



Deutsches Obst und Gemüse

Pressemitteilung

Beerige Nachrichten! Die Erdbeer-Saison startet noch vor dem Muttertag.

Erdbeeren mit Frischegarantie. Die ersten Erdbeeren aus geschütztem Anbau werden bereits gepflückt und sind – zu trendigen Erdbeer-Mochi verarbeitet – DIE perfekte Muttertags-Überraschung!

Berlin, 29. April 2021. Sie sind süß, aromatisch und extrem lecker: Fans können oft gar nicht genug davon bekommen, denn es fällt schwer sich dem Suchtfaktor vollreifer Erdbeeren zu entziehen. Nicht zuletzt deshalb nennt man die attraktive, verführerisch duftende Frucht auch die Königin der Beeren. Frisch schmecken Erdbeeren natürlich am besten, können sogar ein regelrechtes Feuerwerk an den Geschmacksknospen auslösen! Darum sollten die leuchtend roten Beeren auch bis zuletzt an der Pflanze reifen dürfen und zwischen Ernte und Verzehr im Idealfall nur wenige Tage liegen. Das funktioniert am besten bei kurzen Transportwegen. Und diesen Vorteil nebst einer guten Ökobilanz bieten jetzt wieder Erdbeeren aus heimischem Anbau.

Erdbeerliebe

Es gibt unzählige Erdbeersorten, frühe ebenso wie späte. Sie unterscheiden sich im Hinblick auf Geschmack, Farbe, Festigkeit des Fruchtfleisches aber auch Reifezeit und Inhaltsstoffe. Für Erdbeer-Liebhaber spielt das meist keine große Rolle. Hauptsache sie sind süß, saftig und voller Aroma! So lieben die Deutschen ihre Erdbeeren. Und die leuchten, zur Freude der hiesigen Erdbeer-Fans, uns bereits aus geschütztem Anbau entgegen. Bei weiterhin milden Temperaturen und ausreichend Sonne sollten auch die Freiland-Früchte dann nicht mehr lange auf sich warten lassen. Je nach Region und Witterungslage. Meist beginnt die Erdbeersaison im April, Mai, läuft im Juni und Juli auf Hochtouren und dauert in milden Regionen bis Ende August und sogar manchmal bis in den September. Für erklärte Erdbeer-Liebhaber natürlich ein kleines Zeitfenster.

Verrückt nach Erdbeeren

Mehr als 273 Tsd. Tonnen Erdbeeren haben die Erdbeer-Liebhaber im vergangenen Jahr verspeist – fast 3,3 kg pro Kopf.* Dabei greifen sie besonders gern zu Früchten aus heimischer Erzeugung. Die sind besonders aromatisch, weil sie bis zum Schluss an der Pflanze reifen können und nach dem Pflücken keine langen Transportwege zurücklegen müssen. Das kommt nicht nur der Umwelt, sondern auch den Früchten selbst zugute. Denn vollreife Früchte haben mehr Geschmack und einen höheren Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen. Dabei gilt: Je dunkler das Rot, desto gesünder die Erdbeere.*

(*Quelle: Statistisches Bundesamt / AMI-Analyse auf Basis des GfK-Haushaltspanels)



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
Erdbeer-Mochi

Wissenshunger

Erdbeere... eine ganz harte Nuss!

Botanisch gesehen sind Erdbeeren keine Beeren, sondern Sammelnussfrüchte. Die eigentlichen Früchte der Erdbeere sind nämlich die kleinen gelben Körner auf der Oberfläche. Sie werden Nüsschen genannt. Und auch sonst unterscheidet sich der Begriff „Beere“ in der Botanik deutlich von unserem umgangssprachlichen Verständnis. Für den Botaniker sind tatsächlich auch Bananen, Melonen und Kürbisse Beeren! Denn unter botanischen Gesichtspunkten ist eine Beere, eine aus einem Fruchtknoten hervorgegangene „Schließfrucht“, bei der die komplette Fruchtwand saftig oder fleischig ist. Deshalb – Überraschung! – zählen auch Gurken und die Früchte vieler Nachtschattengewächse wie Tomaten, Paprika oder Auberginen zu den Beeren. Die uns geläufigen Beeren wie Stachel-, Johannis, Brom- oder Himbeeren sind für den Botaniker schlicht „Beerenobst“.

