



SIEGERBROSCHÜRE Naturwettbewerb 2024

MEIN GARTENWUNDER

Wer hat den längsten Kürbis?



LAND
TIROL



**Verband der Tiroler Obst- u. Gartenbauvereine –
„Grünes Tirol“**

Projekt Jugend, Schule, Familie

Brixner Straße 1

6020 Innsbruck

Tel: 059292 - 1523

E-Mail: laengsterkuerbis2024@lk-tirol.at

www.gruenes-tirol.at





Vorwort

Liebe Kinder!

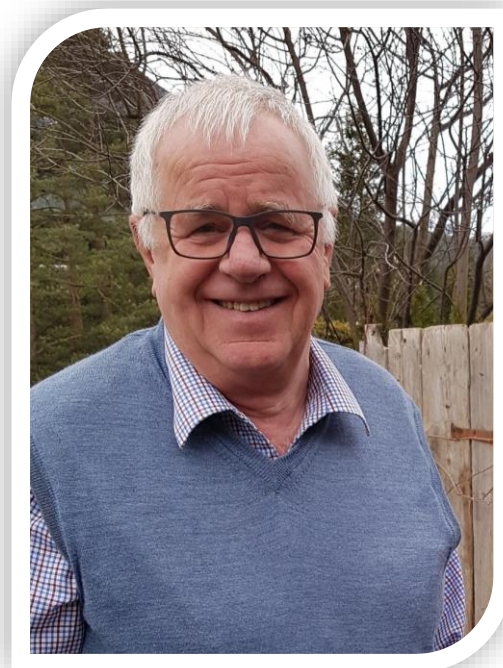
Werte OGV Mitglieder!

Geschätzte Funktionärinnen und Funktionäre!

Liebe Pädagoginnen und Pädagogen!

Unser Naturwettbewerb 2024 – Mein Gartenwunder „Wer hat den längsten Kürbis?“ ist mit 1. Oktober 2024 zu Ende gegangen. Wir konnten heuer fast 6.500 Kinder, Jugendliche und Erwachsene dafür begeistern, dass sie sich mit den Themen Anzucht, Pflege und Ernte von KÜRBISSEN beschäftigten.

Das heurige Gartenjahr stellte einige Herausforderungen. Im Frühjahr war es feucht, das lockte zahlreiche Schnecken in den Garten. Viele Jungpflanzen wurden von den Schnecken gefressen. Der Sommer brachte Hagel in einigen Teilen Tirols. Auch hier blieben nicht alle Kürbisse unversehrt. Dann war es sehr heiß und trocken. Zum Schulanfang kam dann der große und nasse Kälteeinbruch. Dennoch erreichten uns bis zum 1. Oktober zahlreiche Kürbiseinreichungen mit stolzen Ergebnissen.



Eine Jury konnte aus allen Einreichungen Landessieger in den Kategorien „Einzelwertung Kinder“, „Gruppenwertung Kinder“ und „Erwachsenenwertung OGV Mitglied“ ermitteln. Ebenso konnten Bezirkssieger in diesen 3 Kategorien ermittelt werden. Ich darf allen Siegern herzlich gratulieren und mich im Namen des Verbandes der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine – „Grünes Tirol“ bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern und deren Unterstützer recht herzlich fürs Mitmachen bedanken. Ebenso herzlich bedanken möchte ich mich bei unserer Projektleiterin Michaela Posch, für die perfekte Gesamtorganisation des Naturwettbewerbes 2024.

Pepi Stocker
Landesobmann

Das war der Naturwettbewerb 2024

Auf ins Gartenabenteuer!

Jedes Jahr organisiert der Verband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine – „Grünes Tirol“ im Rahmen des Projektes „Jugend, Schule, Familie“ den Naturwettbewerb – Mein Gartenwunder. Dieses Mal stellte sich die Frage: „Wer hat den längsten Kürbis?“ Kinder, Jugendliche und Erwachsene aus ganz Tirol waren eingeladen, mitzumachen.



Das Abenteuer beginnt

Der Startschuss für den Naturwettbewerb fiel bereits im Frühjahr. Interessierte aus Kinderkrippen, Kindergärten, Volksschulen, Mittelschulen sowie aus den Obst- und Gartenbauvereinen konnten sich bis Mitte März online für die Teilnahme eintragen. Die Motivation den längsten Kürbis zu züchten, begeisterte dieses Jahr 6.403 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ambitioniert als Einzelperson oder in der Gruppe gegeneinander antraten. Den TeilnehmerInnen wurden nach der Anmeldung 15.566 Kürbissamen, der für den Wettbewerb ausgewählten Kürbissorte „Langer von Neapel“, zugeschickt. Mit dabei waren auch eine umfangreiche Broschüre mit vielen Infos, Tipps und Tricks zum erfolgreichen Kürbisanbau sowie die Regeln zum Ablauf des Wettbewerbs.

