



Pressemitteilung

Endlich wieder gut Kirschen essen

Süßkirschen sind jedes Jahr aufs Neue ein Hit. Trotz der leichten Verzögerung des Erntebeginns durch den kühlen Frühling ist für dieses Jahr eine gute Kirschenernte zu erwarten. Ab Mitte Juni haben die roten Früchte hierzulande wieder Saison. Ob pur, als Beilage zu Fleisch oder als süße Nachspeise – die Deutschen lieben die Früchte: 2012 kamen durchschnittlich 700 Gramm pro Privathaushalt auf den Tisch. *

Berlin, 13. Juni 2013. Sie sind angenehm süß und dabei auch noch richtig gesund. Das macht Süßkirschen zum perfekten Snack für zwischendurch. Doch nicht nur die pure Variante überzeugt Genießer. Auch im Kuchen, als Marmelade oder Kompott schmeckt das Obst und gehört zu den beliebtesten Obstsorten der Deutschen: Im vergangenen Jahr kauften sie mehr als 11.000 Tonnen Süßkirschen aus heimischem Anbau.

Wie werden Süßkirschen angebaut?

Moderne Anbaumethoden sorgen für eine optimale Qualität der geernteten Früchte: Aufwändige Folienüberdachungen schützen die Süßkirschen, die schnell Wasser aufnehmen, vor heftigen Regenschauern, Hagel und hungrigen Vögeln – so bleibt das empfindliche Obst unversehrt.

Wie werden die Süßkirschen mundgerecht zubereitet?

Vor dem Verzehr sollten die Früchte mit kaltem Wasser abgewaschen werden. Am einfachsten lassen sich Kirschen mit Hilfe von handelsüblichen Kirschkernern entsteinen.

Wie bleiben Süßkirschen saftig-frisch?

Am besten legt man die Früchte direkt nach dem Einkauf in den Kühlschrank – und zwar mit Stiel. So halten sich die Kirschen länger frisch. Wer nicht nur von Mitte Juni bis Ende August Kirschen essen möchte, kann seinen Vorrat problemlos einfrieren. Tipp: Den Stein in der Frucht lassen, damit das Aroma erhalten bleibt.

Wie bereitet man Kirschen zu?

Kirschen sind Alleskönner – ob pur, auf warmem Milchreis, im Grießpudding oder zu Saft verarbeitet: Sie lassen sich auf vielerlei Weise zubereiten. Auch herzhafte Hauptspeisen verstehen sich gut mit der süßen Partnerin: Experimentierfreudige Köche servieren Kirschen als Beilage zum Fleisch, etwa in Form von Kirschenchutney, oder zaubern einen außergewöhnlichen Salat.



Wie gesund sind Süßkirschen?

Klein, aber oho: Süßkirschen enthalten viele wichtige Nährstoffe – neben den Vitaminen B und C auch Folsäure, Kalium, Magnesium und Eisen. Und: Kirschen sind gut für die Figur. 100 Gramm der kleinen roten Früchte enthalten gerade einmal 60 Kilokalorien.

Schon gewusst?

- 2012 ernteten heimische Obsterzeuger 23.005 Tonnen Süßkirschen.
- Ein Meer von Kirschen, so groß wie der Frankfurter Flughafen: Auf einer Fläche von 2.076 Hektar werden Süßkirschen in Baden-Württemberg angebaut. Das Bundesland ist damit Top-Produzent des süßen Obstes in ganz Deutschland.
- Jedes Jahr spucken Titel-Anwärter Kirschkerne um die Wette – bei der Weltmeisterschaft, die seit 1974 auf der Dürener Annakirmes stattfindet. Der Weltrekord liegt seit zehn Jahren ungebrochen bei 21,71 Metern.

* Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI)/Statistisches Bundesamt 2013

Rezepte für das ganze Jahr

Die Gastronomen Andi und Franzi Schweiger sind die Botschafter der Verbraucherkampagne „Deutschland – Mein Garten.“. In ihrem Münchner Sterne-Restaurant legt das Ehepaar Wert auf heimische Produkte und eine hohe Qualität der Ware. Die Gastronomen haben exklusiv für die Kampagne zwölf Rezepte entwickelt, die das ganze Spektrum der heimischen Obst- und Gemüseerzeugnisse abdecken.

Rezepttipp: Nuss-Kirsch-Pudding mit beschwipster Sahne





Schwierigkeitsgrad: mittel
Zubereitungszeit: 60 min

Zutaten (Für 4 Personen):

Für den Nuss-Kirschpudding:

80 g Butter
30 g Zucker
5 Eigelb
100 g Zartbitter-Kuvertüre
100 g Haselnüsse, gerieben
30 g Bisquitbrösel
30 ml Kirschgeist
100 g frische Kirschen
1 Msp Zimt
5 Eiweiß
1 Prise Salz
50 g Zucker

Für die beschwipste Sahne:

200 ml Sahne
50 g Puderzucker
½ Stück Vanilleschote
50 ml Kirschgeist

Zubereitung:

1. Kirschen waschen, entsteinen und auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. Kuvertüre über dem Wasserbad schmelzen lassen. Weiche Butter und Zucker schaumig schlagen. Eigelb und flüssige Kuvertüre sowie Kirschgeist langsam dazu geben. In einer Schüssel die frischen Kirschen mit Bisquitbrösel, Zimt und Haselnüssen mischen. Das Eiweiß mit Zucker und Salz steif schlagen, unter die Buttermasse abwechselnd mit der Kirsch-Haselnuss Mischung ziehen. In vier gebutterte und gemehlte Formen geben und bei 190° C ca. 30-45 Minuten backen.

2. Sahne mit dem Puderzucker und dem Mark einer Vanilleschote steifschlagen, mit dem Kirschgeist verfeinern und sofort auf dem warmen Nuss-Kirschpudding servieren.



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.

Kontakt:

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse

Marie Fuchs

Tel. 0221-56938-124

Fax 0221-56938-201

Email: presse@deutsches-obst-und-gemuese.de

www.deutsches-obst-und-gemuese.de