



Pressemitteilung

Runde Form, runder Geschmack: Kürbisse sind die Highlights im Herbst

Feurig-warme Kürbissuppe und schaurig-schöne Halloween-Partys: Herbstzeit ist Kürbiszeit! Jetzt kommen die runden Früchte, die als Beerengewächs zur Familie der Gurken und Tomaten zählen, in Deutschland erntefrisch auf den Tisch. Kürbisse haben dabei in immer mehr Haushalten einen festen Platz auf dem Speiseplan. Die Anbau- und Absatzzahlen wachsen hierzulande konstant.

Berlin, 22. Oktober 2014. In den ersten acht Monaten dieses Jahres hat jeder Deutsche rund 70 Gramm Kürbis gegessen*. Dies sind fast 85 Prozent mehr als im Vergleichszeitraum des Vorjahrs. Kein Wunder, schließlich lassen sich die rundlichen Gewächse zu unterschiedlichsten Gerichten verarbeiten: als Grundlage für cremige Suppen oder deftige Eintöpfe, geraspelt oder in Streifen für Salate und Fingerfood-Snacks sowie als Zutat in herzhaften Hauptgerichten wie Lasagne oder Tortilla. Selbst Dessert-Highlights wie Mousse oder Tarte gelingen mit dem kulinarischen Alleskönner.

Für jeden Geschmack das Richtige dabei

Grund für die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten ist die Fülle verschiedener Kürbissorten. Experten zählen mehr als 850 unterschiedliche Arten des beliebten Küchenklassikers, zu dem zum Beispiel auch Zucchini zählt. Jede Sorte überzeugt mit einem anderen Geschmack – vom milden Spaghettikürbis über den fein-nussigen, an Kastanien erinnernden Hokkaido bis hin zum intensiv-kraftigen Butternut-Kürbis. Zunehmend beliebter werden auch Zierkürbisse. Achtung: Aufgrund ihres hohen Curcubitacingehalts sind sie ausschließlich zur Dekoration geeignet.

Bei der Bestimmung des Reifegrads gilt die Faustformel

Ganz gleich, zu welchem Kürbis man greift: Gemeinsam ist ihnen die gute Haltbarkeit. So bleiben ganze Kürbisse an einem dunklen, trockenen und kühlen Ort problemlos bis zu sechs Monate genießbar. Angeschnittene Exemplare mit einer Klarsichtfolie abdecken und bis zu einer Woche im Kühlschrank aufbewahren. Um den Reifegrad eines Kürbis zu bestimmen, einfach mit der geballten Faust behutsam die Schale abklopfen. Er klingt ein dumpf-hohles Geräusch, kann das herbstliche Kochvergnügen starten.

Harte Schale, weicher Kern

Vor der Zubereitung zuerst Stiel- und Blütenansatz abtrennen. Dann den Kürbis gründlich waschen und mit einem großen, scharfen Messer vorsichtig



halbieren. Die Kerne mit einem Löffel entfernen. Sie lassen sich rösten und als geschmackvolles Extra über Suppen oder Aufläufe geben. Den Kürbis danach in Spalten schneiden. Diese anschließend schälen. Tipp: Besonders große Kürbisse vor dem Verarbeiten einfach eine halbe Stunde bei 150 Grad Celsius Umluft hitze in den Backofen legen. Bei dieser Methode wird selbst das verschlossenste Exemplar zum leicht zugänglichen „Softie“.

Schon gewusst?

- Dank der günstigen Witterung ist die Kürbisernte in diesem Jahr besonders ertragreich. Auch bei Größe und Aroma freuen sich die Erzeuger über Spitzenqualität.
- Auf rund 2.900 Hektar Land wurde im vergangenen Jahr in Deutschland Speisekürbis angebaut. Dies entspricht einem Plus von gut 12 Prozentpunkten im Vergleich zu 2012.
- Bayern ist Kürbisanbau land Nummer eins, gefolgt von Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und Nordrhein-Westfalen.
- Knapp 60.000 Tonnen Kürbis wurden zwischen Januar und Dezember 2013 hierzulande geerntet.

Übrigens:

Laut der aktuellen Studie „Raus auf's Land“ der Initiative „Deutschland – Mein Garten.“ (<http://bit.ly/1pbq11G>) haben hierzulande rund 20 Prozent aller Kinder und jungen Erwachsenen noch nie Kürbis probiert – von den zehn- bis 17-Jährigen sogar ein Viertel. Damit entgeht ihnen nicht nur zur Halloween-Zeit ein echtes Geschmacks-Highlight.

* Quelle: Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI) 2014

Rezepte für das ganze Jahr

Die Gastronomen Andi und Franzi Schweiger sind die Botschafter der Verbraucherkampagne „Deutschland – Mein Garten.“. In ihrem Münchner Sterne-Restaurant legt das Ehepaar Wert auf heimische Produkte und eine hohe Qualität der Ware. Die Gastronomen haben exklusiv für die Kampagne Rezepte entwickelt, die das ganze Spektrum der heimischen Obst- und Gemüseerzeugnisse abdecken.