Über 22.000 cm Kürbis

Nachdem die Pflanzen den ganzen Sommer lang gehegt und gepflegt wurden, konnte man mittels Bildbeweis die Ergebnisse zum Stichtag am 1. Oktober einreichen. Dabei standen drei Wertungsklassen zur Auswahl: „Einzelwertung Kinder“, „Gruppenwertung Kinder“ und „OGV-Mitglied Erwachsene“.

22.433,5 cm Kürbislänge wurden insgesamt von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eingereicht.

Kinder für die Natur begeistern

„Unser Projektziel ist es, den Kindern die Natur auf eine spannende Art und Weise näher zu bringen. Mit der Gestaltung des diesjährigen, Kürbis-Abenteuers wollten wir sie nach draußen locken und ihre Begeisterung für den Garten und die Natur wecken“, erklärt die Projektleiterin Michaela Posch die Hintergründe. Wenn man auf die Anzahl der teilnehmenden Gartler blickt, ist das ist auch wieder gelungen: Insgesamt 78 Schulen, Kindergärten und Kinderkrippen stellten sich der „Gruppenwertung Kinder“, 190 Kinder sendeten ihre Ergebnisse für die „Einzelwertung Kinder“ ein und 56 OGV-Mitglieder versuchten ihr Glück in der Kategorie „OGV-Mitglied Erwachsene“.

„Wir freuen uns, dass wieder so viele Kinder am Gartenwunder teilnahmen und vollsten Einsatz zeigten. Mithilfe der richtigen Anleitung, praktischer Anbau- und Pflegetipps sowie einer guten Portion Glück konnten sie hervorragende Ergebnisse beim Kürbisanbau erzielen!“, freut sich Manfred Putz, Geschäftsführer von „Grünes Tirol“. *„Solche Projekte stellen eine Bereicherung für Kinderkrippen, -gärten sowie Schulen dar und bringen eine spannende Abwechslung in den Alltag der Kinder. Raus aus dem Klassenzimmer, weg von Computern und Handys und hinein ins Abenteuer Natur – dazu konnten wir auch heuer wieder einen Beitrag leisten!“*

Die Bezirkssieger sowie die drei Landessieger der einzelnen Kategorien dürfen sich über tolle Naturpreise freuen. Ein Gewinn war die Aktion aber auch heuer wieder für alle, die mitgemacht haben!

Hintergrund des Naturwettbewerbes

Der Naturwettbewerb hatte jedoch nicht nur das Ziel, den längsten Kürbis zu finden. Vielmehr ging es darum, Kinder und Erwachsene gleichermaßen für die Natur zu begeistern und ihnen die Möglichkeit zu geben, sich aktiv mit ihr auseinanderzusetzen. Durch das Anbauen von Kürbis lernten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer viel über Pflanzenwachstum, Bodenbeschaffenheit, ökologische Zusammenhänge und ein verstärktes Bewusstsein für die Natur. Es zeigte sich, wie wichtig es ist, die junge Generation für die Wunder der Natur zu begeistern und sie zu ermutigen, Gemüse selbst anzubauen.

Der Naturwettbewerb 2024 war nicht nur ein Wettbewerb, sondern vor allem auch Bewusstseinsbildung:

- Wie entsteht aus einem Samenkorn eine Pflanze?
- Was benötigt eine Pflanze um zu wachsen und zu gedeihen?
- Wie verarbeitet man Gemüse und vor allem, wie schmeckt selbst angebautes Gemüse?

Die Ziele vom Naturwettbewerb sind:

- Kinder in die Natur zu locken und mit ihr arbeiten zu lernen
- Zusammenhänge und Kreisläufe in der Natur zu verstehen und zu begreifen
- Gemüse und ihren Anbau auf eine „besondere“ Art und Weise wahrzunehmen



Fachjury von links nach rechts:

Landesobmann-Stv. Theresa Spörr, Landesobmann Josef Stocker und Landesobmann-Stv. Jakob Aufschnaiter





Beim Naturwettbewerb 2024 haben ein Ergebnis eingereicht:

44 Obst- und Gartenbauvereine:

Ranggen, Absam, Angerberg, Aurach bei Kitzbühel, Birgitz, Breitenbach am Inn, Brixen im Thale, Bruck am Ziller, Ellmau-Scheffau-Going, Fügen und Umgebung, Hopfgarten im Brixental, Inzing, Kematen, Kirchberg in Tirol, Kolsass-Kolsassberg-Weer, Kössen-Schwendt, Verband der Tiroler Obst und Gartenbauvereine – Direktmitglied, Lechtal, Mieders, Nesselwängle, Nußdorf-Debant, Oberhofen im Inntal, Oberndorf in Tirol, Pfunds, Pillerseetal, Pinswang, Reith bei Kitzbühel, Reutte, Rietz, Rinn, Roppen, Schönwies, Schwaz, Söll, St. Johann in Tirol, Stanz, Telfs, Tulfes, Völs, Vomp, Waidring, Walchsee, Wattens, Uttendorf (Salzburg),