Beeren-Power

Erdbeeren sind nicht nur ein fruchtig-frischer Hochgenuss, sie sind auch unglaublich gesund. Schon in punkto Vitamin C spielen Erdbeeren (rund 55 Milligramm pro 100 Gramm**) in der Liga von Zitronen und Orangen. Dazu kommen jede Menge Vitamin A, E und K sowie Jod, Magnesium, Eisen und Phosphor. Kaum eine Frucht enthält so viel Folsäure wie Erdbeeren – nicht zu vergessen der geringe Kaloriengehalt. Die herzförmigen Beeren-Früchte sind mit etwa 32 Kilokalorien pro hundert Gramm echte Schlankmacher.**

(**Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Die Nährwerttabelle)

Einkauf & Lagerung

Frisch schmecken sie am besten. Deshalb sollte man beim Einkauf auf Farbe und feste Konsistenz der Erdbeeren achten. Reife Erdbeeren glänzen, sind gleichmäßig rot gefärbt und haben einen frischen, grünen Kelch. Außerdem haben sie einen angenehm aromatischen Duft. Erdbeeren sind zarte, stoßempfindliche Früchte. Zum Transport sollten sie daher entsprechend geschützt verpackt werden. Trotzdem: Leichte, oberflächliche Druckstellen beeinträchtigen weder Geschmack noch Haltbarkeit. Erdbeeren am besten immer sofort verzehren. Falls das nicht möglich ist, die Früchte ungewaschen und abgedeckt im Kühlschrank lagern. Dort sind sie mehrere Tage haltbar.

Vorbereitung

Erdbeeren sind empfindlich. Daher sollten sie nie unter fließendem Wasser abgespült werden. Der harte Strahl kann nämlich die empfindliche Oberfläche beschädigen und schwemmt viel vom Aroma aus. Besser ist es, die Erdbeeren in einer Schüssel Wasser zu säubern. Die Blätter und den Strunk sollte man auch erst nach dem Waschen entfernen.



© BVE0 / Ariane Bille
Erdbeeren



© BVE0 / Michelle Sha / Shutterstock
Erdbeerernte



© BVE0 / Damian Lugowski / Shutterstock
Erdbeeren im Holzkorb

Rezept-Tipp:

Trendige Erdbeer-Mochi – die perfekte Muttertags-Überraschung!

Vegan / Schwierigkeit: mittel /

Zubereitungszeit: etwa. 40–50 Min.

Zutaten für 16 Stück:

- 16 mittelgroße Erdbeeren
- 280 g süße Adzuki-Bohnenpaste (Asialaden)
- 200 g Klebreismehl (Asialaden)
- 150 g Zucker
- etwas Speisestärke oder Kartoffelmehl zum Bestäuben
- Papiertütchen als Geschenkverpackung

Zubereitung:

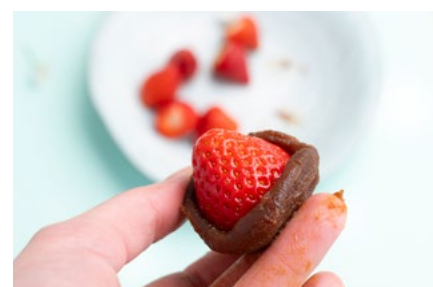
- Erdbeeren waschen, von Blättern befreien und trocken tupfen.
- Bohnenpaste zu 16 kleinen Bällchen formen. Bällchen mit den Fingerspitzen flach drücken und die obere Seite der Erdbeere damit umhüllen. Dabei einen kleinen Teil der Erdbeerspitze frei lassen. Mit den restlichen Erdbeeren genauso weitermachen.
- Klebreismehl, Zucker und 300 ml Wasser mit einem Schneebesen gründlich verrühren. Mischung in eine beschichtete Pfanne geben, bei starker Hitze erwärmen und die Mischung mit einem Pfannenwender verkneten. Unter ständigem Rühren 10 Min. bei mittlerer Hitze kneten, bis der Teig elastisch und glänzend ist.
- Einen Teller mit Kartoffelmehl bestäuben und den Teig darauf geben. Mit etwas Kartoffelmehl bestäuben und Teig in 16 Teile aufteilen. Finger mit Kartoffelmehl bestäuben und je 1 Teigportion schnell zu einem flachen Fladen formen.
- Erdbeeren nacheinander mit je 1 Teigfladen mit der Erdbeerspitze beginnend umhüllen und den Teigmantel mit den Fingern gut verschließen, indem der Teig eingedreht wird.
- Erdbeer-Mochi zum Verschenken in kleine Papierhütchen setzen damit sie nicht aneinander kleben, oder direkt genießen.



© BVE0 / Ariane Bille
Zutaten Erdbeer-Mochi



© BVE0 / Ariane Bille
Zubereitung Erdbeer-Mochi



© BVE0 / Ariane Bille
Zubereitung Erdbeer-Mochi



© BVE0 / Ariane Bille
Zubereitung Erdbeer-Mochi



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
Zubereitung Erdbeer-Mochi



© BVEO / Ariane Bille
Zubereitung Erdbeer-Mochi



© BVEO / Ariane Bille
Erdbeer-Mochi angerichtet

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