Rezept-Tipp: Gebratener Seeteufel mit Kürbispüree und Süß-Sauer zu Kernen und Kernöl (4 Personen)



Zubereitungszeit: Ca. 135 min

Schwierigkeitsgrad: leicht

Für den Seeteufel

800 g	Seeteufel
40 ml	Olivenöl
3 EL	Honig
1 Zweig	Rosmarin
1 Zweig	Thymian
1	Knoblauchzehe
	Meersalz

Für das Kürbispüree

250 g	Muskatkürbis
100 g	Schalotten
50 g	Butter
1 TL	milden Curry
50 ml	Weißwein
	Meersalz

Für den Muskatkürbis süß-sauer

200 g	Muskatkürbis
2 EL	Olivenöl
50 g	Schalotten
10 g	Frischen Ingwer
30 g	Eingelegten Ingwer
40 ml	Weißweinessig



100 ml	Weißwein
6 EL	Waldhonig
1/4 Stk	rote Chili ohne Kerne
	feines Meersalz

Zubereitung

1. Für den gebratenen Seeteufel den Fisch in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden, salzen und in Olivenöl von beiden Seiten ca. 2 min kräftig anbraten. Eine ganze Knoblauchzehe in der Schale mit einem breiten Messer andrücken und mit den Kräutern zu dem Bratgut geben. Vor dem Servieren wieder entfernen. Knoblauch und die Kräuter zugeben und mit dem Honig abschmecken.
2. Für das Kürbispüree den Kürbis halbieren, salzen und mit dem Olivenöl beträufeln. Den Kürbis 60 Minuten im Ofen bei 180 °C Umluft garen. Anschließend herausnehmen und das Kürbisfleisch mit einem Löffel in groben Stücken herausbrechen.
3. Die Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden. Anschließend in Butter dünsten, dabei nicht braun werden lassen. Mit dem Curry bestäuben und nach ca. 2 min den Kürbis dazu geben. Salzen. Beides andünsten und mit Weißwein ablöschen. Auf ganz kleiner Hitze mit einem Deckel verschlossen ca. 3 min garen. Gegebenenfalls mit etwas Salz abschmecken. In einem Mixer pürieren, durch ein feines Sieb passieren und nochmals abschmecken.
4. Für den Muskatkürbis süß-sauer die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und im Olivenöl glasig dünsten. Den frischen und den eingelegten Ingwer in feine Würfel schneiden und zugeben. Mit dem Weißweinessig ablöschen, kurz reduzieren, dann den Weißwein zugeben und ebenfalls ca. 1 min köcheln lassen. Mit Honig und Salz abschmecken.
5. In der Zwischenzeit den Kürbis schälen, in etwa 0,3 cm große Würfel schneiden und zu der Flüssigkeit geben. Einmal aufkochen. Zum Schluss die Chilischote entkernen, in kleine Würfel schneiden und dann hinzugeben. Heiß in ein Einmachglas füllen und sofort verschließen. Die Kerne anrösten, leicht zerbröseln und beim Anrichten über den Seeteufel streuen. Das Öl wie eine Sauce anrichten.
6. Das Kürbispüree in der Mitte eines Teller anrichten, den Seeteufel auf dem Püree platzieren und daneben den süß-sauren Kürbis. Die Kerne und das Öl in rund 1 cm Entfernung kreisförmig um den Fisch garnieren.



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 Studie „Raus auf's Land“

Die Initiative „Deutschland – Mein Garten.“ hat im Auftrag der Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e. V. im Sommer 2014 eine repräsentative Umfrage unter Kindern und jungen Erwachsenen im Alter von 10 bis 25 Jahren durchgeführt. Die vom Meinungsforschungsinstitut mafo.de durchgeführte Studie „Raus aufs Land“ (<http://bit.ly/1pbqIIG>) fördert teils bedenkliche Ergebnisse zum Ernährungsverhalten von jungen Menschen in Deutschland zutage. Befragt wurden rund 1300 Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 25 Jahren. Mit der Studie zeigt die Initiative, wie wichtig es ist, über deutsches Obst und Gemüse und seine Zubereitungsmöglichkeiten aufzuklären.

Diese Infografik können Sie unter diesem Link <http://bit.ly/1tvuxCB> als druckfähiges Bildmaterial oder als Online-Version herunterladen.

Mehr Informationen zu Warenkunde sowie einfache und leckere Rezepte rund um Obst und Gemüse finden sich auf der Website <http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de/>

Über die BVEO

Die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e. V. (BVEO) ist ein Zusammenschluss von 40 Mitgliedern (30 Erzeugerorganisationen und zehn Einzelunternehmen) der deutschen Obst- und Gemüsebranche. Der Verband vertritt die politischen Interessen seiner Mitglieder, organisiert Messe- und Kongressauftritte und steuert PR- sowie Marketingmaßnahmen.

Kontakt:

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse
Marie Fuchs
Tel. 0221-56938-124
Fax 0221-56938-201
Email: presse@deutsches-obst-und-gemuese.de
<http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de>