3 Kinderkrippen:

Rum, Schlitters, Schönwies

25 Kindergärten:

Zirl, Aurach bei Kitzbühel, Brixen im Thale, Flirsch, Gaimberg, Götzens, Hötting, Inneralpach, Innsbruck, Mils, Niederndorf, Niederndorferberg, Oberlangkampfen, Obsteig, Pinswang, Roppen, Rum, Scheffau am Wilden Kaiser, Schlaiten, Schlitters, Schwendau – Burgstall, Schwoich, Steinach am Brenner, Telfs, Volders

39 Volksschulen:

Absam, Alpbach, Aurach bei Kitzbühel, Birgitz, Brixen im Thale, Bruck am Ziller, Dornauerg, Gallzein, Gnadenwald, Grins, Hochgallmigg, Hopfgarten i. D., Innsbruck, Innsbruck-Hötting, Inzing, Iselsberg-Stronach, Kematen, Lavant, Mayrhofen, Mieders, Mieming, Mötz, Nauders, Neustift, Niederndorferberg, Obsteig, Pinswang, Prutz, Radfeld, Roppen, Schönwies, Schwoich, Söll, Walchsee, Wattenberg, Wattens, Weißenbach, Westendorf

10 Mittelschulen:

Brixen im Thale, Fließ, Imst, Nauders, Neustift, Pfunds, Schwaz, Söll, Vomp, Weer

1 Hort:

Nesselwängle



Teilnehmer Naturwettbewerb 2024

56 OGV-Mitglieder Erwachsene

78 Gruppenwertungen Kinder mit 2.500 Kindern

190 Einzelwertungen Kinder

324 Einreichungen mit gesamt 2.740 Teilnehmern (von 6.400 angemeldeten Teilnehmern).

45 Einreichungen aus dem Bezirk Kufstein:

29 Einzelwertung Kinder

8 Gruppenwertung Kinder

8 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

55 Einreichungen aus dem Bezirk Kitzbühel:

34 Einzelwertung Kinder

4 Gruppenwertung Kinder

17 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

26 Einreichungen aus dem Bezirk Schwaz:

4 Einzelwertung Kinder

13 Gruppenwertung Kinder

9 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

56 Einreichungen aus dem Bezirk Innsbruck-Land:

25 Einzelwertung Kinder

22 Gruppenwertung Kinder

9 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

5 Einreichungen aus dem Bezirk Innsbruck-Stadt:

0 Einzelwertung Kinder

5 Gruppenwertung Kinder

0 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

39 Einreichungen aus dem Bezirk Imst:

26 Einzelwertung Kinder

9 Gruppenwertung Kinder

4 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

62 Einreichungen aus dem Bezirk Landeck:

53 Einzelwertung Kinder

7 Gruppenwertung Kinder

2 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

16 Einreichungen aus dem Bezirk Reutte:

9 Einzelwertung Kinder

3 Gruppenwertung Kinder

4 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

14 Einreichungen aus dem Bezirk Lienz:

5 Einzelwertung Kinder

7 Gruppenwertung Kinder

2 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

5 Einreichungen aus Salzburg:

5 Einzelwertung Kinder

0 Gruppenwertung Kinder

0 OGV-Mitglieder Erwachsenenwertung

1 Einreichung Direktmitglieder:

1 OGV-Mitglied Erwachsenenwertung





ERLÄUTERUNG SIEGER

Es wurden 30 Sieger ermittelt:

3 Landessieger:

- 1 Landessieger in der Kategorie „**Einzelwertung Kinder**“
Hier wurde der längste Kürbis in der eingereichten Kategorie tirolweit ermittelt.
- 1 Landessieger in der Kategorie „**Gruppenwertung Kinder**“
Hier wurde der längste Kürbis in der eingereichten Kategorie tirolweit ermittelt.
- 1 Landessieger in der Kategorie „**OGV-Mitglied Erwachsene**“
Hier wurde der längste Kürbis in der eingereichten Kategorie tirolweit ermittelt.

Gibt es in einem Bezirk einen Landessieger, rückt der zweitlängste Kürbis in der jeweiligen Kategorie als Bezirkssieger nach. (Landessieger und Bezirkssieger kann man nicht gleichzeitig werden.)

27 Bezirkssieger:

- 8 Bezirkssieger in der Kategorie „**Einzelwertung Kinder**“
- 9 Bezirkssieger in der Kategorie „**Gruppenwertung Kinder**“
- 10 Bezirkssieger in der Kategorie „**OGV-Mitglied Erwachsene**“

In der Kategorie „OGV-Mitglied Erwachsene“ gibt es im Bezirk Landeck 2 Einreichungen mit demselben Gewicht. Daher gibt es im Bezirk Landeck 2 Bezirkssieger in der Kategorie „OGV-Mitglied Erwachsene“.

