grazer Krauthäuptel besteht zu 90 Prozent aus Wasser, ist sehr kalorienarm und ideal für leichte Kost sowie für Schonkost.

Tipps für die Zubereitung
Den Grazer Krauthäuptel nicht zu lange und nur mit wenig Wasser waschen. So bleibt dieser frisch und knackig, Vitamine und Mineralstoffe bleiben gut erhalten. Den Grazer Krauthäuptel erst kurz vor dem Essen zubereiten. Auch die äußeren Blätter verwenden. Diese sind am vitaminreichsten!

Am typisch rotem Randerl erkennbar
Seine äußeren Blätter haben ein schmales, dunkelrot bis violett gefärbtes Randerl, sein ausgeprägter Salatkopf schillert ebenfalls meist leicht dunkelrot bis violett. Die Blätter mit den feingezackten Rändern sind stark blasig gewölbt und bleiben deshalb lange fest und zartknackig.

Robustheit spart beim Pflanzenschutz

Die steirischen Gemüsebauern ziehen ihn nach den Richtlinien der Integrierten Produktion (IP) vorwiegend im Grazer Raum und in der Süd- und Oststeiermark. Pflanzenschutz ist beim Grazer Krauthäuptel wegen seiner Robustheit kaum notwendig – diese bodenständige Sorte hat sich im Laufe der Zeit gut an unser Klima und auch an die Krankheiten und Schädlinge angepasst und lässt sich von Natur aus nicht unterkriegen.