

Oh, du leckere, oh du beerige...!

Das i-Tüpfelchen auf dem Weihnachtsmenü: Ein geflochtener Beeren-Zopf mit Apfelmus

Berlin, 18. Dezember 2017. Es ist wieder soweit: Das Jahr neigt sich dem Ende und ganz unerwartet steht auch schon das Weihnachtsfest wieder vor der Tür! Traditionalisten stellt das regelmäßig vor die Gewissensfrage: Gans oder Ente? Oder doch Karpfen...? Und dann kommt die Quizfrage: Denn auch die Nachspeise soll natürlich ein kulinarisches Geschenk für die Lieben sein. Potential für einen beerenreifen Sommertraum im Winter bietet da ein köstliches Rezept aus der BVEO-Backstube: Geflochtener Beerenzopf mit Apfelmus.

Kitchen impossible? Nichts ist unmöglich!

Ein festliches Weihnachtsmenü mit einem lecker-fruchtigen Dessert in beerigen Rottönen abrunden? Warum nicht? Ganz klar im Vorteil ist natürlich, wer den „Sommer eingefroren“ und sich einen beerenstarken Wintervorrat angelegt hat! Denn kaum ein Obst eignet sich besser zum Einmachen und vor allem Einfrieren als Beerenobst. Einfrieren ist sogar die schonendste Methode überhaupt, um Heidelbeeren, Himbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren & Co. zu konservieren. Das gilt vor allem für das bei TK-Produkten heute übliche Schockfrostern bei unter minus 30°C. Aber auch Zuhause lassen sich Beeren prima einfrieren. Tipp: Beerenobst zunächst einzeln und unverpackt vorgefrieren und erst danach in Portionsbeutel zu verpacken. So frieren die Beeren nicht zusammen und es gibt kein lästiges Verklumpen!

Im Sommer ernten, im Winter essen

Mit oder ohne Vorgefrieren sind gefrorene Beeren gut 10 - 12 Monate lagerfähig. Dazu kommt, dass die kleinen „Eis“-Beeren ebenso viel Vitamine und die gleichen essentiellen Nährstoffe enthalten wie frisches Beerenobst. Amerikanischen Studien zufolge enthalten frische und gefrorene Erd- und Himbeeren sogar die gleiche Menge an wichtigen Antioxidantien. Und ein weiterer Vorteil: Tiefgekühltes lässt sich bequem und ohne viel Aufwand zubereiten – vor allem, wenn man folgende Empfehlungen berücksichtigt:

- Die Kühlkette nicht oder möglichst nur kurz unterbrechen. D.h. Tiefkühlprodukte am besten immer erst am Ende des Einkaufs in den Wagen packen und anschließend in einer Isoliertasche transportieren.
- Tiefgefrorenes Beerenobst im Kühlschrank auftauen lassen
- ... und innerhalb von 24 Stunden nach dem Auftauen verbrauchen!

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Elke Schickedanz
presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
Tel. 030-28 49 78-21
Fax 030-28 49 78-2

Das ganze Fotomaterial zum downloaden:
www.deutsches-obst-und-gemuese.de

Alle Rezepte zum downloaden:
www.deutsches-obst-und-gemuese.de/immer-lecker/rezepte



© BVEO/Beerenzopf mit Apfelmus



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

- Tipp: Gefrorene Beeren sind geradezu perfekt zum Backen geeignet. Denn sie enthalten weniger Wasser als frische Beeren. Für eine Beertorte, den Tortenboden beispielsweise mit einer dünnen Sahneschicht bestreichen, die gefrorenen Beeren darauf setzen und dann den heißen Tortenguss darüber gießen. Ist kinderleicht und sieht super aus! Denn der Guss wird durch die kalten Beeren blitzschnell fest und die wiederum sehen aus wie frisch gepflückt!



© BVE0/Himbeeren

„Eis“-Beerige Zahlen

Deutschland liebt seine Beeren – vor allem während der Ernte-Saison! Denn bei Beerenobst greifen Verbraucher am liebsten zu erntefrischen Produkten und verarbeiten diese gegebenenfalls selbst weiter. So lag der Prokopfverbrauch von frischen Erdbeeren im vergangenen Jahr auch bei fast 2 kg. Mit Abstand folgten dann Blaubeeren (0,24 kg) und Himbeeren (0,13 kg). Bei TK-Beerenobst griffen die Deutschen im Handel vor allem zu Himbeeren, von denen jeder Deutsche (0,13 kg) verspeiste, gefolgt von Erdbeeren (0,06 kg) und Blaubeeren (0,02 kg). Quelle: AMI Analyse auf Basis GfK Panel



© BVE0/gefrorene Beeren

Das wird ein Fest!

