

Samt trifft Sonne:

Pfirsiche und Aprikosen aus Deutschland

Selten, sensibel und sensationell sommerlich: Die zwei heimischen Steinfrüchte verbinden obstbauliches Fingerspitzengefühl mit kurzer Saison und großer Genussvielfalt

Berlin 30. Juli 2026 – Ein bisschen Samt, viel Saft und noch mehr Sommer: Wenn Pfirsiche und Aprikosen aus deutschem Anbau reif sind, beginnt ein kurzes, aber ausgesprochen aromatisches Vergnügen. Die eine klein, sonnengelb und fein säuerlich, der andere rund, weich und herrlich saftig. Beide gehören zur Familie der Rosengewächse, beide sind Steinfrüchte – und beide sind hierzulande echte Spezialitäten. Denn während Apfelbäume in vielen deutschen Regionen zu Hause sind, mögen Pfirsiche und Aprikosen es kuschelig warm, sonnig und möglichst geschützt.

Gewinner des Klimawandels?

Aprikosen- und Pfirsichbäume wachsen vor allem in klimatisch begünstigten Lagen im Süden und Westen Deutschlands. Sie blühen bereits früh im Jahr, während ihre Erntesaison meist erst im Juni, Juli beginnt und im August, September wieder endet. Bis dahin verlangen die wärmeliebenden Kulturen jedoch viel Aufmerksamkeit: Späte Kälteeinbrüche, Hagel, Starkregen und Trockenperioden können sich unmittelbar auf Ertrag und Qualität auswirken.

Steigende Durchschnittstemperaturen können den Anbau in Deutschland zwar grundsätzlich begünstigen und neue Standorte interessant machen. Zu einfachen „Gewinnern des Klimawandels“ werden Pfirsich und Aprikose dadurch jedoch nicht. Erfolgreicher Anbau braucht geeignete Lagen, passende Sorten, Erfahrung und ein präzises Management von Wasser, Witterung und Erntezeitpunkt. Wärme hilft – den Rest erledigt sie nicht.

Brummende Starthilfe

Auch wenn viele Pfirsich- und Aprikosensorten als selbstfruchtbar gelten, sind Bienen, Hummeln und andere Insekten in den Anlagen hochwillkommen: Denn die Übertragung von Pollen zwischen verschiedenen Blüten kann den Fruchtansatz unterstützen und zu einer gleichmäßigeren Fruchtentwicklung beitragen. Viele Obstbaubetriebe fördern deshalb gezielt die biologische Vielfalt. Blühflächen, begrünte Fahrgassen, Hecken und naturnahe Randbereiche bieten Nahrung und Rückzugsorte für Insekten, Vögel und Kleintiere. Gleichzeitig können Nützlinge dabei helfen, Schädlingspopulationen auf natürliche Weise in Schach zu halten. Biodiversität ist im Obstbau also kein dekoratives Extra, sondern ein Teil einer modernen Produktion.

Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse
c/o Pretzlaw Communications
Elke Schickedanz
presse@geerntet-in-deutschland.de
Tel. 030-28 49 78-21
Fax 030-28 49 78-2

Das ganze Fotomaterial zum Download:
www.geerntet-in-deutschland.de/pressemitteilungen/

Alle Rezepte zum Download:
www.geerntet-in-deutschland.de/rezepte/

Header: © BVE0 / shutterstock / SabbirDigital



© BVE0 / Ariane Bille



© BVE0 / Ariane Bille
Bellini mit Pfirsich-Aprikosen-
Eiswürfeln

Steinfrucht ist nicht gleich Steinfrucht

Aprikosen sind meist kleiner und etwas fester. Ihr Geschmack verbindet intensive Süße mit einer feinen Säure, ihr Fruchtfleisch ist aromatisch und vergleichsweise kompakt. In Österreich heißen sie Marillen – geschmacklich bleiben sie natürlich dieselben sonnengelben Charakterfrüchte.

Pfirsiche sind größer und besonders saftig. Je nach Sorte ist ihr Fruchtfleisch weiß, gelb oder rötlich. Ihr Aroma reicht von mild und fein-süß bis kräftig und intensiv. Die samtige Haut kann ohne Weiteres mitgegessen werden.

Leichtgewichte mit inneren Werten

Beide Früchte bestehen zu einem großen Teil aus Wasser, liefern Ballaststoffe und Kalium und passen mit ihrer moderaten Energiedichte gut in eine ausgewogene Sommerküche. Aprikosen fallen zusätzlich durch ihren Gehalt an orangefarbenen Carotinoiden auf. Ein Superfood-Etikett brauchen sie trotzdem nicht. Ihr größter Trumpf ist und bleibt der Geschmack.

