



22.1. Λάχανα – Γενικές Πληροφορίες

22.1.1.Εισαγωγή

Τα λάχανα (επιστ. Κράμβη η λαχανώδης ποικιλία η κεφαλωτή, *Brassica oleracea var. capitata*) είναι φυτά διετή, ποώδη που ανήκουν στην οικογένεια των Κραμβοειδών. Καλλιεργούνται για τη φυλλώδη κεφαλή τους, η οποία είναι φαγώσιμη. Η φυλλώδης κεφαλή, ανάλογα με την ποικιλία μπορεί να έχει χρώμα λευκό, κόκκινο ή γκριζοπράσινο

Ο εντοπισμός της καταγωγής αυτού του δημοφιλούς λαχανικού είναι λίγο δύσκολος, λόγω των πολλών και διαφορετικών ποικιλιών του. Πιθανότατα το άγριο λάχανο να προέρχεται από την Εγγύς Ανατολή όπου και εξημερώθηκε για να φτάσει στην Μεγάλη Βρετανία και την ηπειρωτική Ευρώπη αρκετούς αιώνες πριν. Υπάρχουν πολλές ποικιλίες που καλλιεργούνται παγκοσμίως και παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις όσο αφορά το χρώμα, την υφή, το μέγεθος, το σχήμα, την εποχή ωρίμανσής τους και άλλα χαρακτηριστικά.

Ως προς τη διάρκεια του βιολογικού κύκλου, δηλαδή του απαιτούμενου χρόνου από τη μεταφύτευση μέχρι την ωρίμανση τα διακρίνουμε σε: Υπερπρώιμα (ωριμάζουν σε 55-60 ημέρες από τη μεταφύτευση, είναι συνήθως μικρού μεγέθους και χρησιμοποιούνται για ανοιξιιάτικη καλλιέργεια). Πρώιμα (ωριμάζουν σε 90 ημέρες και χρησιμοποιούνται κυρίως για καλοκαιρινή καλλιέργεια). Μεσοπρώιμα και μεσόψιμα (που ωριμάζουν σε 120 ημέρες και είναι κατάλληλα για φθινοπωρινή καλλιέργεια). Όψιμα ή χειμωνιάτικα (που είναι κατάλληλα για χειμερινή καλλιέργεια).

Η απόδοση μιας καλλιέργειας λάχανου κυμαίνεται από 3 έως 5 τόνους στο στρέμμα.

Στην Ελλάδα καλλιεργούνται κυρίως άσπρες φθινοπωρινές ποικιλίες όπως Γιαννιώτικα, Αλσατίας, Πρώιμα Νάντης, άσπρα Σαβοΐας, υβρίδια GREENLANDIA, GENEYA, TROPICA και άλλες.

Κόκκινο ή μωβ λάχανο. Είναι η πιο εντυπωσιακή ποικιλία και διακρίνεται για το βαθύ κόκκινο ή μωβ χρώμα του. Το κόκκινο ή μωβ λάχανο μπορεί επίσης να ποικίλλει σε μέγεθος από μικρό έως πολύ μεγάλο. Η γεύση του είναι αρκετά ήπια και παρόμοια με αυτή του πράσινου λάχανου.



Λάχανο savoy ή (λάχανο Μιλάνου). Είναι παρόμοιο σε εμφάνιση με το πράσινο λάχανο, αλλά έχει πτυχωτά φύλλα που μπορεί να διαφέρουν στο χρώμα από το σκούρο μέχρι το ανοιχτό πράσινο. Έχει πολύ ήπια γεύση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ. Το κόκκινο λάχανο και το λάχανο savoy ακολουθούν την ίδια τεχνική συντήρησης όπως το άσπρο λάχανο.

22.1.2. Ποιοτικοί & Δείκτες Ωριμότητας

Οι κεφαλές συγκομίζονται τμηματικά με το χέρι, μόλις αποκτήσουν εμπορεύσιμο μέγεθος. Το σύνηθες βάρος της κεφαλής είναι 2 – 5 κιλά, ανάλογα με τη ποικιλία και τις καλλιεργητικές φροντίδες της καλλιέργειας. Κεφαλή, έστω και μικρή, που διαπιστώνεται ότι έχει σταθερό μέγεθος και δεν αναπτύσσεται για περίοδο 15 ημερών πρέπει να συγκομίζεται. Καθυστερήση στη συγκομιδή μπορεί να προκαλέσει , σήψη αλλά και κίνδυνο βακτηριακών ή άλλων προσβολών.

Ο προσδιορισμός του βέλτιστου χρόνου για τη συγκομιδή των λάχανων είναι συχνά δύσκολη. Ένας βασικός δείκτης ωριμότητας είναι η συνολική εμφάνιση της κεφαλής. Η κεφαλή είναι έτοιμη να συγκομισθεί, εάν τα φύλλα που την περιτυλίγουν εξαπλωθούν και αρχίσουν να κάμπτονται ελαφρώς προς τα έξω ενώ η κεφαλή είναι εκτεθειμένη.

Άλλος δείκτης ωριμότητας είναι όταν τα λάχανα έχουν καλά σχηματισμένη κεφαλή και έχουν καλό βάρος σε σύγκριση με το μέγεθος τους.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1. Ωριμα λάχανα έχουν μεγαλύτερο χρόνο αποθήκευσης μετά τη συγκομιδή τους από ανώριμα συγκομισμένα.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2. Η καθυστερημένη συγκομιδή, έστω και για λίγες ημέρες μετά τη λήξη της περιόδου της ωριμότητας, μπορεί να δημιουργήσει σκασίματα στην κεφαλή, άρα να αυξήσει τις πιθανότητες να προσβληθεί από ασθένειες, ιδίως κατά τη διάρκεια υγρού καιρού.

Ένδειξη ωριμότητας είναι επίσης η αντίσταση της κεφαλής στη δημιουργία «λακκούβας» που εμφανίζεται στην επιφάνεια των λάχανων, συμπιεζόμενα προς τα μέσα με τα δάκτυλά μας. Όταν η κεφαλή αντιστέκεται σε μέτρια πίεση τότε αυτή είναι ώριμη.

Μετά το κόψιμο του εξωτερικού περιτυλίγματος των φύλλων, τα κεφάλια πρέπει



να έχουν το τυπικό χρώμα της ποικιλίας (πράσινο ή απαλό κίτρινο-πράσινο). Πρέπει να έχουν επίσης το κατάλληλο εμπορικό μέγεθος και βάρος, το σχήμα χωρίς ελαττώματα και φθορές, χωρίς παρουσία εντόμων, χωρίς αποσύνθεση και άλλες δυσμορφίες.

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ. Το πράσινο λάχανο σχηματίζει μεγαλύτερες κεφαλές σε σχέση με το κόκκινο.

***Τα παραπάνω κείμενα αποτελούν αποσπάσματα από το βιβλίο μας «Λαχανικά: Μακροχρόνια Συντήρηση, τα μυστικά».**