Ein köstlicher Hochgenuss und eine winterliche Reminiszenz an den Sommer: Der **geflochtene Beeren-Zopf mit Apfelmus** aus der BVE0-Backstube.

Schwierigkeit: Einfach / Dauer: 40 Minuten

Zutaten für 4 Personen

- 2 Pck. TK-Blätterteig
- 300 g TK-Beeren
- 2 Äpfel
- 150 g Frischkäse
- ½ EL Puderzucker
- Saft ½ Zitrone
- 1 Vanilleschote
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- 1 Ei

Zubereitung

- Den Ofen auf 190°C vorheizen
- Die Äpfel schälen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Eine halbe Zitrone auspressen. Die Apfelstücke mit Vanillezucker, Zitronensaft und Zimt in einen Topf geben. Ein bisschen Wasser hinzugeben und auf



© BVE0/Beerenzopf mit Apfelmus



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

kleiner Hitze kochen bis die Äpfel zart aber nicht verkocht sind.

- Den Frischkäse mit dem Puderzucker sorgfältig in einer Schüssel vermischen. Die Vanilleschote aufschneiden und auskratzen, das Vanillemark dann zum Frischkäse hinzufügen.
- Den Blätterteig auf einem Backpapier ausrollen. Grobe Vierecke von circa 20 x 20 cm herausschneiden.
- Vierecke auf die Arbeitsplatte legen und mit einem dünnen Messer oder Pizzaroller 1cm breit diagonale Streifen auf beiden Seiten des Blätterteigs einritzen, jeweils circa 6 cm. Oben und unten jeweils ein Stück von circa 4 cm nicht einschneiden, um den Zopf an den Enden zu schließen.
- In der Mitte des Blätterteigs jeweils eine Schicht Frischkäse, Apfelmus und Beeren übereinander auftragen.
- Die Enden umklappen, so dass sie auf der Beerenschicht liegen. Dann die Streifen von den Seiten abwechselnd einklappen, sodass ein überlappendes Zopfmuster entsteht.
- Wenn der erste Zopf fertig ist, den Prozess mit den anderen Blätterteigstücken wiederholen. Ein Ei aufschlagen und die fertigen Zöpfe bepinseln.
- Die Zöpfe im Ofen für ca. 25 Minuten backen bis der Teig knusprig und braun ist. Kurz abkühlen lassen, zusätzlichen Frischkäse bereitstellen und genießen.



© BVE0/Johannisbeeren

Angenehme und erholsame Feiertage und ein glückliches und erfolgreiches neues Jahr wünscht Ihnen die BVEO!

Für alle weiteren Fragen und / oder Bildwünsche können Sie sich gern unter presse@deutsches-obst-und-gemuese.de an uns wenden.



© BVE0/Blaubeeren

Über „Deutschland – Mein Garten.“

„Deutschland – Mein Garten.“ ist eine Verbraucherkampagne, die über die vielen Frische-, Qualitäts- und Umweltvorteile von Obst und Gemüse aus Deutschland informiert. Ziel ist es, Verbrauchern die heimischen Produkte, deren Saison und ihre Vorzüge näher zu bringen. Initiator der Kampagne ist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO).

Über die BVEO

Seit 1970 ist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO) der nationale Zusammenschluss von Erzeugerorganisationen und Einzelunternehmen für Obst und Gemüse. Unter dem gemeinsamen Dach haben die Mitglieder wichtige Kompetenzen gebün-



© BVE0/gefrorene Beeren



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

delt, um ihr gemeinsames Know-how für die hohen Qualitätsstandards von deutschem Obst und Gemüse einzusetzen. Neben der Organisation von Messe- und Kongressauftritten vertritt der Verband vor allem die politischen Interessen seiner Mitglieder und steuert die PR- und Marketingmaßnahmen.

Kontakt:

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Elke Schickedanz
presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
Tel. 030-28 49 78-21
Fax 030-28 49 78-28

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEÖ“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.



Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Neue Schönhauser Straße 20
10178 Berlin

Tel.: 030 – 28 49 78 - 0
presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
www.deutsches-obst-und-gemuese.de