



Ennepe-Ruhr-Kreis

Empfehlungen für den Verzehr von selbstangebautem Gemüse und Obst in Ennepetal Oelkinghausen

Stand März 2022



Für das Gewerbegebiet Oelkinghausen (orange markierter Bereich) gilt:

- 1) Dort angebautes Blattgemüse sollte nicht häufiger als 2 bis 3 mal wöchentlich verzehrt werden. Zum Blattgemüse zählen: Grünkohl, Mangold, Spinat, Pflücksalat, Feldsalat, Rucola, Rübstieler, Staudensellerie, Kräuter und weitere Gemüse, von denen die Blätter verzehrt werden
- 2) Folgende Sorten können verzehrt werden:
 - Kopfsalat und andere kopfbildende Salate
 - Weiß- und Rotkohl, Blumenkohl, Rosenkohl und weitere kopfbildende Kohlsorten
 - Wurzel- und Knollengemüse, wie Möhren, Radieschen, Kartoffeln
 - Fruchtgemüse wie Tomaten, Salatgurken, Erbsen, Bohnen
 - Früchte wie Äpfel, Birnen, Pflaumen, Kirschen und Beerenobst
- 3) Alle Früchte und Gemüse sollten vor dem Verzehr gründlich gewaschen und, wenn möglich, geschält werden. Es wird empfohlen, die äußeren Blätter bei Salat und Kohl komplett zu entfernen.

Die häufigsten Fragen und Antworten (FAQ) zu PCB finden Sie unter www.enkreis.de im Bereich Umwelt