



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Genuss im Doppelpack: Ein Sommer voller Kirschen



Süß, köstlich, rot und gesund: Kirschen schmecken fantastisch und versüßen nicht nur ausgewiesenen Fans den Sommer. Denn von Anfang Juni bis Ende August ist in Deutschland immer „gut Kirschen essen“.



Berlin, 17. Juli 2023. Sie sind rot wie die Liebe und Italiener finden sogar, Kirschen sind wie Küsse' (Le ciliegie sono come i baci). Doch damit stehen sie nicht allein da. Auch Deutschland verwandelt sich jedes Jahr zwischen Mai und September in eine Nation von Kirschliebhabern – genau dann, wenn Kirschen hierzulande Saison haben. Den Anfang der Kirschsaison machen traditionell ab Mai/Juni die Süßkirschen. Sie sind je nach Sorte gelb bis schwarzrot und werden vor allem im südlichen Teil Deutschlands und in Niedersachsen angebaut. Man unterscheidet zwischen den saftigen Herzkirschen und den später reifenden, festeren Knorpel- bzw. Knupperkirschen. Ab Juli werden die Sauerkirschen reif. Sie werden in Deutschland vor allem in Rheinland-Pfalz und Sachsen angebaut.

Fruchtiger Kuss für den Gaumen

Frisch schmecken Kirschen am besten – vor allem Süßkirschen. Doch nicht nur pur überzeugen sie die Genießer, auch in Kuchen und Desserts oder einer pikanten Hauptspeise setzen sie mit fruchtig-süßer 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. Die Schattenmorelle, eine sehr alte, französischstämmige Sauerkirschsorte, hat entgegen aller Erwartungen übrigens nichts mit Schatten zu tun, sondern stammt vermutlich vom französischen Namen Cerise Chatel Morel ab.

Süße Steinfrüchte

Obwohl die schwarzroten, verführerischen Süß- und Sauerkirschen botanisch unterschiedlichen Arten angehören, sind sie 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.

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
Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln

Bild oben: © BVE0 / stockphoto-graf
Kirschen im Doppelpack

Klein, aber oho

Kirschen schmecken nicht nur richtig lecker, sie sind auch noch 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 regional in Deutschland angebaut und geerntet werden können.

Einkauf

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.

Lagerung

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 Tage frisch. Wer nicht nur von Juni bis Ende August Kirschen essen möchte, kann seinen Kirschen-Vorrat problemlos einfrieren. Dabei den Stein in der Frucht lassen, damit das Aroma erhalten bleibt.

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

Zubereitung

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. Bevor die Kirschen verarbeitet werden, müssen sie – eine etwas lästige Aufgabe – zunächst entkernt 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.



© BVE0 / Shutterstock / Shulevskyy Volodymyr
Kirschen am Baum



© BVE0 / Ariane Bille
Kirschen unter Wasser



© BVE0 / Shutterstock / Kevin CC / Kirschen

Rezept-Tipp:

Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln

Ein Hochgenuss für Augen und Gaumen, der sommerliche Fruchtsüße auf den Teller zaubert.

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Kirschen
- 250 ml Kirschsafte
- abgeriebene Schale 1 Zitrone.
- 1 EL Zucker
- 1 EL Speisestärke
- 100 g Zartbitter-Schokolade
- 125 g weiche Butter
- 160 ml Milch
- 50 g Zucker
- 2 Eier
- 250 g Mehl
- 30 g Back-Kakao
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 200 g Sahne
- Schokosplitter

Zubereitung:

einfach / vegetarisch / Zubereitungszeit: 30-40 Minuten

- Für die Sauce Kirschen waschen, abtropfen lassen, von Stielen befreien und entkernen. Kirschen zusammen mit dem Kirschsafte und der Zitronenschale in einen Topf geben garkochen. Inzwischen Zucker und Speisestärke vermischen und in einer kleinen Schüssel mit 3 EL des Kirschsafte glattrühren. Anschließend unter die kochenden Kirschen rühren und eindicken lassen.
- Für den Waffelteig Schokolade mit Butter in der Milch schmelzen und kurz abkühlen lassen. Zucker unterrühren und Eier nach und nach dazugeben. Mehl mit Kakao, Backpulver und Salz vermischen und langsam mit der Schokoladen-Masse vermischen.
- Sahne steif schlagen
- Waffeleisen erhitzen. Je 1 Suppenlöffel Teig ins Waffeleisen geben und Waffeln knusprig backen. Fertige Waffeln kurz auf einem Rost auskühlen lassen. Je 3 Waffeln pro Person mit Sahne und Kirschen übereinanderschichten und mit Schoko-Splittern bestreut genießen.



© BVE0 / Ariane Bille
Kirsche



© BVE0 / Ariane Bille
Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln



© BVE0 / Ariane Bille
Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln



© BVEO / Ariane Bille
Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln

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
Kirschen



© BVEO / Ariane Bille
Schwarzwälder-Kirsch-Waffeln

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
Kaiserdamm 13
14057 Berlin