

# DIE GURKE

## Inhaltsstoffe und Unterscheidung im Regal

### 1 ÜBERLEGE

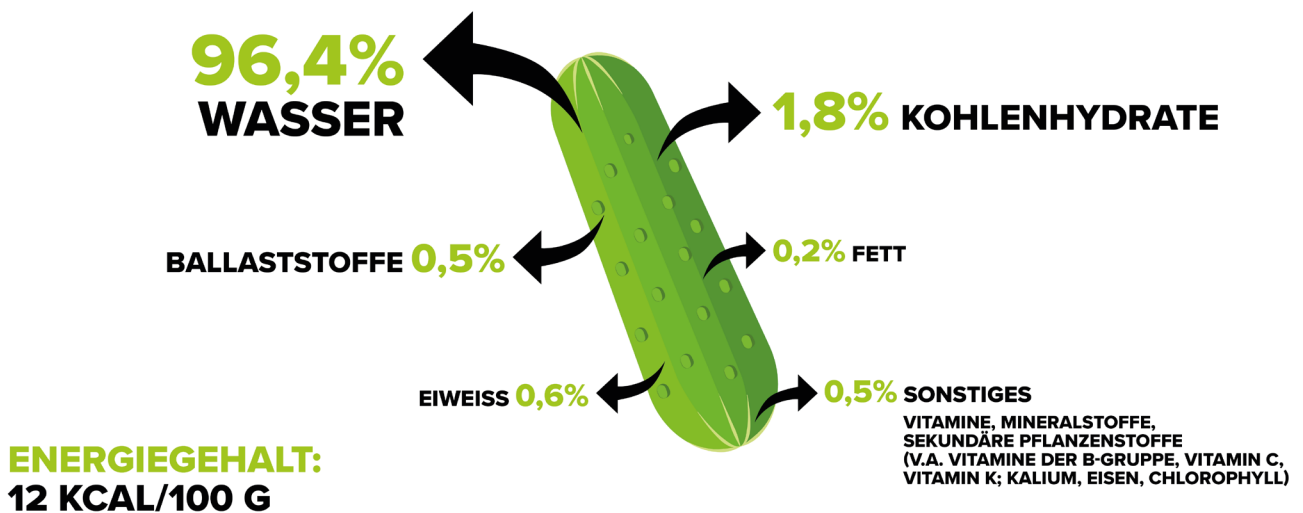
Hast du dir schon einmal Gedanken darüber gemacht, zu welcher Pflanzengattung die Gurke zählt? Trage deine Überlegungen hier ein.

**LÖSUNG:** Gurken sind eine Gattung aus der Familie der Kürbisgewächse. Insgesamt gibt es 800 Arten von Kürbisgewächsen. Sie wachsen in Regenwäldern, Wüsten oder fühlen sich am Komposthaufen wohl.

### 2 INFOGRAFIK - TRAGE EIN

Die Gurke enthält viele Inhaltsstoffe, die gut für dich sind. Trage die Inhaltsstoffe in die Grafik ein.

#### DIE GURKE: VIEL WASSER, VIELE VITAMINE



**IN DER SCHALE BEFINDEN SICH DIE MEISTEN VITAMINE DAHER SCHÄLEN VERMEIDEN**



Infografik © Land schafft Leben 2021 Inhaltsstoffe können je nach Sorte, Reifegrad und Anbaubedingungen schwanken

Quellen: Elmadfa et al. (2020): Die große GU Nährwert Kalorien Tabelle; Hofmann, L. (2014): Chlorophylle in der menschlichen Ernährung; Molter, J. (2016): Bittere Kürbisgewächse

In der Schale befinden sich die meisten Vitamine und wertvolle Ballaststoffe!

**Tipp:** Iss die Gurke mit der Schale!



### 3 SCHAU GENAU - UNTERSCHIEDUNG IM REGAL



**Salatgurken:**

**LÖSUNG:** Werden im geschützten Anbau, also unter Glas oder Folie angebaut. Sie haben eine vergleichsweise dünne Schale und keine ausgeprägten Kerne.



