



# Deutsches Obst und Gemüse

## Pressemitteilung

# Wir sind neu hier! Exoten made in Germany

**Edamame, Vulkanspargel, KaRuby oder SalaCrisp: Neue heimische Gemüsesorten erobern die Regale im Handel. Die BVEO stellt die Novitäten aus deutschem Anbau vor!**



**Berlin, 24. März 2022.** Regionalität liegt im Trend, ebenso wie Neues aus der Gourmetwelt! Damit sich diese beiden Trends vereinbaren lassen, setzen immer mehr deutsche Erzeuger darauf, neben altbewährten Produkten, auch Neues und teilweise sogar Exotisches anzubauen. Vorausgesetzt, diese Neulinge haben eine reelle Chance in unseren klimatischen Breitengraden. So wie beispielsweise Ingwer und Safran oder die ebenfalls hierzulande angebauten Süßkartoffeln, Physalis, Kalettes oder auch Pimentos de Padron. Damit kommt die deutsche Landwirtschaft nicht nur der veränderten Esskultur der Deutschen entgegen, sondern leistet – dank kurzer Transportwege – auch einen positiven Beitrag zur Ökobilanz. Und die kann man sogar schmecken. Denn dank kurzer Transportwege können alle Produkte bis zum optimalen Erntezeitpunkt an der Pflanze reifen.

### Kreativ, innovativ und heimatverbunden

Nie war ein gesunder Lifestyle so angesagt wie heute. Im Mittelpunkt steht dabei die Ernährung und hier vor allem der Star in der Koch-, Gastro- und Genuss-Szene: Gemüse! Es ist zum Hauptakteur auf den deutschen Tellern avanciert und macht die Zeiten vergessen, in denen sich Gemüseauswahl und Zubereitung nach dem Fleisch richteten. Neben Gesundheit und ausgewogener Ernährung rückt für viele Verbraucher vor allem der Genuss immer mehr in den Vordergrund. Damit einher geht der Abschied vom rein funktionalen Blick auf unsere Mahlzeiten. Ernährung soll nicht nur gesund sein, sondern lecker schmecken und Spaß machen. Und dafür sorgt nicht zuletzt das Gemüsejahr 2022, das mit etlichen Neuheiten, die zum Ausprobieren verlocken, beginnt.

**Pressebüro deutsches Obst und Gemüse**  
c/o Pretzlaw Communications  
Elke Schickedanz  
[presse@deutsches-obst-und-gemuese.de](mailto: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/pressemitteilungen/](http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de/pressemitteilungen/)

Alle Rezepte zum downloaden:  
[www.deutsches-obst-und-gemuese.de/rezepte/](http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de/rezepte/)



© BVEO / Ariane Bille  
KaRuby-Tagliatelle mit Postelein

### Neu am Markt!

**Vulkanspargel** – Der auch Puntarelle, Spargelchicorée oder Cimata genannte Newcomer, ist In Italien, wo er bereits seit vielen Jahren kultiviert wird, eine äußerst beliebte Delikatesse. Hier in Deutschland wird er seit 2020 in nachhaltigem Anbau in der Pfalz angebaut. Der enge Verwandte des Chicorées erinnert optisch an Löwenzahnsalat, da er im Inneren Stiele, die sogenannten Hüllblätter ausbildet. Von diesen gut ummantelt wachsen dicke, hohle Triebe, die äußerlich an Spargelköpfe erinnern. Aber auch wenn er wie Spargel aussieht, erinnert er aufgrund seiner Bitterstoffe geschmacklich doch eher an Chicorée, Endivie und Radicchio.

- **Power:** Das gesunde Gemüse enthält dazu viele wichtige Vitamine und Mineralstoffe. Darunter vor allem Vitamin A, Kalzium, Phosphor, Eisen und Karotin. Es steht im Ruf die Verdauung und den Kreislauf anzukurbeln und wird daher auch als ayurvedische Heilpflanze verwendet.
- **Saison:** Das traditionelle Herbst- und Wintergemüse hat von Oktober bis Januar Saison.
- **Zubereitung:** Der in der Gastronomie bereits sehr beliebte Vulkanspargel lässt sich auf vielfältige Weise zubereiten. Und ganz gleich, ob pur als knackiger Wintersalat, warm mit etwas Zucker, Salz und Butter in der Pfanne geschwenkt oder auch in Kombination mit Pasta – er ist immer ein großer Genuss!