Die Preise an die 3 Landessieger werden persönlich vom Vorstand des Verbandes der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine – „Grünes Tirol“ überreicht.

Die Bezirkssieger erhalten ihre Preise von den Bezirksvertretern persönlich überreicht.



ERGEBNISLISTE

„Wer hat den längsten Kürbis?“



LANDESSIEGER

Landessieger Einzelwertung Kinder

Bezirk	Name	Alter	Institution	Länge in cm
Landeck	Jana Rudig-Schimpföbl	7 Jahre	OGV Schönwies	112 cm

Landessieger Gruppenwertung Kinder

Bezirk	Name	Alter	Institution	Länge in cm
Lienz	Gruppe „Leenchen“	2 - 6 Jahre	Kindergarten Schlaiten	140 cm

Landessieger OGV-Mitglied Erwachsenenwertung

Bezirk	Name	Alter	Institution	Länge in cm
Kitzbühel	Monika Angerlechner	50 Jahre	OGV Aurach b. Kitzbühel	126 cm

LANDESSIEGER
Einzelwertung Kinder

LANDESSIEGER
Gruppenwertung Kinder

LANDESSIEGER
OGV-Mitglied Erwachsenenwertung



Jana Rudig-Schimpföbl
112 cm



Kindergarten Schlaiten
Gruppe „Leenchen“
140 cm



Monika Angerlechner
126 cm



BEZIRKSSIEGER

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Bezirk	Name	Alter	Institution	Länge in cm
Kufstein	Luis Krätschmer	12	Mittelschule Söll	111,2 cm
Kitzbühel	Matthias M. Hirzinger	5	OGV Hopfgarten im Brixental	106 cm
Lienz	Hannah Graf	9	VS Iselsberg-Stronach	100,8 cm
Innsbruck-Land	Manuel Eiterer	9	OGV Inzing	98,5 cm
Landeck	Lina Filzer	7	OGV Schönwies	96 cm
Schwaz	Simon Braun	10	Mittelschule Schwaz	96 cm
Reutte	Linnea Heim	7	Volksschule Pinswang	95,5 cm
Imst	Matilda Raggl	11	OGV Roppen	92 cm
Innsbruck-Stadt	Keine Einreichung!			

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Bezirk	Name	Institution	Länge in cm
Imst	4. Klasse	Volksschule Mötz	120 cm
Schwaz	Jugendgruppe „Kräutergang“	OGV Schlitters	109 cm
Innsbruck-Land	3. Klasse	Volksschule Inzing	105 cm
Kufstein	Klasse 2a	Mittelschule Söll	92 cm
Landeck	Klasse 2b	Mittelschule Pfunds	92 cm
Lienz	Schmetterlinge und Fische	Kindergarten Gaimberg	87 cm
Innsbruck-Stadt	Gruppe 1	Kindergarten Hötting	83 cm
Kitzbühel	Waldwichtel	Kindergarten Brixen im Thale	84 cm
Reutte	4. Klasse	Volksschule Weißenbach	63 cm

Bezirkssieger OGV-Mitglied Erwachsenenwertung

Bezirk	Name	Institution	Länge in cm
Kitzbühel	Stefan Wörter	OGV Pillerseetal	109,3 cm
Lienz	Manfred Gartner	OGV Nußdorf-Debant	107 cm
Imst	Elisabeth Stelzhammer	OGV Roppen	94,5 cm
Kufstein	Johann Horngacher	OGV Scheffau/Ellmau/Going	93 cm
Schwaz	Simon Böck	OGV Schwaz	90 cm
Innsbruck-Land	Theresa Spörr	OGV Kematen	89,5 cm
Landeck	Helmut Kern	OGV Pfunds	74 cm
	Stefan Nothdurfter	OGV Stanz	74 cm
Reutte	Emilia Semler	OGV Nesselwängle	65 cm
Innsbruck-Stadt	Keine Einreichung!		

Direktmitglied	Helmut Birnbaumer	Verband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine	76 cm
----------------	-------------------	--	-------

Siegerfotos



LANDESSIEGER

Landessieger Einzelwertung Kinder

Jana Rudig-Schimpföbl, 7 Jahre, Obst- und Gartenbauverein Schönwies

Länge des Kürbisses:
112 cm



Jana beim Bau ihres Kürbis-Beetes



Landessieger Gruppenwertung Kinder

Kindergarten Schlaiten, Gruppe „Leenchen“

Länge des Kürbisses:
140 cm



Der Kürbis wog stolze 31 kg.

