



Pressemitteilung

Birnen – süß und saftig durch den Herbst

Es ist soweit, die Birnensaison ist da. Jetzt wird das saftige Kernobst hierzulande geerntet. Bei den Verbrauchern sind Birnen sehr gefragt, sie rangieren unter den Top 5 der beliebtesten deutschen Obstsorten: Drei Kilo Tafelbirnen wurden im vergangenen Jahr pro Haushalt eingekauft*.

Berlin, 30. Oktober 2013. Birnen zählen neben Äpfeln und Quitten zum Kernobst und gehören zur Familie der Rosengewächse. Die Früchte stammen vermutlich aus dem Kaukasus und haben eine sehr alte Geschichte, schon bei den alten Römern waren Birnen beliebt. Heute sind im Handel etwa zehn Sorten erhältlich. Die wichtigsten deutschen Vertreter sind Alexander Lucas, Williams Christ und Conference. Ganz gleich, für welche Sorte man sich entscheidet, Birnen sind immer ein leckerer Snack für zwischendurch und schmecken pur oder im Obstsalat.

Birnen für Leckermäulchen

Das saftig-süße Obst passt gut zu Kuchen, Torten und Desserts. Die Nachspeise „Birne Helene“, ursprünglich ein Rezept aus Frankreich, ist mittlerweile auch ein Klassiker auf deutschen Kaffeetafeln. Die geschälten Birnen werden dafür in Zuckerwasser pochiert und nach dem Abkühlen mit Vanilleeis und heißer Schokoladensauce serviert. Das Kernobst lässt sich auch zu Kompott oder Mus verarbeiten und schmeckt eingeweckt das ganze Jahr.

Süß trifft herzhaft

Birnen geben deftigen Gerichten eine fruchtige Note. Auch zu Wild und herzhaften Salaten wie Feldsalat oder Chicorée macht sich das Obst gut, außerdem runden sie kräftige Käseplatten ab. Übrigens: Birnen sind säureärmer als Äpfel und deshalb gut verträglich, zudem besitzen sie einen hohen Ballaststoffgehalt und bringen so die Verdauung in Schwung.

Bitte Abstand halten

Frische Birnen erkennt man beim Einkauf an ihrer festen Schale und einem angenehmen Duft. Die Frucht sollte bei sanftem Druck ganz leicht nachgeben. Trotz ihrer Verwandtschaft sollte man das Obst nicht zusammen mit Äpfeln aufbewahren, da die Birnen durch das Ethylengas der Äpfel schneller reifen. Das Kernobst mag es gerne dunkel und kühl – der Kühlschrank ist der ideale Ort zur Aufbewahrung.

Birnen in Zahlen:

- Im vergangenen Jahr wurden hierzulande über 34.000 Tonnen Tafelbirnen geerntet.
- Die größten Anbauggebiete für Birnen liegen in Baden-Württemberg (668 Hektar), Niedersachsen (311 Hektar) und Bayern (263 Hektar).
- Im Süden ist das Obst besonders beliebt: In Bayern und Baden-Württemberg werden die meisten Birnen eingekauft.

*Quelle: Agrarmarkt Informations-Gesellschaft (AMI) 2013

Rezept-Tipp: Tarte Tatin mit Birnen



Zubereitungszeit: 35 min
Kühlzeit: ca. 30 min
Backzeit: ca. 30 min
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten (Für 1 Tarteform, 28 cm Durchmesser):

Für den Teig:

200 g Mehl
1 Prise Salz
1 TL Zucker
100 g kalte Butter
1 Ei

Für den Belag:

5 - 6 Birnen
1 Zitrone, Saft



75 g weiche Butter
200 g Zucker
4 - 5 Pimentkörner

Zubereitung:

1. Für den Teig das Mehl auf die Arbeitsfläche häufeln, mit Salz und Zucker mischen und in die Mitte des Mehls eine Mulde drücken. Die kalte Butter in kleine Stücke schneiden, um die Mulde herum verteilen, das Ei in die Mitte geben und sämtliche Zutaten mit dem Messer gut durchhacken, so dass kleine Teigkrümel entstehen, mit den Händen rasch zu einem Teig verkneten, zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.
2. Die Birnen waschen, schälen, vierteln und das Kernhaus ausschneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Tarteform mit 50 g Butter austreichen. Auf die Butter eine Schicht Zucker (ca. 100 g) streuen und die Birnenstücke dicht nebeneinander darauf setzen.
3. Die Kuchenform bei mittlerer Hitze auf dem Herd etwa 15 Minuten erwärmen und vom Herd ziehen, wenn der Zucker zu karamellisieren beginnt. Kurz abkühlen lassen, dann den restlichen Zucker aufstreuen und den Rest der Butter in Flöckchen darauf verteilen. Den Backofen auf 200°C Unter- und Oberhitze vorheizen.
4. Den Teig ausrollen, auf die Birnen legen und an den Rändern nach unten in die Form drücken. Die Tarte im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen, herausnehmen, etwas abkühlen lassen, vorsichtig auf eine Kuchenplatte stürzen und lauwarm mit zerstoßenem Piment bestreut servieren.

Nährwerte (Pro Portion):

Kcal: 330
kJ: 1381
Kohlenhydrate: 45 g
Eiweiß: 3,1 g
Fett: 15 g
BE: 3,5
Cholesterin: 58 g
Ballaststoffe: 2,8 g



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

<http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de>