



Glossar: Der steirische Ölkürbis und das Kürbiskernöl

100 prozentig:

100 Prozent ist „ein Ganzes“ von etwas, also alles. Das Kürbiskernöl muss 100 prozentig rein sein. Das bedeutet, dass es nur aus Kürbiskernen besteht.

90 Prozent:

die Prozent

100 Prozent sind „ein Ganzes“ von etwas. 50 Prozent sind die Hälfte. *90 Prozent* sind nicht das Ganze aber sehr viel. Der Ölkürbis besteht zu 90 Prozent aus Wasser. Das heißt, dass fast der ganze Kürbis aus Wasser besteht.

ausflocken:

Wenn das Kürbiskernöl *ausflockt*, verändert es sich. Dann entstehen kleine Flocken in der Flasche. Das kann passieren, wenn du das Kürbiskernöl in den Kühlschrank stellst.

Bedingungen:

die Bedingung, die Bedingungen

Eine *Bedingung* ist eine Voraussetzung für etwas. Wenn du in eine Schule gehen möchtest, ist die *Bedingung* der Besuch des Kindergartens. Eine *Bedingung* muss also immer vorher gemacht werden.

Beilage:

die Beilage

Eine *Beilage* ist ein Teil von einem Essen. Das kann Salat, Pommes, Reis und vieles mehr sein. Auf dem Bild siehst du ein Essen mit Kartoffeln als *Beilage*.



Bild 1: Beilage. © Pixabay.

Bildquelle:

https://pixabay.com/get/g8d5200611ef3d28d7a1e06d77d56271c67f5dd7c43bd49453ae2a4ab49da6c662c9aab77192d0c24009146828185dce4c426d9ce005b494875b60d1a80c699af2c81b97bec5268ecdefa55cee27dfdf_1920.jpg 108. 10.2021



bekleckerst:

sich bekleckern

sich anpatzen, sich beschmutzen

Wenn du ein Eis isst und etwas davon auf deine Hose tropft, dann ist ein Fleck auf deiner Hose. Das heißt, du hast dich mit Eis *bekleckert*.

Dünger:

der Dünger

Dünger ist ein Mittel, das zu Pflanzen in die Erde gegeben wird. Der *Dünger* hilft den Pflanzen dabei, besser zu wachsen.

Durchmesser:

der Durchmesser

Bei einem Kreis geht der *Durchmesser* genau in der Mitte von einer Seite bis zur anderen. Der rote Pfeil im Bild zeigt den *Durchmesser* des Kreises.

Eiweiß:

das Eiweiß

Eiweiß kommt in vielen Lebensmitteln vor. *Eiweiß* ist wichtig für unseren Körper. Es hilft den Muskeln und Knochen. *Eiweiß* findest du zum Beispiel in Fleisch, Eiern und Nüssen.

Fett:

das Fett

Es gibt verschiedene *Fette*. Sie kommen in vielen Lebensmitteln vor. Zum Beispiel besteht auch der Kürbis zum Teil aus *Fett*.



Fruchtfleisch:

das Fruchtfleisch

das Fruchtmark

Fruchtfleisch ist das Innere einer Frucht. Das *Fruchtfleisch* kannst du essen. Bei einer Mandarine isst du das *Fruchtfleisch*. Das siehst du auf dem Bild.



Bild 2: **Fruchtfleisch.** © Pixabay.

Bildquelle: https://cdn.pixabay.com/photo/2016/03/06/12/25/orange-1240226_1280.jpg [16.02.2021]

Gebiete:

das Gebiet, die Gebiete

Ein *Gebiet* ist ein großes Stück Land um etwas herum. Ein *Gebiet* kann um einen See, um einen Berg oder um eine Stadt sein. Ein *Gebiet* endet, wo ein anderes beginnt. Das Gebiet Soboth ist das Land um das Bergdorf Soboth. Es reicht von Lavamünd bis Eibiswald.

gemahlen:

etwas mahlen

etwas ganz klein machen, etwas zerreiben

Etwas *mahlen* heißt etwas ganz klein machen. Für Kürbiskernöl werden die Kürbiskerne gemahlen.
Das passiert in einer Mühle.



Bild 3: **gemahlene Kürbiskerne.**

© Jessica B.



geschützte geografische Angabe:

die geschützte geografische Angabe

Eine *geschützte geografische Angabe* ist eine Auszeichnung. Es heißt, dass etwas an einem bestimmten Ort gemacht wird, weil das dort besonders gut geht. Kürbisse wachsen in der Steiermark besonders gut, weil der Boden und das Klima genau richtig sind.

