

Presseausendung

Schladming, 20.02.2018



## Gerade jetzt zur Grippezeit: Die Zwiebel kann viel mehr als man denkt

In Österreich ist die Zwiebel das am meisten angebaute Gemüse. In unsere Küchen spielt sie aber hauptsächlich eine Nebenrolle. Dabei kann das unscheinbare Feldgemüse sehr vielseitig verwendet werden und hat eine wissenschaftlich anerkannte Heilwirkung. Ein Drei-Hauben-Koch stellt gemeinsam mit dem Verein *Landschaft schafft Leben* die Zwiebel in den Mittelpunkt und Bauern sowie Experten erklären, worauf es in der Zwiebelerzeugung ankommt.

Die Zwiebel ist in der Küche eine Selbstverständlichkeit. Sie kann viel mehr als in der Pfanne angeröstet zu werden und eine würzige Grundlage für unzählige Gerichte zu sein. Was viele aber nicht wissen: die Zwiebel hat eine vielfältige Heilwirkung, die wissenschaftlich anerkannt ist. Rohe Zwiebeln enthalten Lauchöle, die Entzündungen hemmen und die Verdauung fördern. Gegen Erkältungen mit Schnupfen und Schleim empfiehlt sich ein Zwiebeltee. Der Zwiebelsirup, am besten mit Honig zubereitet, ist ein trocknender Hustensaft. Die Zwiebel kann auch äußerlich angewendet werden. Frisch geschnitten kann sie auf Fußsohlen aufgelegt oder einfach nur halbiert in die Nähe der Nase gelegt werden. Grund für die vielseitige Wirkung als Heilpflanze sind mehrere Hundert Substanzen.

### Die Zwiebel aus Österreich

Wir Österreicher essen jährlich rund zehn Kilogramm Zwiebeln. Heimische Zwiebeln gibt es mehr als genug und fast das ganze Jahr über. 93 Prozent der österreichischen Zwiebeln kommen aus Niederösterreich. Hauptanbauregionen sind das Marchfeld, die Region rund um St. Pölten sowie das traditionelle Zwiebelanbaugebiet Laa an der Thaya. Dort eignet sich das Klima hervorragend aufgrund der kalten Winter und der heißen Sommer. Das für den Zwiebelanbau so wichtige Wasser ist weniger knapp als in vielen anderen Ländern. Der heimische Lebensmitteleinzelhandel setzt auf inländische Zwiebeln und verkauft zu 8,6 Prozent Bio-Zwiebeln.

### Die Zwiebel als Hauptdarstellerin in der Küche

Viele Menschen unterschätzen die Zwiebel und deren Wirkung. Der Verein *Landschaft schafft Leben* zeigt auf seiner Webseite den Weg der Zwiebel von der Saatgutvermehrung bis in die Küche. Akteure entlang der Wertschöpfungskette werden vorgestellt und kritische Aspekte wie das Keimhemmungsmittel Maleinsäure thematisiert. Gemeinsam mit Drei-Hauben-Koch Vitus Winkler aus St. Veit im Pongau werden in einem Video verschiedene Zwiebel-Gerichte vorgestellt, die einem die Tränen in die Augen treiben. Aber nicht aufgrund des Zwiebelschneidens. Vielmehr werden ganz gewöhnliche Zwiebeln zu „Zwiebelteich“, „Zwiebelcreme“, „Zwiebelsud“ und zur besonders kreativen „Zwiebelernte“.

Ernährungswissenschaftlerin Karin Buchart, Leiterin des Vereins Traditionelle Europäische Heilkunde, ergänzt das Kochvideo mit wertvollen Tipps und einfachen, wohltuenden Rezepten und erklärt, was die Zwiebel in unserem Körper bewirkt.

Kochvideo, Rezepte und Tipps zur Zwiebel gibt's auf [www.landschaftleben.at](http://www.landschaftleben.at).

## Links

Videos zum Weg der Zwiebel und alle Themen, Daten und Fakten rund um Zwiebeln aus Österreich:

[www.landschaftleben.at/lebensmittel/zwiebel](http://www.landschaftleben.at/lebensmittel/zwiebel)

Pressebilder: [www.landschaftleben.at/service-aktuelles/meldungen/pressebereich/pressebilder](http://www.landschaftleben.at/service-aktuelles/meldungen/pressebereich/pressebilder)

**Für Rückfragen oder ein Interview stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!**

**Julia Eder**, Kommunikation

*Land schafft Leben*

Erzherzog-Johann-Straße 248b, 8970 Schladming

T: +43 3687 24 008-306

[julia.eder@landschaftleben.at](mailto:julia.eder@landschaftleben.at)

## Kurzinfo Land schafft Leben

*Land schafft Leben* ist unserem Essen auf der Spur. 2014 in Schladming von Bergbauer Hannes Royer gegründet, veranschaulicht der unabhängige und unpolitische Verein auf seiner in Österreich einzigartigen Informations- und Dialogplattform [www.landschaftleben.at](http://www.landschaftleben.at) den Wert und die Produktionsbedingungen österreichischer Lebensmittel entlang der gesamten Wertschöpfungskette: Transparent und authentisch, ohne zu werten. Ziel ist es, den Konsumenten eine bewusste Kaufentscheidung zu ermöglichen, die auf dem Wissen um die Zusammenhänge der Lebensmittelproduktion beruht. Von Apfel über Huhn und Milch bis zur Zwiebel wird nacheinander jedes in Österreich hergestellte Lebensmittel anhand verschiedenster Kriterien sowie kritischer Themen detailliert beleuchtet. 47 Förderer, darunter Verarbeiter und Vertreter des Lebensmittelhandels, ermöglichen durch ihre finanzielle Unterstützung die Vereinsarbeit. Vertreter aus Landwirtschaft, Wissenschaft und Forschung sowie Repräsentanten von Ministerien, Interessenvertretungen und Verbänden stehen *Land schafft Leben* als Ansprechpartner zur Verfügung und liefern wertvolle Informationen.