

Herbstküche mit Apfel und Co

(GMH) Im Herbst verführen Äpfel, Birnen, Zwetschen, Trauben mit dem Charme der Frische. Wir zeigen Ihnen, wie Sie in der Küche noch köstlichere Ergebnisse erzielen. Und wir verraten einen Geheimtipp: ein Blechkuchen, auf den Sie Zwetschen und Äpfel betten können. Er schmeckt zum Niederknien köstlich und gelingt garantiert, sogar Einsteigern.

Besonders bei Äpfeln sind die Geschmacksunterschiede zwischen den Sorten groß. Bei Zwetschen und Pflaumen sind die Sortenunterschiede hingegen feiner, die Sortenvielfalt garantiert aber auch hier viele Wochen köstlichen Genuss.



Bildnachweis: GMH

Bildunterschrift: Bei Apfelgelee kann keiner widerstehen. Denken Sie jetzt schon an die Weihnachtsbäckerei! Es verzaubert auch viele Plätzchen mit seinem köstlichen Aroma.

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2016/10/GMH_2016_41_01.jpg

Das Obst richtig auswählen

Welcher Geschmackstyp sind Sie? Genießer süßsäuerlicher Apfelsorten bevorzugen 'Boskoop', 'Topaz' oder 'Elstar'. Wer es



gerne süß mag, dem schmecken 'Fuji', 'Golden Delicious' oder 'Gala' besonders gut. Und Feinschmecker fragen nach 'Wellant', 'Rubinette' oder 'Honeycrunch'. Aber egal, welcher Sorte Sie den Vorrang geben: Alle schmecken nicht nur frisch, sondern eignen sich auch hervorragend für Kompott, Saucen oder als Kuchenbelag.

Die Zwetsche wird In der Küche der Pflaume meist vorgezogen. Der Grund: bei Zwetschen lässt sich der Stein leicht auslösen und das Fruchtfleisch zerfällt beim Backen nicht. Sie schmecken frisch ebenso herrlich wie in Kuchen, als Kompott oder Frapée, in Saucen oder auch eingelegt in Armagnac. Pflaumen dagegen schmecken frisch am besten, sie können aber auch hervorragend zu Konfitüre verarbeitet werden.

Obst geht auch pikant

Süße Obstklassiker gibt es unzählige. Eingelegt in Rum und eingemacht als Gelee oder Konfitüre. Oder in einer der köstlichen Kreationen, in denen man Obst mit Kuchen, Tartes, Strudeln oder Wähen genießen kann. Probieren Sie doch auch mal pikante Varianten! Ob raffiniert oder klassisch, vegetarisch oder vegan zubereitet – Obst lockt köstliche Aromen hervor! Ein Klassiker ist Birne zum Wildgericht. Wer Erdiges mit Süßem verbinden will, liegt mit einem Salat nach Walldorfart richtig. Veganer finden ihr Glück bei Kartoffelpuffern mit Apfelmus. Und wer Meeresfrüchte mag, schmilzt bei einem fruchtigen Garnelencocktail mit Trauben dahin. Oder wie wäre eine exotische Variante? Ein Zwetschen-Chutney passt zu Linsen genauso hervorragend wie zu Fleisch und Geflügel.

Infokasten:

Gelingt Immer: Himmlischer Blechkuchen mit Zwetschen oder Äpfeln

Der Kuchen kann sowohl mit Zwetschen als auch mit Äpfeln belegt werden. Oder mit beidem zu je einer Hälfte.

Zutaten:

2 kg Zwetschen oder Äpfel, 150 g Magerquark, 6 Esslöffel Milch, 6 Esslöffel neutrales Speiseöl, 75 g Zucker, halbe Vanilleschote oder

1 Päckchen Vanillezucker, 1 Päckchen Backpulver, 1 Prise Salz,
300 g Mehl, 6 Esslöffel neutrales Speiseöl.

Zubereitung:

Die Zwetschen entsteinen. Die Äpfel schälen, entkernen, halbieren und die Hälften mehrmals der Länge nach einschneiden. Alle Zutaten mit dem Knethaken des Rührgerätes gut vermischen. Zuletzt Mehl und Backpulver zugeben und nochmals mit der Hand gut durchkneten. Den Teig ausrollen und auf das Blech geben. Die aufgeklappten Zwetschenhälften dachziegelartig auf den Teig legen, die eingeschnittenen Äpfel dicht an dicht. Einschubleiste und Temperatur nach der Bedienungsanleitung des Ofens wählen, ca. 20 Minuten bei Umluft, 2. Einschubleiste von unten. Frisch aus dem Ofen nach gewünschter Süße mit Zimtzucker bestreuen.



Bildnachweis: GMH

Bildunterschrift: Dieser Kuchen gelingt garantiert - und er schmeckt mit Zwetschen genauso köstlich wie mit Äpfeln.
[Rezept siehe oben im Infokasten]

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2016/10/GMH_2016_41_02.jpg

Weitere aktuelle Informationen und viele wertvolle Tipps zu deutschem Obst finden Sie auf Facebook unter: <https://www.facebook.com/ObstausDeutschland>