



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Rotes Pärchenglück: Verliebt in Kirschen.

Es ist wieder „gut Kirschen essen“ in Deutschland. Denn genau die haben jetzt Saison – und sie schmecken nicht nur lecker, sie lassen sich auch hervorragend weit spucken! Zum Beispiel am „Internationalen Tag des Kirschkernspuckens“ am 2. Juli 2022.



Berlin, 16. Juni 2022. Unfassbare 28,51 Meter weit flog laut „Guinness Buch der Rekorde“ der Kirschkern von Brian Krause im Jahr 2003. Damit ist er der nach wie vor amtierende Weltrekordhalter im „Kirschkernweitspucken“, einer Disziplin, bei der ein Kirschkern mit möglichst hoher Geschwindigkeit, in einer optimalen Flugbahn so weit wie möglich gespuckt wird. Und auch wenn diese Sportart weder olympisch noch offiziell ist, so entbehrt sie doch nicht einer gewissen Ernsthaftigkeit, wie Skandale um manipulierte Kirschkerne in der Vergangenheit gezeigt haben. Und die seit 1974 jährlich in Deutschland stattfindende „Weltmeisterschaft im Kirschkernspucken“ unterstreicht dies noch dazu. Talentierte Weitspucker können jedenfalls in jedem Jahr ab Mai in die Trainingsaison mit heimischer Ware einsteigen. Denn dann reifen die ersten, frühen Kirschen.

Sommersüße Gute-Laune-Booster

Den saisonalen Auftakt machen wie immer die Süßkirschen. Sie sind – je nach Sorte – als gelbe, hellrote oder sogar schwarzrote Früchte erhältlich und ab etwa Mai/Juni erntereif. Angebaut werden sie größtenteils in Süddeutschland und Niedersachsen. Ob als saftige Herzkirschen oder als später reifende, festere Knorpel- bzw. Knupperkirschen, Süßkirschen stehen bei den deutschen Verbrauchern besonders hoch im Kurs. Ab Juli etwa komplettieren die ersten Sauerkirschen das Angebot. Sie werden in Deutschland vor allem in Rheinland-Pfalz und Sachsen angebaut und haben ebenfalls große Fangemeinden. Allein von privaten Haushalten wurden im vergangenen Jahr fast 44.000 Tonnen Süß- und rund 2.000 Tonnen Sauerkirschen gekauft. Während der Großteil der Anbaugelände in Baden-Württemberg (3.000 Hektar) liegt, erfreuen sich Kirschen in Nordrhein-Westfalen besonderer Beliebtheit: Dort landen Süßkirschen mit 18,6 % und Sauerkirschen sogar mit 23,6% der Einkaufsmenge überdurchschnittlich oft im Einkaufswagen. Insgesamt wurden 2021 rund 60.000 Tonnen Süßkirschen verspeist*.

(*Quelle: Agrarmarkt Informationsgesellschaft mbH, Statistisches Bundesamt)

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/pressemitteilungen/

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



© BVE0 / Ariane Bille /
Kirsch-Blondies mit Mandeln



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Genuss im Doppelpack

Süß- und Sauerkirschen treten stets pärchenweise auf und obwohl sie botanisch unterschiedlichen Arten angehören, sind sie doch eng miteinander verwandt: Beide Sorten zählen zum Steinobst aus der Familie der Rosengewächse. Doch Nomen est Omen: Der wichtigste Unterschied liegt im höheren Fruchtsäuregehalt der Sauerkirschen und ihrem dadurch leicht säuerlichen Geschmack. Generell schmecken Kirschen frisch am besten. Doch nicht nur pur überzeugen Süßkirschen die Genießer, auch in Kuchen und Desserts oder einer pikanten Hauptspeise setzen sie mit ihrer fruchtig-süßen Note raffinierte Akzente. Sauerkirschen, zu denen die beliebten Schattenmorellen gehören, eignen sich perfekt zum Einmachen, Kochen und Backen und schmecken köstlich zu Waffeln. Ihr leicht säuerliches Aroma ist ein perfekter Partner zu Wild, Geflügel, Chutneys und anderen herzhaften Gerichten.

5 x wichtige Kirsch-Fakten!

Power

Kirschen schmecken nicht nur richtig lecker, sie sind noch dazu kalorienarm. Neben den Vitaminen A, B und C enthalten sie viele wichtige Nährstoffe wie Folsäure, Kalium, Magnesium und Eisen. Zudem sind Kirschen im besten Fall auch noch nachhaltig – da sie in Deutschland angebaut und geerntet werden.

Worauf sollte ich bei Einkauf und Lagerung achten?

Vollreife Kirschen sind sehr saftig und reifen nach der Ernte nicht mehr nach. Man erkennt sie am besten an ihrer prallen, runden Form. Die Farbe ist kein verlässliches Kriterium. Denn je nach Sorte können sowohl dunkle als auch helle Kirschen besonders süß und aromatisch schmecken. Zusätzlich sollte man beim Einkauf auf einen sattgrünen Stiel achten. Am besten lagert man die Früchte direkt nach dem Einkauf, in einen Plastikbeutel verpackt, im Kühlschrank – und zwar mit Stiel. So bleiben die Kirschen bis zu drei Tagen frisch. Wer nicht nur von Juni bis Ende August Kirschen essen möchte, kann seinen Kirschevorrat problemlos einmachen oder einfrieren.