Landessieger OGV-Mitglied Erwachsenenwertung

Monika Angerlechner, OGV Aurach bei Kitzbühel

Länge des Kürbisses:
126 cm



BEZIRKSSIEGER Einzelwertung Kinder

KUFSTEIN:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Luis Krätschmer, 12 Jahre,
Mittelschule Söll

Länge des Kürbisses:
111,2 cm



KITZBÜHEL:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Matthias M. Hirzinger, 5 Jahre,
Obst- und Gartenbauverein
Hopfgarten im Brixental

Länge des Kürbisses:
106 cm



LIENZ:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Hannah Graf, 9 Jahre,
Volksschule Iselsberg-Stronach

Länge des Kürbisses:
100,8 cm



INNSBRUCK-LAND:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Manuel Eiterer, 9 Jahre
Obst- und Gartenbauverein Inzing

Länge des Kürbisses:
98,5 cm



LANDECK:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Lina Filzer, 7 Jahre
Obst- und Gartenbauverein Schönwies

Länge des Kürbisses:
96 cm



SCHWAZ:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Simon Braun, 10 Jahre
Mittelschule Schwaz

Länge des Kürbisses:
96 cm



REUTTE:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Linnea Heim, 7 Jahre
Volksschule Pinswang

Länge des Kürbisses:
95,5 cm



IMST:

Bezirkssieger Einzelwertung Kinder

Matilda Raggl, 11 Jahre
Obst- und Gartenbauverein Roppen

Länge des Kürbisses:
92 cm



BEZIRKSSIEGER Gruppenwertung Kinder

IMST: Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

4. Klasse der Volksschule Mötz

Länge des Kürbisses:
120 cm



SCHWAZ: Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Jugendgruppe „Kräutergang“ des Obst- und Gartenbauvereins Schlitters

Länge des Kürbisses:
109 cm



INNSBRUCK-LAND: Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

3. Klasse der Volksschule Inzing

Länge des Kürbisses:
105 cm



KUFSTEIN:

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Klasse 2a der Mittelschule Söll

Länge des Kürbisses:
92 cm



LANDECK:

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Klasse 2b der Mittelschule Pfunds

Länge des Kürbisses:
92 cm



LIENZ:

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Gruppe Schmetterlinge und Fische
des Kindergartens Gaimberg

Länge des Kürbisses:
87 cm



INNSRUCK-STADT:

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Gruppe 1 des Kindergartens Hötting

Länge des Kürbisses:
83 cm



KITZBÜHEL:

Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

Waldwichtel des Kindergartens Brixen im Thale

Länge des Kürbisses:
84 cm



REUTTE: Bezirkssieger Gruppenwertung Kinder

4. Klasse der Volksschule Weißenbach

Länge des Kürbisses:
63 cm



BEZIRKSSIEGER OGV-Mitglied Erwachsene

KITZBÜHEL: OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Stefan Wörter,
Obst- und Gartenbauverein Pillerseetal

Länge des Kürbisses:
109,3 cm



LIENZ: OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Manfred Gartner,
Obst- und Gartenbauverein Nußdorf-Debant

Länge des Kürbisses:
107 cm



IMST: OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Elisabeth Stelzhammer,
Obst- und Gartenbauverein Roppen

Länge des Kürbisses:
94,5 cm



KUFSTEIN:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Johann Horngacher,
Obst- und Gartenbauverein Scheffau/Ellmau/Going

Länge des Kürbisses:
93 cm



SCHWAZ:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Simon Böck, Obst- und Gartenbauverein Schwaz

Länge des Kürbisses:
90 cm



INNSBRUCK-LAND:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Theresa Spörr,
Obst- und Gartenbauverein Kematen

Länge des Kürbisses:
89,5 cm



LANDECK:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

- Helmut Kern, Obst- und Gartenbauverein Pfunds
- Stefan Nothdurfter, Obst- und Gartenbauverein Stanz

Länge des Kürbisses:
74 cm



REUTE:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Emilia Semler,
Obst- und Gartenbauverein Nesselwängle

Länge des Kürbisses:
65 cm



DIREKTMITGLIED:

OGV-MITGLIED Erwachsenenwertung

Helmut Birnbaumer,
Verband der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine

Länge des Kürbisses:
76 cm



KÜRBIS – lecker und gesund

Es gibt rund 200 essbare Kürbissorten, die allesamt sehr viele Vitamine und sättigende Ballaststoffe

Inhaltsstoffe und Nährwerte

Mit nur 25 Kalorien pro 100 Gramm und einem Wassergehalt von 90 % sind Kürbisse kalorienarm und der schlanken Linie zuträglich. Kürbis versorgt den Körper mit dem Mineralstoff Kalium, das für eine normale Muskelfunktion sowie für die Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks wichtig ist und mit Vitamin C, das unter anderem die Eisenaufnahme aus pflanzlichen Lebensmitteln erhöht. Doch es finden sich noch weitere Gesundheitsschützer im Fruchtfleisch der Speisekürbisse. Beta-Carotin etwa, das im Körper zu Vitamin A umgebaut werden kann. Vitamin A ist wichtig für die Sehkraft und für den Schutz der Haut und Schleimhäute.

