

# ZUCCHINI



Läs mer om SydGrönts  
produkter på [www.sydgront.se](http://www.sydgront.se)



# Zucchini



Zucchini tillhör samma växtfamilj som gurka och det finns många olika sorter som varierar i både färg och form. De vi vanligen ser är den gröna slanka varianten och motsvarande gula. Zucchini skördas i ett omoget stadie när frukten når den storlek som marknaden önskar. Vid bra väder utvecklas zucchinin mycket snabbt, så odlaren måste kontrollera varje fält minst två gånger om dagen för att skörda vid optimal tidpunkt. Hela zucchinin går att äta, antingen rå, grillad, stekt eller kokt. Den ska ha ett tunt lite blankt skal, små kärnor och ett fast delikat fruktkött.

## Hantering

- Eftersom zucchini skördas som omoget frukt är skalet mycket känsligt och lätt att repa, särskilt gäller detta den gula zucchinin.
- Ett skadat eller repat skal gör att avdunstningen ökar, det vill säga vikten minskar och man riskerar att zucchinin angrips av bakterier och svampar. Var alltså mycket försiktig så att inte naglar eller kanter på lådor skadar frukterna.
- Ett förslag är att använda handskar vid hantering av zucchini för att minska risken för skador.
- På importerad zucchini förekommer det att ytan behandlats med vax efter skörd. Ingen sådan efterskörd-behandling är görsi Sverige.

## Temperatur

- Zucchini tål kyla något bättre än släktingen gurka och optimal temperatur är mellan +5 och +10 °C. Det är viktigt att zucchinin inte ligger i rumstemperatur, där den snabbt tappar sin spänst och sin vikt. Zucchini som å andra sidan förvarats för kallt blir missfärgad, får vattniga gropar och håller inte lika länge.
- Tänk alltså på att inte lägga zucchinin för kallt.

## Är min zucchini fräsch?

En zucchini ska vara fast och lite blank i skalet. Den ska ha små mjuka kärnor. Enhetlig form är önskvärt och den ska inte vara vriden eller ha förtjockade delar. Stjälken ska vara avskuren, inte avbruten. Färgen kan variera från ljust till mörkt grön och olika nyanser av gult, beroende på sort.

## Säsong

Jan	Feb	Mars	April	Maj	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec

## Förvara och tillaga

För att förvara zucchinin bäst så har du den i kylskåpet. Med fördel i en påse.

Zucchini passar bra i wok och är god att grilla till exempel tillsammans med halloumiost. Riv ner zucchini i lasagnen eller pajen, och kan med fördel användas i matbrödet.