- **Wichtig:** Kirschen erst kurz vor dem Verzehr waschen – so bleiben sie länger frisch.

Wie bereite ich Kirschen am besten zu?

Da Kirschen recht empfindlich sind, empfiehlt es sich, sie nur vorsichtig abzubrausen. Den grünen Stiel erst nach dem Waschen abzupfen. Das schon das Aroma und verhindert, dass die Frucht verwässert.



© BVE0 / shutterstock / Tatevosian Yana
himmlische Kirschen



© BVE0 / Hendrik Haase
Kirschen am Baum



© BVE0 / Hendrik Haase
Ohne Leiter keine Kirschernte



© BVE0 / Hendrik Haase
Ein Eimer voll Kirschenglück

Unabhängig davon eignen sich Süßkirschen vor allem als purer Fruchtsnack. Für Kuchen, Marmelade, Saft und Co. sollte die Wahl dagegen auf Sauerkirschen fallen. Denn sie schmecken aromatischer und werden mit etwas Zucker, Süßstoff oder Honig ebenfalls zur süßen Verführung.

- **Tipp:** Egal, ob süß oder herzhaft – frische Kräuter geben Kirschspeisen einen besonderen Frischekick. Wie wäre es zum Beispiel einmal mit einem Sauerkirsch-Basilikum-Eis?

Wie entsteine ich Kirschen richtig?

Bevor die Kirschen verarbeitet werden, müssen sie – eine etwas lästige Aufgabe – zunächst entsteint werden. Am schnellsten geht das mit einem Kirsch-Entsteiner. Alternativ kann man die Frucht mit einem spitzen Messer halbieren und den Stein heraustrennen.

- **Tipp:** Kirschen lassen sich leichter entsteinen, wenn man sie vorher einige Minuten ins Gefrierfach legt.

Darf ich nach dem Verzehr von Kirschen wirklich kein Wasser trinken?

„Nach Steinobst wie Kirschen sollst du kein Wasser trinken“, das hat schon die Oma gepredigt. Der Hintergrund dafür: Früher war das Trinkwasser gelegentlich stark mit Hefepilzen belastet. Diese Hefepilze ließen die Kirschen dann im Magen gären und verursachten Blähungen und Krämpfe. Heutzutage ist das Gott sei Dank kein Problem mehr – mit dem heutigen Wasser ist gut Kirschen essen.

Rezept-Tipp:

Kirsch-Blondies mit Mandeln

Zutaten für 1 Blech Blondies:

- 300 g Süßkirschen
- 250 g Butter
- 300 g Rohrohrzucker
- 1 Pck. Bourbon Vanillezucker
- 4 Eier
- 100 g gemahlene Mandeln
- 200 g Weizenmehl
- 1 Prise Salz
- 1 TL Backpulver



© BVE0 / Hendrik Haase
Handvoll Kirschen



© BVE0 / Hendrik Haase
Kirschkisten



© BVE0 / Ariane Bille /
Zutaten

- 100 g weiße Schokolade
- abgeriebene Schale von ½ Zitrone
- 2 Handvoll Mandelblättchen

Zubereitung:

Einfach / Zubereitungszeit: etwa 20 Min. + Backzeit etwa 25-30 Min.

- Backofen auf 170 °C Ober- und Unterhitze vorheizen und ein Backblech (36x26 cm) einfetten.
- Kirschen waschen, entstielen, entsteinen und zur Seite stellen.
- Butter in einem Topf schmelzen lassen und mit dem Zucker und Vanillezucker in einer großen Rührschüssel verrühren. 2 ganze Eier und 2 Eigelbe mit der lauwarmen Masse vermischen. Mandeln, Mehl, Salz und Backpulver vermischen, in die Rührschüssel zur Ei-Butter-Zucker-Masse geben und zu einem glatten Teig verrühren.
- Schokolade grob hacken und mit der Zitronenschale unter den Teig rühren. Teig auf dem Backblech verteilen, Kirschen in den Teig hineindrücken und zum Schluss mit Mandelblättchen betreuen.
- Auf mittlerer Schiene des Backofens bei 170°C Ober- und Unterhitze für etwa 25–30 Min. goldbraun backen. (Falls die Blondies zu schnell bräunen, sollte man sie beim Backen abdecken). Blondies in Stückchen schneiden, auskühlen lassen und lauwarm genießen.



© BVE0 / Ariane Bille /
Zubereitung



© BVE0 / Ariane Bille /
Zubereitung



© BVE0 / Ariane Bille /
Zubereitung



© BVE0 / Ariane Bille /
Kirsch-Blondies mit Mandeln



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

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 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 /
Kirsch-Blondies mit Mandeln



© BVEO / Ariane Bille /
Kirsch-Blondies mit Mandeln



© BVEO / Ariane Bille /
Kirschen

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