



## Pressemitteilung

### Eine süße Angelegenheit: Kirschen satt

**Ab Juli ist wieder „gut Kirschen essen“. Die roten Früchte kommen jetzt frisch in den Handel und die deutschen Verbraucher haben einen besonderen Grund zur Freude. Aufgrund des milden Wetters wird eine Vollernte erwartet. Das heißt die deutschen Erzeuger erreichen ihre Ertragskapazität. In den Sommermonaten gehört das Obst zu den Highlights: 370 Gramm\* Kirschen isst jeder Bundesbürger im Schnitt während der Saison.**

**Berlin, 09. Juli 2014.** Kirschen werden in süße und saure Exemplare unterschieden. Zu den Süßkirschen zählen die saftigen Herzkirschen und die knackigen Knorpelkirschen. Sie schmecken am besten direkt pur von der Hand in den Mund, aber auch als farbenfrohes Topping für Kuchen und Desserts. Zudem geben sie pikanten Hauptspeisen eine fruchtige Note. Zu den Sauerkirschen gehören die Schattenmorellen, die sich zum Einmachen, Kochen und Backen eignen.

#### **Zartes Pflänzchen**

Süßkirschen werden in Deutschland auf einer Fläche von über 5.200 Hektar angebaut. Damit sind sie flächenmäßig nach Äpfeln die bedeutendste Art für den Baumobstanbau. Da die Früchte sehr empfindlich sind, schützen sie in modernen Anlagen häufig Schutzdächer aus Folie vor Regen und Unwetter. Übrigens: Kirschbäume werden klein gehalten, damit das Obst leichter zu pflücken ist.

#### **Klein, aber oho**

Kirschen bestehen bis zu 80 Prozent aus Wasser und sind ein idealer Snack für die warmen Sommermonate, denn sie gleichen den Wasserhaushalt des Körpers aus. In 100 Gramm der süßen Früchte stecken gerade mal 63 Kilokalorien – sie sind also ein echter Figurschmeichler. Zudem enthalten sie eine Reihe von wichtigen Inhaltsstoffen wie Kalium und Eisen, B-Vitamine und Vitamin C sowie Ballaststoffe.

#### **Für Naschkatzen**

Frische Süßkirschen erkennt man an ihrem grünen Stiel und einer glänzenden Schale. Sollten die Früchte nicht gleich verzehrt werden, können sie einige Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden. Den Stiel unbedingt dran lassen, so bleibt das Obst frisch und das süßliche Aroma erhalten. Egal ob Kuchen, Torte, Nachspeise, Eis oder Marmeladen: Kirschen sind vielfältig einsetzbar. Die runden Delikatessen harmonieren aber auch zu Schweinefleisch oder herzhaften Salaten mit Käse. Tipp: Vor dem Entsteinen die Kirschen kurz ins

Gefrierfach legen, so bleibt das Fruchtfleisch fest und der Stein löst sich leichter.

### **Kirschenuss in Zahlen:**

- Der Anbauswerpunkt von Kirschen liegt in Baden-Württemberg: Dort wird auf 2.073 Hektar fast die Hälfte der deutschen Ernte erzeugt.
- Die Bajuwaren sind Kirschen-Liebhaber: In Bayern landen die süßen Früchte überdurchschnittlich oft im Einkaufswagen.
- Der Juli ist der Kirsch-Monat: Im vergangenen Jahr wurden hierzulande knapp 3.000 Tonnen Süßkirschen eingekauft. Spezialisiert auf die späte Ernte ist das Alte Land an der Niederelbe. Bedingt durch das norddeutsche Klima kann man dort sehr lange Kirschen genießen.

\* Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI) 2014

### **Rezept-Tipp: Kirschlupfer mit Vanilleiscreme**



#### **Zutaten (Für 4 Personen):**

Für den Kirschlupfer  
 140 g Weißbrot oder Brioche  
 2 Eigelb  
 100 ml lauwarme Milch  
 1 Prise Salz  
 ½ Zitrone  
 1 Vanilleschote  
 4 EL Zucker  
 250 g Kirschen halbiert, entsteint  
 40 g Zucker  
 4 Eiweiß, aufschlagen



Für die Tahiti-Vanilleeiscrème

250 ml Milch

250 ml Sahne

5 Eigelb

130 g Zucker

1 Tahiti-Vanilleschote

**Zubereitung:**

1. Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Weißbrot in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Vanilleschote halbieren und auskratzen. Eine halbe Zitrone abreiben. Das Vanillemark, die Schote und das Salz mit dem Zitronenabrieb in der Milch aufkochen und über die Weißbrotwürfel geben.
2. Die Kirschen mit 4 EL Zucker vermengen und 10 min ziehen lassen. Das überschüssige Wasser abschütten und die Kirschen zu den Weißbrotwürfeln geben.
3. Das Eigelb untermengen, das Eiweiß mit den 40 g Zucker aufschlagen und unter die Masse unterheben. Hitzebeständige Förmchen ausbuttern und auszuckern, die Masse darin verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C Heißluft ca. 12 min im Ofen backen.
4. Für das Eis Zucker und Eigelb verrühren. Die Vanilleschote halbieren und auskratzen. Milch und Sahne mit der Vanilleschote und dem Mark aufkochen.
5. Die kochende Sahne auf das Eigelb geben und in einer Schüssel auf einem Wasserbad auf 80 °C unter ständigem Rühren erhitzen.
6. Im Anschluss passieren und in einer Eismaschine gefrieren. Wer keine Eismaschine besitzt, kann alternativ das Eis in einer Metallschüssel einfrieren, dabei aber alle 5 min umrühren, damit sich keine großen Eiskristalle bilden.
7. Den Schlupfer in der Mitte des Tellers platzieren, aus dem Vanilleeis eine Nocke ausstechen und neben dem Schlupfer platzieren.

**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- sowie Marketingmaßnahmen.

**Kontakt:**

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse

Marie Fuchs

Tel. 0221-56938-124

Fax 0221-56938-201

Email: [presse@deutsches-obst-und-gemuese.de](mailto:presse@deutsches-obst-und-gemuese.de)

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