Grad Celsius:

In *Grad Celsius* wird bei uns die Temperatur angegeben. Mit einem Thermometer misst du die Temperatur. So weißt du, wie warm oder kalt es ist. Bei null *Grad Celsius* ist es zum Beispiel so kalt, dass das Wasser gefriert.

händisch:

Händisch bedeutet, dass etwas mit der Hand gemacht wird. Wenn Bäuerinnen und Bauern ihre Ernte mit der Hand einsammeln, machen sie das *händisch*.

herzustellen:

etwas herstellen

etwas produzieren

Etwas *herstellen* bedeutet etwas Neues zu machen. Um Kürbiskernöl herzustellen, brauchst du Kürbiskerne.

Inhaltsstoffe:

der Inhaltsstoff, die Inhaltsstoffe

Jedes Essen und alle Getränke haben *Inhaltsstoffe*. Diese kannst du auf der Verpackung nachlesen. Die *Inhaltsstoffe* zeigen dir, was in deinem Essen oder Getränk ist. Auf dem Bild siehst du die *Inhaltsstoffe* einer Milch.

Vollmilch	
3,5% Fett, pasteurisiert, mikrofiltriert, länger frisch	
100 ml enthalten durchschnittlich:	
Energie	267 kJ / 64 kcal
Fett	3,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,3 g
Kohlenhydrate	4,8 g
davon Zucker	4,8 g
Eiweiß	3,3 g
Salz	0,13 g

Bild 4: *Inhaltsstoffe (Milch)*. © Magdalena
10.09.2021



kälteempfindlich:

Kälteempfindlich bedeutet, dass etwas wenig Schutz vor Kälte hat. Die Kälte schadet zum Beispiel einer *kälteempfindlichen* Pflanze. Kürbisse sind *kälteempfindlich*. Sie mögen es warm.

Klima:

das Klima

Das *Klima* beschreibt, wie das Wetter über längere Zeit an einem Ort ist. In manchen Ländern ist es warm, kalt, feucht oder trocken. In dem *Klima* in der Steiermark wachsen die Kürbisse sehr gut (Klexikon, 2021).

Kohlenhydrate:

die Kohlenhydrate

Kohlenhydrate kommen in vielen Lebensmitteln vor. Wenn du *Kohlenhydrate* isst, hast du mehr Energie. Du findest *Kohlenhydrate* zum Beispiel in Nudeln oder Kartoffeln.

Lagerung:

die Lagerung

Etwas *lagern* bedeutet, dass du etwas lange aufbewahrst. Du kannst zum Beispiel Lebensmittel *lagern*. Auch die Kürbiskerne werden *gelagert*.

Medizinball:

der Medizinball

Ein *Medizinball* ist ein großer und schwerer Ball. Auf dem Bild siehst du zwei *Medizinbälle*.



Bild 5: Medizinball. © Pixabay

Bildquelle:

https://pixabay.com/get/gb52764e929623cf6c5367ce83d0ac0a300a86cfcb16e38c385c6d8587adbd152ca6da57e06b361006eb0ca0fa75e3d41_1920.jpg [12.09.2021]



Nussig:

Etwas ist *nussig*, wenn es nach Nüssen schmeckt oder riecht. Das Kürbiskernöl riecht *nussig*.

Ölmühle:

die Ölmühle

In einer *Ölmühle* wird Öl hergestellt. Dort wird das Öl aus den Kernen gepresst. Die Kerne werden dabei so fest zusammengedrückt, dass das Öl aus ihnen herausrinnt.

Presskuchen:

der Presskuchen

Der *Presskuchen* ist das, was beim Pressen übrigbleibt. Er sieht aus wie eine Platte und wird an Tiere verfüttert. Am Bild siehst du einen *Presskuchen*.



Bild 6: Presskuchen. © Steirische Spezialitäten Magazin
Bildquelle: <https://www.steirische-spezialitaeten.at/images/stories/produkte/presskuchen.jpg>
(13.09.2021)

Qualität:

die Qualität

Wenn etwas so ist, wie du es erwartest, dann hat es *Qualität*. Das bedeutet, dass es deinen Erwartungen entspricht.



