



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Neue Exoten aus deutschem Anbau: Kiwibeeren

Klein aber oho! Die Mini-Kiwis sind sündhaft lecker, stecken voll gesunder Power und sind ein echter Shootingstar im Obstregal.

Berlin, 16. Oktober 2023. Superfood im Kleinformat: Kiwibeeren sehen nicht nur exotisch aus – wie winzige Kiwis nur ohne den kiwitypischen Pelz – sie stecken auch voller gesunder Nährstoffe und schmecken herrlich mild und süßlich. Das Beste an den kräftig grünen Früchten aber ist, sie wachsen in unseren Breitengraden und müssen nicht wie ihre weitaus bekannteren, großen Schwestern, die Kiwis, aus Neuseeland oder anderen mediterranen Orten importiert werden. Anders als Kiwis fühlen sich Kiwibeeren in unserem Klima nämlich sehr wohl. Zwar stammen die auch als Kiwai, Honigbeeren, scharfzähiger Strahlengriffel, Kokuwa oder Nergi bekannten Früchte ursprünglich ebenfalls aus Südostasien, doch sind sie, weil äußerst pflegeleicht und sogar frostresistent, hervorragend für den Anbau hierzulande geeignet.

Kreativ, innovativ und heimatverbunden

Regionalität liegt im Trend, ebenso wie Neues aus der Genusswelt! Damit sich diese beiden Trends vereinbaren lassen, setzen immer mehr deutsche Erzeuger neben dem Anbau von altbewährten auch auf neue und teilweise exotische Obst- und Gemüsearten. Vorausgesetzt, diese Neulinge haben eine reelle Chance in unseren klimatischen Breitengraden, so wie die kleine Schwester der Kiwi, die Kiwibeere. Die deutsche Landwirtschaft kommt damit nicht nur der veränderten Esskultur der Deutschen entgegen, sondern leistet dank kurzer Transportwege auch einen positiven Beitrag zur Ökobilanz. Und die kann man schmecken!

Mit einem Happs im Mund

Die kleine zwei bis drei Zentimeter lange Kiwibeere ist größer als eine Stachelbeere, aber kleiner als eine kleine Pflaume. Sie hat eine weiche, essbare, kräftig grüne Schale, die je nach Sorte aber auch gelbgrün, hell- oder dunkelrot gefärbt sein kann. Das macht die Kiwibeere zur perfekten Frucht zum Snacken – ganz ohne Schalen, Schneiden und Auslöffeln.



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/](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 / Kiwibeeren-kuchen

Ihre Saison haben die mild-süßen Strauchbeeren (*Actinidia arguta*) hierzulande von August bis in den November hinein. Dann findet man die Kiwi im Miniaturformat in den Obstregalen der Discounter und Supermärkte.

Power

Kiwibeeren gelten ähnlich wie Chia und Gojibeeren als echtes Superfood. Denn die kleinen Powerfrüchte stecken voller Vitamin C und E. Dazu kommen Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Magnesium und Phosphor, sowie Ballaststoffe, wodurch die Früchte äußerst sättigend sind.

Lagerung

Im Kühlschrank lassen sich reife Mini-Kiwis ein bis zwei Wochen lagern. Wer auch außerhalb der Herbst-Saison nicht auf den leckeren, kräftig grünen Beeren-Genuss verzichten mag, kann Kiwibeeren wunderbar einfrieren oder wie anderes Beerenobst auch, zu Konfitüre, Kompott oder Fruchtaufstrich verarbeiten.
Tipp: Ihr volles Aroma entwickeln Kiwibeeren, wenn sie vor dem Verzehr ein bis zwei Tage bei Zimmertemperatur gelagert wurden, um voll ausreifen zu können.

Zubereitung

Die Mini-Kiwi ist alles außer arbeitsintensiv. Lediglich waschen sollte man sie vor dem Verzehr. Wer die bildschöne, innere Optik der Kiwibeere, die zu 100% dem Muster der großen Schwester entspricht, zur Geltung bringen will, schneidet sie dann noch einmal durch. Denn spätestens jetzt lässt sich die enge Verwandtschaft von Kiwibeere und Kiwi nicht mehr leugnen. Ihre kräftige Farbe und das schöne Muster machen sich perfekt in Obstsalaten und Joghurts, auf Müslis, zu rotem Beerenobst oder als gesunde Deko. Aber auch mit Fleisch harmoniert die süßliche Frucht bestens.



© BVE0 / shutterstock / Pavlina Klosova
Kiwibeeren



© BVE0 / shutterstock / Fabian Junge
Kiwibeeren



© BVE0 / shutterstock / Alex Coan
Kiwibeeren

Rezept-Tipp:

Kiwibeeren-Kuchen (vegan)

Zutaten für 1 Kuchen:

- 300 g Weizenmehl
- 120 g Kokosflocken
- 125 g Rohrzucker
- 3 TL Backpulver
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 Prise Meersalz
- 320 ml Kokosmilch
- 100 g Margarine
- Schale ½ Zitrone

Zutaten Kiwibeeren-Topping:

- 180 g Kiwibeeren
- ½ TL Agar-Agar
- 1 TL Matcha-Pulver
- 40–50 ml Wasser
- 1 EL Rohrohrzucker
- 1 Handvoll Johannisbeeren
- 1 EL Kokosflocken



Zubereitung:

einfach / vegan / Zubereitungszeit: etwa 20 Min. / Backzeit: etwa 50 Min.

- Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine runde Form (20 cm Durchmesser) einfetten.
- In einer großen Schüssel Mehl, Kokosflocken, Zucker, Backpulver, Vanillezucker, Zitronenschale und Salz vermischen. Kokosmilch und Margarine dazugeben und zu einem glatten Teig verrühren.
- Teig in die Form geben und glattstreichen.
- Kuchen auf mittlerer Schiene etwa 50 Min. goldbraun backen (Stäbchentest).
- Inzwischen das Kiwibeeren-Topping zubereiten: Kiwibeeren waschen, abtropfen lassen und 7 Kiwibeeren beiseitelegen. Die restlichen Kiwibeeren mit einem Pürierstab fein mixen. Agar-Agar und Matcha-Pulver in 3 EL Wasser auflösen und dann mit dem Kiwibeeren-Püree, dem restlichen Wasser und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen und 2 Min. unter Rühren köcheln. Abkühlen lassen und dann langsam auf dem Kuchen verteilen.
- Restliche Kiwibeeren halbieren und mit den Johannisbeeren auf dem Kuchen verteilen. Zum Schluss mit 1 EL Kokosflocken bestreuen und genießen.





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 / Kiwibeeren-kuchen



© BVEO / Ariane Bille / Kiwibeeren-kuchen

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