

## Nachhaltige Zitrusfrüchte

Jetzt im Winter sind nachhaltige Zitrusfrüchte besonders beliebt und zählen zum Standard-Sortiment im Supermarkt. Heute weltweit angebaut, stammen Orangen ursprünglich aus China, Zitronen aus Indien. Die in Norddeutschland übliche Bezeichnung „Apfelsine“ kommt von niederländischen Seefahrern, denn "Apfel aus China" heißt im Niederländischen "appelsien" oder "sinaasappel".

Von November bis März erstreckt sich die Hauptsaison für die „Südfrüchte“, die mit der Erntezeit in Südeuropa beginnt. Je Sorte sind die Früchte nach 6 bis 18 Monaten erntereif. Sind sie einmal gepflückt, so reifen sie nicht nach. Im Jahr 2020 war Spanien der größte Lieferant von Zitrusfrüchten gefolgt von Südafrika.

## Nachhaltige Zitrusfrüchte

Für nachhaltige Zitrusfrüchte gibt es diese 3 Möglichkeiten:

- Beachten Sie das Ursprungsland: je näher, desto kürzer der Transportweg und umso besser die CO2 Bilanz.
- Das FAIRTRADE Siegel garantiert auch den ProduzentInnen grundlegender Arbeits- und Menschenrechte, sowie gerechte Entlohnung.
- Früchte aus biologischem Anbau bedeuten Anbau ohne Pestizide und somit Gesundheitsschutz für die ProduzentInnen, Umweltschutz im Anbaugebiet und keine Rückstände für uns, die wir das Obst verzehren.

## Alternative Einkaufsmöglichkeiten für nachhaltige Zitrusfrüchte

Für unbehandelte Zitrusfrüchte gibt es auch abseits der Supermärkte Möglichkeiten einzukaufen bzw. online zu bestellen. So bieten die Weltläden Ihren KundInnen ein Bestellservice für frisch geerntete Bio-Orangen und Bio-Mandarinen, die frei von Konservierungsstoffen sind. Die Früchte werden von kleineren und mittleren Betrieben direkt vermarktet. Bestellkarten dafür erhalten Sie in den Weltläden.

### Weitere Informationen:

- Weltladen - [Orangen und Mandarinen bestellen](#)
- Unbehandelte Orangen, Zitronen und Mandarine - [Lieferservice](#)
- Crowd Farming - [nachhaltige Orangen](#)

## Unsere Tipps:

### Orangen, Mandarinen und Zitronen richtig lagern

Bewahren Sie Zitrusfrüchte nicht im Kühlschrank auf. Dabei verlieren sie schnell das Aroma. Bei Zimmertemperatur sind Orangen und Co. allerdings nur wenige Tage haltbar. Kaufen Sie kleinere Mengen, die Sie rasch verzehren. Haben Sie die Möglichkeit zur Aufbewahrung in einem kühlen Vorratskeller – optimal sind 10 bis 15 Grad - können Sie auch größere Mengen einkaufen. Die Früchte großflächig nebeneinander auflegen, um Druckstellen zu vermeiden und getrennt von anderen Obstsorten lagern, damit Sie nicht dem Reifegas Ethylen ausgesetzt sind.

### Schalenbehandlung und Arbeitsbedingungen

Die meisten Orangen, Mandarinen und Zitronen werden behandelt, um Schimmel bei Transport und Lagerung zu verhindern und sie länger lagerfähig zu machen (E231, E232). Damit die Früchte schön glänzen werden sie häufig auch gewachst

Greifen Sie besser zu unbehandelten Früchten oder solchen aus biologischem Anbau. Das gilt vor allem, wenn Sie die Schalen von Zitrusfrüchten zum Backen oder Kochen verwenden wollen.

Generell gilt: Waschen Sie Zitrusfrüchte vor dem Essen gründlich mit warmem Wasser und reiben sie diese mit einem Tuch ab. So entfernen Sie Schmutz und Rückstände von Chemikalien. Denn auch beim Schälen



können Schadstoffe an den Fingern haften bleiben.

## Links:

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz: [Lebensmittelzusatzstoffe](#)

ndr.de: [Chemie auf Orangen und Zitronen](#)

Planet Wissen.de: [Zitrusfrüchte](#)

utopia.de: [Studie „Bittere Orangen“ 2021](#)

Konsument: [Zitrusfrüchte mit behandelter Schale](#)

[Zurück zur Übersicht](#)