Raumtemperatur:

die Raumtemperatur

Die Temperatur sagt dir, wie warm oder kalt es ist. Die *Raumtemperatur* ist die Temperatur in einem Raum.

Reifung:

die Reifung

Manche Lebensmittel müssen *reifen*, bevor du sie essen kannst. Das bedeutet, sie müssen lange genug aufbewahrt werden.

Röstung:

die Röstung

etwas lange in Hitze geben,

Bei einer *Röstung* werden Lebensmittel lange Zeit in einen heißen Ofen gegeben. So werden sie knusprig.

Sandige Böden:

der sandige Boden, die sandigen Böden

Bei einem *sandigen Boden* ist viel Sand in der Erde. Darauf wächst der Ölkürbis besonders gut.

schonend:

vorsichtig, behutsam,

Schonend heißt, dass etwas vorsichtig behandelt wird. Die Kürbiskerne werden *schonend* erhitzt. Sie werden also langsam und nicht zu heiß erhitzt.



Speisekürbisse:

der Speisekürbis, die Speisekürbisse

Ein *Speisekürbis* ist eine Frucht. Diese kannst du essen. Jedoch musst du den *Speisekürbis* vorher kochen. Auf dem Bild siehst du einen *Speisekürbis*.



Bild 7: *Speisekürbis*. © Pixabay

Bildquelle:

https://pixabay.com/get/g76d6420dbd2f164d97996c54387ba791d4774b64b6f63106bd48c01fdef52c74c5480b9ac94bbcb8c3b5b3ae92a4e799_1920.jpg [12.09.2021]

Spezialitäten:

die Spezialität, die Spezialitäten

Eine *Spezialität* ist etwas Besonderes. Eine Spezialität kann ein Gericht, ein Produkt oder etwas sein, was du gut kannst. [Das steirische Kürbiskernöl ist eine Spezialität der Steiermark.](#)

Tradition:

die Tradition

Eine *Tradition* ist etwas, das schon lange gleich gemacht wird. Zum Beispiel ist es eine *Tradition* zum Geburtstag eine Torte zu essen. [Auch für die Pressung von Kürbiskernen gibt es eine Tradition.](#)



trichterartige Blüten:

die trichterartige Blüte, die trichterartigen Blüten

Eine *Blüte* ist ein Teil einer Pflanze. *Blüten* können verschiedene Farben und Formen haben. Eine Kürbispflanze hat gelbe *trichterartige Blüten*. Das bedeutet, dass die *Blüten* aussehen wie *Trichter*. Ein *Trichter* ist oben weit und unten eng. Du siehst die *trichterartige Blüte* auf dem Bild.



Bild 8: Trichterartige Blüte. © Pixabay

Bildquelle:

https://pixabay.com/get/gef448ec5377013505f1fc1c215d4e5339e0f7c64af9a066148ea8ff930daaf9257c910ec2d2032fb9c1cd7c6b8a72e8d_1920.jpg [12.09.2021]

Verarbeitung:

die Verarbeitung

Bei der *Verarbeitung* wird aus einem Ding, etwas anderes gemacht. Zum Beispiel können Kürbiskerne zu Kürbiskernöl *verarbeitet* werden.

verdunstet:

etwas verdunstet

Verdunsten heißt, dass etwas Flüssiges zu Dampf wird. Dampf sieht wie Rauch aus. Das passiert zum Beispiel, wenn du Wasser kochst. Dann verdampft es.



Bild 9: Wasserdampf (adaptiert) © Pixabay

Bildquelle: https://cdn.pixabay.com/photo/2019/12/12/09/15/pot-4690205_1280.jpg [16.10.2021]



verholzt:

Die Schale von Kernen ist *verholzt*, wenn sie sehr hart ist. Die verholzte Schale schützt Kerne vor Unwetter und starkem Sonnenlicht. Kürbiskerne des steirischen Ölkürbisses sind nicht verholzt. Sie sind von einer dünnen silber-grünen Haut umgeben.

Vitamine:

das Vitamin, die Vitamine

Vitamine sind bestimmte Stoffe, die der Mensch braucht. Sie sind wichtig für einen gesunden Körper. Vor allem in Obst und Gemüse sind viele *Vitamine*. Auch der Ölkürbis enthält viele wichtige Vitamine.

Literatur:

Klexikon (2021). Klima. Abgerufen von <https://klexikon.zum.de/wiki/Klima> [14.07.2022]