**Feldgurken:**

**LÖSUNG:** Werden im Freiland, am Feld angebaut. Sie haben eine dickere Schale als Salatgurken und essbare Kerne



**Essiggurkerl:**

**LÖSUNG:** Als „Gurkerl“ oder „Essiggurkerl“ werden umgangssprachlich Einlegegurken bezeichnet, die als Ganze eingelegt werden.

### 4 RECHERCHIERE

Wie kommt das Gurkerl in das Glas? Beschreibe den Weg von der Ernte bis ins Regal! Schaue dir dazu das Video „**Gurkerl: Heimisches vom Gurkerlfieger**“ an. Du findest das Video unter dem folgenden Link: <https://bit.ly/38MiwFW> oder mit diesem QR-Code:



**Zeitraum der Gurkerlernte:**

**20. Juni bis Ende August**

**Ernte mit dem Gurkerlfieger – Worauf wird dabei geachtet?**



**LÖSUNG:** Ernte via Gurkerlfieger = umgangssprachlich die Bezeichnung für die liegende Arbeit bei der Gurkerlernte, meist Mitarbeiter aus Rumänien, händische Arbeit, sehr anstrengend. Mitarbeiter müssen sehr genau und schonend arbeiten. Jede Blüte ergibt eine neue Gurke. Alle drei Tage wird geerntet. Direkte Verarbeitung möglich.

# 5 ORDNE RICHTIG ZU

Ordne die einzelnen Schritte den Bildern richtig zu und beschreibe die Vorgänge:

**REINIGEN ABFÜLLEN PASTEURISIEREN KONTROLLIEREN ANLIEFERN SORTIEREN**

**ANLIEFERN, SORTIEREN**



**LÖSUNG:**

Anlieferung mit dem Traktor, Sortierung nach unterschiedlichen Größen

**LÖSUNG:**

Waschen im „Swimmingpool“, um den Schmutz zu entfernen

**REINIGEN**



**KONTROLLIEREN**



**LÖSUNG:**

Optische Kontrolle, Trennung von „guten“ und „bösen“ Gurken. „Böse Gurken“ = gebrochene Gurken oder sehr stark gekrümmte Gurken. Diese werden zu Sandwich-Gurken weiter verarbeitet.

**LÖSUNG:**

Abfüllung, händische Nacharbeit um Gurken in die Gläser hinein zu drücken. Danach kommt der Aufguss dazu und die Gurkerl werden verschlossen. Im Anschluss werden sie pasteurisiert.

**ABFÜLLEN, PASTEURISIEREN**



## 6 EXPERTEN THEMA

Weshalb ist es wichtig, die Gurkerl zu pasteurisieren? Erkläre den Begriff und die Notwendigkeit des Pasteurisierens mit eigenen Worten.

### LÖSUNG:

Pasteurisieren = Erhitzungsverfahren, um die Gurkerl haltbar zu machen.

Viele Rezepturen haben keine chemischen Zusatzstoffe. Um genau zu wissen, was im Aufguss enthalten ist, lohnt sich ein Blick auf das Etikett!

## 7 ORDNE RICHTIG ZU

Du gehst einkaufen und stehst vor einem Regal mit unterschiedlichen Gurken. Finde den Unterschied:

- |               |                 |             |
|---------------|-----------------|-------------|
| ① Gewürzgurke | ② Cornichon     | ③ Senfgurke |
| ④ Honiggurke  | ⑤ Sandwichgurke | ⑥ Salzgurke |

⑤ in Essig eingelegte Gurken-scheiben

⑥ große, ganze Gurke; durch Milchsäuregärung haltbar gemacht

② kleine Gurke, in Essig eingelegt

① ganze Gurke, in Essig eingelegt

④ geschälte, geschnittene und gegarte Gurke, mit Honig

③ geschälte, geschnittene und gegarte Gurke, mit Senfkörnern

### INFO:

Bezeichnungen wie „Delikatessgurke“, „Schlemmergurke“, „süß-sauer“ sind nicht laut Lebensmittel-Codex geregelt.

