



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Prachtstücke für unsere Prachtstücke!

Das Club-Sandwich mit Matjes, Kirschtomaten, Radieschen, Apfel und Romanasalat für die bekömmliche Vatertags-Tour.

Berlin, 7. Mai 2018. Ob Vater-, Männer- oder Herrentag - zu Himmelfahrt nehmen sich viele deutsche Männer eine Auszeit vom Alltag. Praktischerweise immer am Anfang eines langen Wochenendes, was dem ein oder anderen eine gegebenenfalls notwendige Rekonvaleszenz-Phase erleichtert. Denn meist streifen sie an Himmelfahrt in größeren Gruppen von Freunden und Gleichgesinnten durch Stadt und Land. Untrügerisches Kennzeichen: der robuste Bollerwagen, in dem sich fester ebenso wie flüssiger Proviant praktisch transportieren lässt. Diese feierlaunigen Streifzüge sind aber nicht zwangsläufig auch hochprozentig. Immer häufiger geht es in solch geselligen Runden einfach nur fröhlich zu und der Proviant ist gesund und alkoholfrei. So oder so: Unsere Prachtstücke – ganz gleich ob Väter, Männer oder Herren – haben sich einen Ehrentag verdient und werden mit gesunden „Prachtstücken“, belegt mit Matjes, erntefrischen Kirschtomaten, knackigen Radieschen, köstlichem Apfel und herzhaftem Romanasalat, verwöhnt!

Pink, scharf und so gesund!

Als fein-scharfe Zutat für Salate oder hauchdünn geschnitten, mit wenig Salz bestreut auf dem Brot – Radieschen sind ein gesunder, vitaminreicher und kalorienarmer Genuss. Botanisch gesehen sind sie die kleinsten Vertreter der Rettich-Dynastie. Und genau wie Rettich enthalten sie Senföl, das den herrlich scharfen Geschmack ausmacht – und die Verdauung anregt. Sie sollen sogar eine Geheimwaffe gegen Pilze und Bakterien sein. Doch vor allem schmecken die kleinen Knöllchen knackig-lecker!

Schmeckt gut, tut gut!

Ob Kirschtomaten, Cherrytomaten oder Cockailtomaten – die „Kleinen“ gehören in Deutschland zu den beliebtesten Tomatensorten. Vor allem weil sie meist süßer und knackiger als ihre großen Schwestern sind. Das liegt daran, dass sie wenig Wasser und viel Fruchtzucker enthalten. Das kommt dem Geschmack zugute. Und noch besser: sie haben nur rund 20 Kalorien pro 100 Gramm.

Knackiger Klassiker von Welt!

Romanasalat ist – wie schon der Name verrät – aus dem Römischen Reich zu uns gekommen. Als eine der ältesten Formen des Gartensalats soll er schon vor Christi Geburt als Gemüse kultiviert worden sein. Er ist sehr knackig, saftig und hat ein herzhaftes, feinherbes Aroma. Deshalb

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



© BVE0 / Club Sandwich



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

schmeckt er roh genauso gut wie gekocht oder gedünstet und hat es vor allem als wesentlicher Bestandteil des berühmten „Caesar's Salad“ zu Weltruhm gebracht.

Festtägliche Gaumenfreuden!

Und alle zusammen veredeln hier einen köstlichen Ausflugs-Snack. Denn statt süßer Leckereien kann für die Herren der Schöpfung an ihrem Ehrentag eine deftige Grundlage nur von Vorteil sein. Das pikante Club-Sandwich ist ein herzhafter Genuss, der ihnen Kraft für die Vater-tags-Tour verleiht.

Club-Sandwich

Einfach / Zubereitungszeit: etwa 20 Min.

Zutaten für 2 Personen:

- 8 Kirschtomaten
- 8 Radieschen
- ½ saurer Apfel
- 1 Romana-Salatherz
- 1 rote Zwiebel
- ½ Zitrone
- ½ Avocado
- 150 g saure Sahne
- 1 TL süßer Senf
- ½ TL Honig
- Meersalz und Pfeffer
- 4 Scheiben Bacon
- 6 Scheiben Dinkel-Toastbrot
- 4 Matjesfilets
- ½ Beet Rettich-Kresse

Zubereitung:

- Kirschtomaten, Radieschen, Apfel und Salat waschen und abtropfen lassen. Tomaten und Radieschen putzen und in Scheiben schneiden. Apfel vierteln, entkernen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Zwiebel häuten und halbieren. 1 Hälfte würfeln, die andere in Ringe schneiden.
- Zitrone pressen und zusammen mit dem Avocadofleisch mit einer Gabel auf einem Teller zermanschen. Saure Sahne unterrühren, gehackte Zwiebel, süßen Senf und Honig dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Bacon in einer beschichteten Pfanne ohne Fett von beiden Seiten knusprig braten. Währenddessen Toastbrot goldbraun tosten und 4 Scheiben mit der Avocado-creme bestreichen. Matjesfilets halbieren und auf die Avocado-creme geben. Dann mit Tomaten, Radieschen, Äpfeln, Salat,



© BVE0 / Frische Tomaten



© BVE0 / Frische Radieschen



© BVE0 / Zutaten fürs Club Sandwich



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Zwiebelringen, Kresse und Bacon belegen. Jeweils 2 belegte Toasts aufeinander türmen, mit einem unbelegten Toast abschließen und sofort genießen.

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

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 gebündelt, 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



© BVEO / Sandwich belegen



© BVEO / Sandwich belegen



© BVEO / Club Sandwich

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ 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