Kürbis Inhaltsstoffe	je 200 g verzehrbare Anteil
Energie	50 kcal/206 kJ
Eiweiß	2,2 g
Fett	0,2 g
Kohlenhydrate	9,2 g
Ballaststoffe	4,4 g
Kalium	608 mg
Phosphor	88 mg
Eisen	1,6 mg
Vitamin A	256 µg
Vitamin E	2,2 mg
Niacin	1,0 mg
Vitamin B6	0,2 mg
Vitamin C	24 mg



Verwendung und Zubereitung

Der Kürbis ist ein „Alleskönner“: Man kann ihn braten, grillen, dünsten, überbacken, kochen oder einlegen. Er schmeckt gut als Beilage zu Fleisch und Geflügel. Weitere schmackhafte Verwendungsmöglichkeiten sind z. B. Kürbissuppen, Kürbisgemüse, Eintopf, Auflauf, Kompott und Kürbisbrot. Da Kürbis ein recht dezentes Aroma besitzt, lässt er sich sowohl mit kräftigen Gewürzen pikant zubereiten, als auch mit Beigabe von Zucker oder Likör als süße Variation genießen.

ACHTUNG

Bitter schmeckende Kürbisse und auch Zucchini sollten nicht gegessen werden, unabhängig ob roh oder gekocht! Denn: Die Bitterstoffe (Cucurbitacine) können starke Magen- und Darmverstimmungen mit Erbrechen und Durchfall verursachen. Daher vor der Zubereitung ein kleines, rohes Stück Kürbis (oder Zucchini) kosten und auf den bitteren Geschmack testen.



Lagerung

Winter-Kürbisse lassen sich sehr gut lagern, wenn sie noch nicht ausgereift sind, einen Stiel besitzen und ihre Schale unverletzt ist. Ihre volle Reife erreichen sie, wenn sie etwa zwei Wochen, bei ca. 15 bis 20 Grad, gelagert werden. Einen reifen Kürbis erkennt man leicht am hohlen Ton beim Klopfen auf die Schale. Aber auch der Stielansatz gibt einen Hinweis auf die Reife der Frucht: Er sollte trocken sein, womöglich bereits eingetrocknet und bräunlich verfärbt. Ist der Kürbis reif, liegt die optimale Lagertemperatur bei 10 bis 13 Grad. Unter diesen Bedingungen können Kürbisse über einige Monate bis ins Frühjahr hinein aufbewahrt werden. Speisekürbisse, die eine Zeit lang zur Dekoration dienen, können danach noch in der Küche verarbeitet werden. Dann sollten diese Kürbisse jedoch während der Dekoration keinem Frost ausgesetzt werden. Ansonsten könnte das Fruchtfleisch zu faulen beginnen. Das Fruchtfleisch von ausgehöhlten Kürbissen lässt sich auch gut einfrieren. Dabei gibt es verschiedene Möglichkeiten: Entweder geraspelt, als gekochtes Kürbismus oder in kleinen Stückchen, die kurz vor dem Einfrieren ca. zwei Minuten blanchiert und dann bei Bedarf aufgetaut gedünstet werden.



KÜRBIS verarbeiten

Kürbisse, kann man auf vielfältige Weise verarbeiten. Zunächst schneidet man den Kürbis mit einem Messer in der Mitte auseinander.

Die Kerne und das faserige Innere können mit einem Esslöffel leicht herausgeschabt werden. Danach wird der Stielansatz des Kürbisses großzügig abgeschnitten und die Schale mit einem Messer oder Sparschäler von oben nach unten entfernt. Hokkaido-Kürbis muss im Gegensatz zu den anderen Sorten nicht geschält werden.

KÜRBISREZEPT

Kürbissuppe schnell und einfach

ZUTATEN:

- 800 g Kürbis
- 2 Kartoffeln (200 g)
- 2 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- 1 l Gemüsebrühe
- ½ Bund Petersilie
- 100 ml Sahne
- Salz, Pfeffer und frisch gemahlene Muskatnuss

1. Kürbis waschen, schälen, entstielen und halbieren. Mithilfe eines Löffels das Fruchtfleisch samt Kernen entfernen. Kartoffeln schälen. Kürbishälften und Kartoffeln in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln abziehen und würfeln, Knoblauch abziehen und fein hacken.
2. Butter in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln darin **2-3 Minuten** anbraten, dann gehackten Knoblauch sowie Kürbis- und Kartoffelstücke zufügen, kurz mitbraten und mit Gemüsebrühe ablöschen.
3. Suppe aufkochen und bei mittlerer Hitze mit aufgelegtem Deckel ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis Kürbis und Kartoffeln weich ist. In der Zwischenzeit Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein hacken.
4. Suppe nach Ende der Garzeit mit einem Pürierstab fein pürieren, mit Sahne verfeinern und je nach gewünschter Konsistenz noch ein wenig Wasser oder Gemüsebrühe zufügen. Fertige Suppe mit Salz, Pfeffer sowie Muskatnuss abschmecken, mit gehackter Petersilie garnieren und wer möchte mit Vollkornbrot servieren.