Reifeprüfung mit Fingerspitzengefühl

Reife Früchte erkennt man weniger an makelloser Optik als an ihrem Duft und ihrer Konsistenz. Sie sollten angenehm aromatisch riechen und auf sanften Druck leicht nachgeben. Die Betonung liegt auf sanft – wer kräftig drückt, prüft nicht die Reife, sondern erzeugt die nächste Druckstelle. Noch feste Pfirsiche können bei Zimmertemperatur nachreifen. Sobald sie reif sind, gehören sie in den Kühlschrank und sollten bald verzehrt werden. Aprikosen sind besonders empfindlich und ebenfalls nur kurz lagerfähig. Am besten liegen beide Früchte locker nebeneinander statt in mehreren Lagen übereinander. Gewaschen werden sie erst unmittelbar vor dem Essen. Gründliches Abspülen unter fließendem Wasser genügt. Überreife Exemplare müssen übrigens keineswegs in die Tonne: Sie eignen sich hervorragend für Kompott, Fruchtsoßen, Smoothies, Eis oder Konfitüre.

Genuss – von pur bis pikant

Pur und frisch sind Pfirsiche und Aprikosen kaum zu schlagen. Doch sie können deutlich mehr als Obstsalat und Kuchen.

Aprikosen harmonisieren hervorragend mit Rosmarin, Thymian, Mandeln, Ziegenkäse, Couscous oder Geflügel. Ihre süß-säuerliche Aromatik macht sie zu idealen Partnern für Chutneys, Grillsoßen und orientalisch inspirierte Gerichte.

Pfirsiche mögen Basilikum, Burrata, Feta, Chili, Limette oder milden Schinken. Sie funktionieren in Salaten und Salsas ebenso gut wie in Sorbets, Tarts oder sommerlichen Drinks.

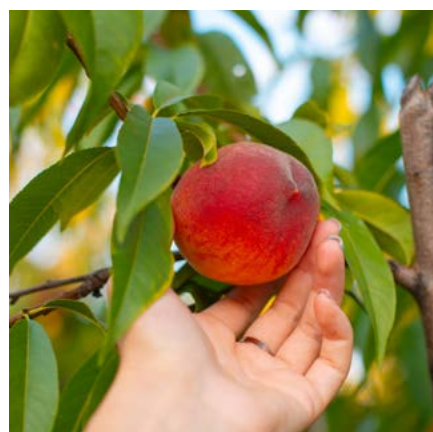
Besonders unkompliziert ist der Auftritt auf dem Grill: Früchte halbieren, entsteinen, mit der Schnittfläche kurz auf den heißen Rost legen – und schon verbinden sich Fruchtsüße und Röstaromen zu einem ziemlich überzeugenden Sommerflirt.



© BVE0 / Ariane Bille
[Aprikosen Nicecream-Cookies](#)



© BVE0 / shutterstock / wisely



© BVE0 / shutterstock / Victoria Binzari

Bellini mit Pfirsich-Aprikosen-Eiswürfeln

Sommer zum Anstoßen: Pfirsich, Aprikose und feines Prickeln treffen sich im Glas.

🕒 Zubereitungszeit: etwa 30 Min. / Kühlzeit: 9 Std. | vegan | III mittel



Bilder: © Ariane Bille für BVEO

Zubereitung

- Pfirsiche und Aprikosen waschen, halbieren, entkernen und in sehr feine Scheiben schneiden.
- Pfirsich- und Aprikosenscheiben überfächernd rundherum in einer Eiswürfelform (pro Eiswürfel etwa 4,5x3,5 cm) zu Rosen formen.
- Mit Saft übergießen, Minzblättchen dekorieren und in der Tiefkühltruhe über Nacht kaltstellen.
- Übrige Pfirsiche und Aprikosen mit 1 EL Zucker fein pürieren.
- Jeweils 1–2 EL des Pürees in Champagner- oder Sektgläser geben, Eiswürfel darauf geben und mit Prosecco oder Sprudelwasser übergießen und sofort genießen.

Zutaten für

8 Eiswürfel/Gläser:

- 10 reife Pfirsiche
- 6 reife Aprikosen
- 8 Minzblätter
- 240 ml Pfirsichsaft
- 1 EL Zucker
- 1 Flasche gekühlter Prosecco oder Sprudelwasser



Rezeptbilder-Download



© BVEO / Ariane Bille / Bellini mit Pfirsich-Aprikosen-Eiswürfeln

Für alle weiteren Fragen und / oder Bildwünsche können Sie sich gern unter presse@geerntet-in-deutschland.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, Verbraucherinnen und 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.

GUTEN APPETIT!
Holt Euch die Deutschland –
Mein Garten Rezept-App!



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