**Edamame** – Die nussig-süße Sojabohne stammt zwar ursprünglich aus Japan, findet aufgrund des milden Klimas aber auch exzellente klimatische Bedingungen im Südwesten Deutschlands. Das gesunde „Superfood“ ist ebenso wie auch andere Sojabohnensorten aus deutschem Anbau eine sehr nachhaltige Alternative zu den importierten Varianten – wenngleich sie bislang fast ausschließlich von der Gastronomie verwendet werden.

- **Power:** Aufgrund ihres hohen Protein- und Ballaststoffgehalt, gilt die leckere Sojabohne, die auch etliche wichtige Aminosäuren enthält, auch als Superfood.
- **Saison:** Edamame werden im Frühjahr gesät und zwischen August und Oktober geerntet.
- **Zubereitung:** Traditionell werden Edamame in der Hülse in etwas Salzwasser gekocht – gegessen wird allerdings nur das Innere, nicht die Schote! – und dann warm genossen, zum Beispiel bestreut mit etwas Meersalz und Chiliflocken oder auch zu Fisch-, Nudel- oder Reisgerichten. Aber auch als Snack oder Beilage sind Edamame perfekt geeignet.



© BVE0 / Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG  
Vulkanspargel geerntet



© BVE0 / Pfalzmarkt für Obst und Gemüse eG  
Edamame Anbau

**SalaCrisp** – Ein Salat, der das Beste von Eisberg- und Mini Romana Salat vereint. Wie die meisten Kopf- bzw. Blattsalate gehört er zur großen Familie der Korbblütler (Asteraceae), ist jedoch eine völlig neue Sorte, die erst seit 2013 für den Anbau im Freiland zur Verfügung steht. Dort findet er vor allem im Norden, begünstigt durch die Nähe zur Nordsee und die offene Lage nach Westen hin, ideale Anbaubedingungen. An den typischen Eissalat erinnern dabei die knackigen Herzblätter, an den Mini Romanasalat dagegen die etwas verlängerte Kopfform und der aromatische Geschmack. Und das Beste: Durch seine Größe ist er perfekt für kleine Haushalte geeignet.

- **Saison:** SalaCrisp ist nach 5 bis 10 Wochen erntereif und das ganze Jahr über verfügbar.
- **Zubereitung:** Er ist knackig und haltbar wie ein Eisbergsalat und so geschmackvoll und mit kleinen Haushalten kompatibel wie der Mini Romanasalat. Dabei lässt sich SalaCrisp sehr leicht und ähnlich wie Mini Romanasalat zubereiten. Einfach den Strunk abschneiden, die Blätter kurz mit Wasser abspülen und damit keine wertvollen Nährstoffe herausgewaschen werden, erst anschließend kleinschneiden. Entweder man genießt ihn dann mit einem leckeren Dressing, in einem gemischten Salat, auf einem köstlichen Sandwich oder Pausenbrot oder einfach pur als Snack. Und auch in kleinen Haushalten bleiben quasi keine Reste, denn eine SalaCrisp ist perfekt für eine Salatportion geeignet.
- **Einkauf und Lagerung:** SalaCrisp erkennt man an seiner knackigen Blattstruktur. Die bleibt übrigens auch nach der Zubereitung lange erhalten – ähnlich wie bei Eisbergsalat. Sollte SalaCrisp nicht gleich nach dem Kauf verbraucht werden, empfiehlt es sich, ihn in der Folie verpackt im Gemüsefach des Kühlschranks aufzubewahren. Dort hält er ein paar Tage.

**KaRuby** – Die auffallend rubinrote Möhre, die sich durch einen intensiven Möhren-Geschmack und eine knackige Struktur auszeichnet, ist ein echter Hingucker und sorgt für gute Laune und Abwechslung auf dem Teller. Ursprünglich stammt der „Rubin unter den Möhren“ aus Amerika, gedeiht aber auch exzellent in den sandigen Böden der Lüneburger Heide. Das Besondere an dieser Möhre: Ihre rubinrote Farbe geht auch beim Schälen und Kochen nicht verloren, ganz im Gegensatz zur violetten Urmöhre, deren Farbstoffe im Wasser gelöst werden.