Kürbiswettbewerb aus Sicht der Projektleiterin



Das Thema des Naturwettbewerbes 2024 „Wer hat den längsten Kürbis?“ wurde bereits 2022 vom Vorstand des Verbandes der Tiroler Obst- und Gartenbauvereine - „Grünes Tirol“ beschlossen. Mit ausreichend Vorbereitungszeit, wurde ich mit der Durchführung des Naturwettbewerbes als Projektbetreuerin von Jugend, Schule, Familie, wie in den Vorjahren, beauftragt.

Sofort machte ich mich auf die Suche nach einer geeigneten Kürbissorte und wurde fündig. Die Sorte der „Langer von Neapel“ klang vielversprechend. Bei der Gartenbau-Agentur Renner wurde um das benötigte Samenmaterial angefragt.

Johann Renner, von der Gartenbau-Agentur Renner GmbH, war auch dieses Mal sofort wieder Feuer und Flamme und spendierte uns 20.000 Kürbissamen. **An dieser Stelle nochmals ein großes DANKE für die tolle Spende!**



Eine Broschüre mit der fachlichen Anleitung für den Anbau von Kürbissen der Sorte der „Langer von Neapel“ wurde erstellt. Die Wettbewerbsausschreibung mit der Anbaubroschüre wurde allen Kinderkrippen, Kindergärten, Volksschulen und Mittelschulen in Tirol, sowie allen Obst- und Gartenbauvereinen zugeschickt. Interessierte Naturliebhaber hatten die Gelegenheit sich bis zum 17. März 2024 zum Naturwettbewerb 2024 anzumelden.

Das Interesse war groß.

15.566 Kürbissamen der Sorte „Langer von Neapel“ konnten an:

- 126 Kindergärten, Kinderkrippen und Schulen mit 4.132 Kinder
- 62 Obst- und Gartenbauvereinen in Zusammenarbeit mit 1.528 Kindern
- 67 Obst- und Gartenbauvereine mit 743 Erwachsenen

gemeinsam mit einem Leitfaden ausgegeben werden.

Bis zum 1. Oktober 2024 hatten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer Zeit, ihre Kürbisse aufzuziehen, zu hegen und zu pflegen. Das Wettbewerbsergebnis konnte ONLINE über das Einreichformular auf der Homepage www.gruenes-tirol.at eingereicht werden. Bis zu zwei Beweisfotos konnten beim Einreichformular mit hochgeladen werden.

Es war wieder eine große Freude, jede Einreichung zu bearbeiten. Plötzlich wurden es immer mehr strahlende Kinderaugen mit ihren langen Kürbissen. Die Begeisterung, wie aus so einem kleinen Kürbissamen eine so große Pflanze wachsen konnte, war regelrecht zu spüren. Ab 1. Oktober wurden dann im Büro fleißig alle Einreichungen bearbeitet. Pünktlich bis zum 21. Oktober konnten alle Einreichungen sortiert der Fachjury für die Auswertung vorgelegt werden.

Landesobman- Stv. Theresa Spörr,
Landesobmann-Stv. Jakob Aufschnaiter,
Landesobmann Josef Stocker und LK Tirol
übernahmen diese ehrenvolle Aufgabe.



Danach standen die Landessieger und Bezirkssieger in den jeweiligen 3 Kategorien fest: Kategorie Einzelwertung Kinder, Kategorie Gruppenwertung Kinder (gewertet ab 2 Kinder) und OGV-Mitglied Erwachsene (ab 18 Jahren). Die 3 Landessieger mit dem längsten Kürbis in jeder Kategorie, sowie die Bezirkssieger dürfen sich über Naturpreise freuen. Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde als Erinnerung fürs Mitmachen. Gerade ein Naturwettbewerb, bei dem es um „das Größte“ oder „das Schwerste“ geht, löst Wettfieber bei den Kindern aus. Wir wollen die Kinder dazu bringen mit der Natur zu arbeiten und wenn wir es schaffen, dass der Funke für die Liebe zur Natur überspringt, haben wir das, was wir mit diesem Naturwettbewerb erreichen wollen, geschafft: Kinder ins Freie zu locken um



mit der Natur arbeiten zu lernen, auf die Umwelt „Acht“ zu geben und dann von der Natur belohnt zu werden. Ich glaube gerade die Faszination, die solche Riesenfrüchte bei Kindern auslösen, bleibt in ihren Erinnerungen gespeichert. Wenn die Lust und das Interesse zum Arbeiten mit der Natur erst einmal geweckt sind, werden noch viele kleine und große Naturexperimente folgen! Der Verband der Tiroler Obst- u. Gartenbauvereine – „Grünes Tirol“ mit dem Projekt Jugend, Schule, Familie, welches vom Land Tirol zu 80 % finanziert wird und somit diesen Naturwettbewerb erst möglich macht, ist bemüht, noch viele Jahre Naturwettbewerbe durchzuführen und das Material dazu kostenlos zur Verfügung zu stellen.

