



Pressemitteilung

Frühlingszwiebeln und Radieschen: Das macht Appetit auf mehr!

Bonn, 14. März 2012. Sie sind die Frühjahrsboten unter den heimischen Gemüsespezialitäten: Frühlingszwiebeln und Radieschen haben ab März in Deutschland Saison. Egal ob auf dem Butterbrot, in Saucen und Pasten oder als würzige Zutat in Salaten: Die beiden Bodengewächse verleihen zahlreichen Speisen den richtigen Geschmack.

Frühlingszwiebeln sind wahre Allround-Talente. Ihre kulinarischen Einsatzmöglichkeiten sind dank der fein-milden Schärfe nahezu unbegrenzt. Besonders aromatisch schmeckt das zur Familie der Winterzwiebeln zählende Gemüse, wenn es möglichst frisch auf den Tisch kommt. Kein Wunder, dass Verbraucher immer häufiger zu Waren aus regionaler Erzeugung greifen. Ein Trend, den die Experten der AMI Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH bestätigen: Demnach bauten deutsche Gärtner 2011 auf 1949 Hektar Frühlingszwiebeln an – ein Plus von 15 (14,78) Prozent gegenüber 2010. Die Einkaufsmenge der Haushalte in Deutschland stieg um 4,75 Prozent auf rund 23 (22,5467645) Tonnen.

Ein richtiger Frühstarter

Frühlingszwiebeln werden geerntet, bevor sich das untere Ende zur klassischen Zwiebelform verdickt. Charakteristisch sind die schmalen und röhrenförmigen Blätter. Frühlingszwiebeln sind im Gegensatz zu Speisewiebeln nur für einen kurzen Zeitraum lagerbar. Im Kühlschrank bleiben sie etwa eine Woche frisch. Verdorbene Ware lässt sich an den welken Stängeln erkennen. Frühlingszwiebeln können problemlos verarbeitet werden. Einfach mit kaltem Wasser waschen und in feine Ringe schneiden. Roh schmecken sie auf Broten, im herzhaften Kräuterquark oder als Zugabe zu Salaten. Gebraten oder gedünstet verfeinern sie Aufläufe, Pfannen- und Schmorgerichte. Auch in puncto Gesundheit sind Frühlingszwiebeln wahre Alleskönner: Sie liefern dem Körper viele lebenswichtige Mineralien und Vitamine.

Am besten frisch vom Feld

Radieschen stehen dem nicht nach. Die zu den Kreuzblütengewächsen gehörende Knolle ist reich an Kalium, Kalzium, Eisen und Vitaminen. Dabei gilt der Grundsatz: Je erntefrischer die Radieschen, desto mehr wertvolle Inhaltsstoffe enthalten sie. Waren aus heimischer Erzeugung punkten dabei mit ihrem Frischeplus. Ein Vorteil, den die Verbraucher zunehmend zu schätzen wissen. So wurden in Deutschland 2011 auf knapp 3.400 Hektar immerhin 89.000 Tonnen Radieschen geerntet.

Zum Anbeißen scharf

Im Kühlschrank bleiben Radieschen bis zu drei Tage frisch. Am besten halten sie sich, wenn vor der Kühlung das Laub entfernt wird. Schärfe erhalten sie durch den hohen Senfö1-Anteil. Radieschen – deren Bezeichnung sich vom lateinischen Wort „radix“ für Wurzel ableitet – schmecken am besten roh. Vor der Zubereitung einfach die grünen Blätter und das Wurzelende abschneiden. Anschließend die Knolle gründlich waschen. Radieschen verleihen nicht nur Salaten, sondern auch Sandwiches eine pikante Note. Auch als Zutat in herzhaften Quarkdipps geben die kleinen Knollen eine gute Figur ab. Wer es ausgefallen mag, kombiniert Radieschen zudem als Fruchtspieß mit Obstleckereien wie Apfel oder Traube.

Rezept-Tipp: Röstbrot mit Knoblauchbutter und Radieschensalat



Zubereitungszeit: 30 min
Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten:
(Für 4 Personen)
Für den Salat:
8 Radieschen
3 Frühlingszwiebeln
1/2 Kopfsalat
250 g Kirschtomaten
12 cm Salatgurke
1 1/2 EL Zitronensaft
3 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer, aus der Mühle

Außerdem:
8 Scheiben Weißbrot
3 - 4 Knoblauchzehen
150 g Butter

Zubereitung:

Für den Salat die Radieschen waschen, putzen und in schmale Scheiben schneiden oder hobeln. Das Weiße und Hellgrüne der Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Die Blätter von dem Salat lösen, waschen, trocken schleudern und zurechtzupfen. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Gurke ebenfalls waschen, der Länge nach halbieren, die Kerne mit Hilfe eines Teelöffels herausschaben und das Fruchtfleisch in 3 cm lange Stifte schneiden. Das Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Alle Salatzutaten miteinander mischen und mit dem Zitronensaft, Öl, Salz und Pfeffer angemacht abschmecken.

Den Backofen auf 220°C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Die Brotscheiben auf das Ofengitter legen und im vorgeheizten Ofen goldbraun rösten.

Zwischenzeitlich den Knoblauch abziehen, zu der weichen Butter pressen und gut untermischen.

Die Brote aus den Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und dünn mit der Knoblauchbutter bestreichen. Mit dem Salat auf einem Teller anrichten und 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. 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
Annelies C. Peiner
presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
Tel. 0221-65078-174
Fax 0221-65078-450