- **Saison:** KaRuby wird im September und Oktober geerntet.
- **Zubereitung:** KaRuby lassen sich ganz einfach und genauso wie ihre orangefarbenen Verwandten schälen, schneiden und zubereiten.



© BVE0 / Behr AG  
SalaCrisp



© BVE0 / Behr AG  
KaRuby Möhren lose



© BVE0 / Ariane Bille  
KaRuby Möhren gehobelt

ten. Roh als Snackmöhren sind sie ebenso lecker wie geraspelt in einem Salat oder als gekochte Gemüsebeilage. Dabei punkten sie vor allem mit ihrer schönen rubinroten Farbe, denn diese geht auch beim Kochen nicht verloren.

- **Einkauf und Lagerung:** Frische KaRuby zeichnen sich durch eine feste, knackige Struktur aus und sollten sich nicht Biegen lassen. Wie auch die klassischen, orangefarbenen Möhren lassen sie sich ohne Probleme für ein paar Tage im Kühlschrank lagern.

**Und zu guter Letzt ein rubinroter Rezept-Tipp:**

## KaRuby-Tagliatelle mit Postelein

**Einfach / vegetarisch / Zubereitungszeit: etwa 20 Min.**

### Zutaten für eine Person:

- 1 Handvoll Postelein
- 5 KaRuby Karotten
- 1 Apfel
- 1 Handvoll Haselnüsse
- 1–2 EL Olivenöl
- 1 TL Thymian (getrocknet)
- 20 g Fetakäse
- 1 TL Rettich-Sprossen

### Zubereitung:

- Postelein waschen und abtropfen lassen.
- Karotten mit dem Sparschäler schälen und dann der Länge nach in breite Streifen hobeln.
- Apfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in feine Streifen schneiden
- Wasser mit 1 Prise Salz in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen. Karotten-Streifen darin 2 Min. blanchieren, anschließend abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen und zur Seite stellen
- Haselnüsse grob hacken und in einer beschichteten Pfanne rösten bis es duftet. Nüsse aus der Pfanne nehmen und Öl darin erhitzen. Apfelscheiben hineingeben und etwa 2–3 Min von beiden Seiten anbraten. Blanchierte Karottenstreifen hinzugeben, mit Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken und für 1 Min. weiter garen. Auf einen Teller geben, Fetakäse darüber bröseln, mit Rettichsprossen und Haselnüssen bestreuen und sofort genießen.



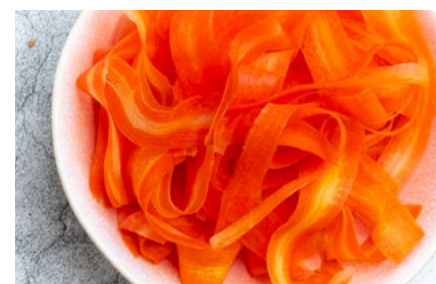
© BVE0 / Ariane Bille  
KaRuby-Tagliatelle mit Postelein



© BVE0 / Ariane Bille  
KaRuby-Tagliatelle mit Postelein Zutaten



© BVE0 / Ariane Bille  
Zubereitung KaRuby-Tagliatelle mit Postelein



© BVE0 / Ariane Bille  
Zubereitung KaRuby-Tagliatelle mit Postelein



# Deutsches Obst und Gemüse

## Pressemitteilung

**Für alle weiteren Fragen und / oder Bildwünsche können Sie sich gern unter [presse@deutsches-obst-und-gemuese.de](mailto: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 aller Erzeugerorganisationen und weiterer 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.



© BVEO / Ariane Bille  
Zubereitung KaRuby-Tagliatelle mit Postelein



© BVEO / Ariane Bille  
Zubereitung KaRuby-Tagliatelle mit Postelein



© BVEO / Ariane Bille  
KaRuby-Tagliatelle mit Postelein  
angerichtet

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