



## Pressemitteilung

### In Deutschland ist gut Kirschen essen

**Ab Mitte Juni sind Süßkirschen hierzulande in aller Munde. 9.129 Tonnen\* der kleinen roten Früchte wurden 2011 geerntet.**

**Bonn, 06. Juni 2012.** Die deutschen Kirschbauern überzeugen mit hochwertiger Ware – und modernen Anbaumethoden. So überspannen viele heimische Landwirte ihre Kirschbäume mit Spezialfolien zur Erntesicherung. Dank der cleveren Überdachung sind die empfindlichen Früchte, die schnell Wasser aufnehmen, wirkungsvoll vor Regenfällen geschützt, so können sie bis zum optimalen Erntetermin am Kirschbaum bleiben.

#### Rund und gesund

Derart ausgereift steckt in Kirschen „jede Menge drin“: Sie sind reich an den Vitaminen B und C. Daneben enthalten sie Folsäure, Kalium, Magnesium und Eisen. Mit gerade einmal 60 Kilokalorien pro 100 Gramm sind sie ein leichter Snack. Kenner unterscheiden verschiedene Süßkirschensorten: Hierzulande hoch im Kurs stehen vor allem die weichfleischigen Herz- und die festeren Knorpelkirschen.

#### Am besten schnell verzehrt

Kirschen zählen zu den nicht nachreifenden Obstsorten. Daher sollte man sie ausschließlich voll ausgefärbt, das heißt mit leuchtend roter Außenhaut, kaufen. Reife Ware lässt sich außerdem am festsitzenden Stiel erkennen. Dieser sollte grün und glatt sein. Süßkirschen werden idealerweise spätestens drei Tage nach dem Pflücken verzehrt. Optimaler Lagerort ist der Kühlschrank. Dabei den Stiel nicht abzupfen – die Kirschen bleiben auf diese Art länger frisch. Wer einen Wintervorrat anlegen will, kann Kirschen problemlos einfrieren. Den Stein am besten in der Frucht lassen, so bleibt das Aroma besser erhalten. Die Kirschen während des Auftauens einfach nebeneinander auf einem sauberen Küchentuch ausbreiten.

#### Entweder pur – oder raffiniert verarbeitet

Süßkirschen schmecken auf vielfältige Art. Wer gerne „von der Hand in den Mund lebt“, isst die roten Früchte pflückfrisch und pur. Zudem schmecken sie als farbenfrohe Zugabe zu süßen Dessertgerichten wie Quarkspeisen, Grützen oder Puddings. Auch als Hauptspeise – zum Beispiel mit Süßen Nudeln oder in Frucht-Lasagnen – ist das Steinobst ein Genuss. Kuchen- und Tortenklassikern wie Donauwelle und Schwarzwälder Kirschtorte verleihen Süßkirschen die unverwechselbare Note. Verarbeitet zu Marmeladen und Gelees sorgen sie darüber hinaus dafür, dass schon am Frühstückstisch „gut Kirschen essen“ ist.

#### Kirsch-Genuss in Zahlen:

- Der Verbrauch von Süßkirschen lag hierzulande im Jahr 2010 bei durchschnittlich 0,60 Kilogramm pro Kopf.
- Der Juli ist der Kirsch-Monat schlechthin, im vergangenen Jahr wurden in Deutschland über 13.000 Tonnen Süßkirschen in diesem Monat eingekauft.
- 2011 wurden die meisten Süßkirschen in Süddeutschland erworben – mit einer Einkaufsmenge von 0,81 Kilo pro Haushalt liegen die Bayern vorne.

\* Quelle: Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI)

## Rezept-Tipp: Kirschkuchen



**Zubereitungszeit: 40 min**  
**Kühlzeit ca.: 30 min**  
**Backzeit ca.: 1 h**  
**Schwierigkeitsgrad: leicht**

### **Zutaten:**

Für den Mürbeteig:

150 g Mehl  
50 g Zucker  
Salz  
1 Ei  
100 g Butter

Für den Belag:

500 g frische Kirschen  
3 Eier  
650 g Magerquark  
1 Päckchen Vanillepudding  
150 g Zucker  
1 EL Zitronensaft  
Mehl, zum Arbeiten



### **Zubereitung:**

Für den Boden das Mehl mit dem Zucker und 1 Prise Salz mischen, auf eine Arbeitsfläche häufen, in die Mitte eine Mulde drücken, das Ei hineinschlagen und die Butter in Flöckchen um die Mulde herum verteilen. Mit den Händen rasch zu einem glatten Teig verkneten, zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Den Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kirschen entstielen, abbrausen und die Kerne entfernen. Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Quark, Vanillepudding, Zucker und Zitronensaft verrühren. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und unterheben. Dann die Hälfte der Kirschen leicht mehlieren und ebenfalls unter die Quarkmasse heben. Den Mürbeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Größe der Form ausrollen und eine mit Backpapier ausgelegte Springform damit auskleiden. Die Quarkmasse darauf verstreichen und mit den restlichen Kirschen belegen. Im vorgeheizten Ofen ca. 50-60 Minuten backen, Stäbchenprobe machen. Den Kuchen rechtzeitig mit gebuttertem Backpapier abdecken, damit er nicht verbrennt. Den fertig gebackenen Kuchen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen, aus der Form nehmen und vollständig auskühlen lassen.

**Weitere Rezepte finden Sie unter [www.deutsches-obst-und-gemuese.de](http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de).**

### **Über die BVEO**

Die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO) ist ein Zusammenschluss von 40 Mitgliedern (30 Erzeugerorganisationen und zehn Einzelunternehmen) der deutschen Obst- und Gemüsebranche. Der Verband vertritt die politischen Interessen seiner Mitglieder, organisiert Messe- und Kongressauftritte und steuert PR- und Marketingmaßnahmen. Er kooperiert mit internationalen Schwesterorganisationen und übernimmt verschiedene Verwaltungsaufgaben. Die BVEO-Mitgliedsunternehmen haben einen konsolidierten Gesamtumsatz in Höhe von 3,3 Milliarden Euro. Davon entfallen 2,1 Milliarden Euro auf Obst und Gemüse und 1,2 Milliarden Euro auf Blumen und Pflanzen. Zum 1. Januar 2013 verlegt die BVEO ihren Sitz von Bonn nach Berlin.

### **Kontakt:**

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse  
[www.deutsches-obst-und-gemuese.de](http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de)  
Annelies C. Peiner  
[presse@deutsches-obst-und-gemuese.de](mailto:presse@deutsches-obst-und-gemuese.de)  
Tel. 0221-65078-174  
Fax 0221-65078-450