So können sich alle „Junggärtner“, die wir bereits seit 2015 mit unseren Naturwettbewerben gewinnen konnten, auf noch einige neue und spannende Naturerlebnisse freuen.

Naturwettbewerbe seit 2015

- 2015 „Größte Sonnenblume“
- 2016 „Schwerster Kürbis 2016“
- 2017 „Schwerster Kürbis 2017“
- 2018 „Wunderlinge“
- 2019 „B’sunderlinge“
- 2020 „Wer hat das größte Sonnenblumengesicht?“
- 2021 „Wer hat die schwerste Tomate?“
- 2022 „Wer hat den schwersten Kohlrabi?“
- 2023 „Wer hat den schwersten Zucchini?“
- 2024 „Wer hat den längsten Kürbis?“

Vorschau Naturwettbewerb 2025

- 2025 „Wer hat die höchste Sonnenblume?“



2015 „Größte
Sonnenblume“:
Sina Heim, VS Fügen
mit 4,32 m



2016 „Schwerster Kürbis“
Kinderkrippe Rum,
Langer Graben
79,7 kg



2017 „Schwerster Kürbis“
Marie Pall,
VS Westendorf
85,60 kg



2018 „Wunderlinge“
Hanna Wetzel, VS Pinswang
„Kunterbunte
Karottenfamilie“

Kindergarten Wennis
„Kassian der Wunderling“



2019 „B'sunderlinge“
Marcel Saurer, VS Niederndorf
„Herr Rettich“

Johanna Harlander, VS Niederndorf
„Heilige Familie“

2. Klasse, VS Erl
„Die beiden Kartoffelherzen“

4. Klasse, VS Erl „Frankie das
Erdbeer-Quietscheentchen“



2020 „Wer hat das größte
Sonnenblumengesicht?“
Andreas Posch, VS Rum
41,5 cm



2021 „Wer hat die schwerste Tomate?“
Manfred Gartner,
OGV Nußdorf-Debant
1.279 g



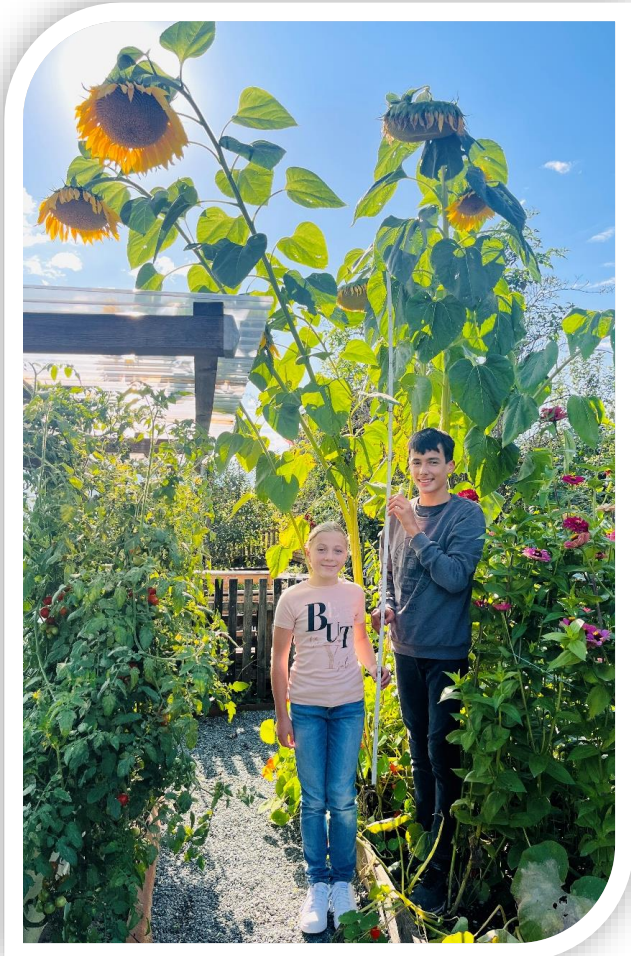
2022 „Wer hat den schwersten
Kohlrabi?“
Jonathan Kofler, VS Iselsberg-Stronach
16.100 g



2023 „Wer hat den schwersten
Zucchini?“
Manfred Gartner, OGV Nußdorf-Debant
28.522 g



Naturwettbewerb 2025



Der Naturwettbewerb 2025 wird im Zeichen der Sonnenblume stehen. Alle Unterlagen zum Wettbewerb und Infos zur Samenbestellung werden wir im Frühjahr 2025 verschicken. Wir würden uns wieder über viele experimentierfreudige Teilnehmerinnen und Teilnehmer, egal ob groß oder klein, freuen.





NATURWETTBEWERB

2025

