

Country Basics



Alles, was man braucht, um die Natur genussvoll in die Küche zu holen

G|U

Cornelia Schinharl Sebastian Dickhaut



Gutes vom Land direkt in den Mund

»Be country« ist das neue »be basic«: Wir besinnen uns auf Feines vom Feld, aus dem Wald und dem See und gehen damit das ganze Jahr über auf genießerische Entdeckungsreise.

Was haben ein knackiger Löwenzahnsalat mit Speck, ein Stapel Tomato Pancakes, ein Pastinakengröstl mit Pilzen und ein Glas voll mit fruchtigem Zwetschgenmus gemeinsam? Es

sind alles echte Country Basics – regionale und saisonale Spezialitäten und Originalitäten, die beim Essen sofort ein großes Wohlgefühl auslösen und damit tiefe Geschmackserinnerungen hinterlassen. Und genau das ist der Trumpf einer unverfälschten lokalen Küche.

Die Landküche ist gerade in den letzten Jahren so richtig in Mode gekommen. Zum einen, weil mit ihr fast vergessene beste Zutaten und Zubereitungen wiederentdeckt und geschätzt werden; zum anderen, weil mit ihr ein frisches Gespür für die Regionen und die Lebensmittel der Saison entstanden ist, das zu ganz neuen Kombinationen am Herd führen kann. Die Essenz von beidem haben wir in den Rezepten in diesem Buch versammelt.

Dabei sind wir die Sache ländlich leger angegangen und dem Lauf der Jahreszeiten mit je einem Kapitel für Frühling, Sommer, Herbst und Winter gefolgt. In jedem finden sich Kleinigkeiten und Salate, Suppen und Ragouts, Süßes und Kuchen der Saison. Dazu gibt es zwischendrin noch ein paar handfeste Tipps, etwa wie man die fruchtigsten Erdbeeren erntet, was alles mit Tomaten gemacht werden kann oder warum auch im Winter gegrillt werden darf. Ansonsten haben wir uns mit der Theorie zurückgehalten – nach dem Motto »Net lang rede, lieber schaffe!« – und dafür zum Schluss lieber noch ein Kapitel »Die fünfte Jahreszeit« drangehängt, in dem Einkochtes, Selbstgemachtes und Geräuchertes für den Vorrat zu finden sind.

Es tummeln sich also in diesem Basics extra viele Rezepte, die vor allem mit dem zubereitet sind, was es in der Heimat gibt – mit viel Grünem im Frühling, leuchtenden Aromen im Sommer, Nachhaltigem im Herbst und Wohlfühlfutter im Winter. Aber auch aus den berühmten Regionalküchen Frankreichs und Italiens sowie aus der Countryside Englands kommt einige Würze. An alles haben wir gedacht, auf dass

man sich auch in der Stadt jederzeit so richtig »in the country« fühlen kann.



So gut schmeckt das Land

Liebe geht durch den Magen, und die zum Land ganz besonders. Denn sie ist richtig nah dran am guten Essen. Folgen wir ihr dahin.

Feierabend? Wochenende? Ferien gar? Dann nichts wie ab aufs Land mit uns, wo die Kornblumen blühen und die Kühe muhen, wo das Brot besonders gut schmeckt und in jedem Bauern ein echter Naturbursche steckt. Das ist natürlich völlig übertrieben, aber meine Güte, so ein bisschen träumen darf man wohl noch. Und es ist ja tatsächlich so, dass unsere Erinnerungen an wahre Geschmackserlebnisse ganz oft mit Gerichten verbunden sind, die wir in ländlicher Umgebung mit Genuss gegessen haben.

Die sehr aromatischen Stachelbeeren aus dem Garten der Vogelsberger Tante. Der feine Semmelduft beim Bäcker am Neusiedler See. Der frisch gefangene Karpfen vom Grill der Brandenburger Eltern-Freunde, der so gut geschmeckt hat wie keiner zuvor und danach. Und wie die Sonne an diesem Septemberabend durch die Bäume schien; wie die Tochter der Freunde, Gabi hieß sie, einfach ein paar Kräuter für den Fisch pflückte; wie das gute Stück dann samt Alufolie mitten auf den Campingtisch gelegt wurde, alle erst einmal applaudierten und man dann den zarten Fisch in aller Ruhe direkt von der Folie gegessen hat.

Solche Erinnerungen werden einem für immer bleiben; und weil sie so einmalig sind, werden wir nie wieder exakt die gleiche Situation erleben. Da kann man jetzt darüber trauern oder sich daran freuen. Man ahnt es wohl schon, dass wir hier klar für Letzteres sind. Denn diese Freude ist eine gute Basis dafür, Neues entdecken zu wollen, Lust auf neue Geschmackserlebnisse zu haben und weitere genussfrohe Erinnerungen zu sammeln, die einem selbst, den Freunden oder auch der Familie später wieder viel bedeuten werden. Und für so etwas ist es auf dem Land immer noch am schönsten.

Zum Beispiel Rüben

Wir leben doch in einer tollen Zeit, oder? Auch was das Essen betrifft. Ob im Supermarkt, im Bioladen oder beim Türken - überall können wir frisches Obst und Gemüse in reicher Auswahl kaufen. Avocados, Ingwer, Granatäpfel ...

Die Zeit, als im Lebensmittelgeschäft nur Kraut und Rüben lagen, und die Apfelsorten bloß »Grün« und »Rot« hießen, die ist noch gar nicht allzu lange her. Und wir wollen sie auch gar nicht mehr zurück haben. Wozu denn - das Allerbeste von ihr haben wir ja schon längst wieder.

Zum Beispiel die Rüben. Die gab es bei uns schon, als Amerika und Asien noch ganz weit weg waren mit ihren Tomaten- und Basilikumsorten. In jeder Region zog man ein anderes Wurzelgemüse aus der Erde und kostete es. Hätte es damals schon das Internet gegeben, wäre rasch eine hundertsortige Rüben-Community zusammengekommen. So waren aber irgendwann von den unzähligen Sorten nur noch die Mohrrübe und die Rote Bete übrig; vielleicht auch noch ein bisschen Sellerie für die Brühe.

Dann kamen die Ökos und die neue deutsche Küche, aus Good Old Europe der Landhausstil und aus den USA der Shabby Chic - und seit kurzem treffen sich plötzlich alle in der Mitte bei der neuen Lust am Landleben. Ein Leben, das heute mehr offen als verschoben ist, mehr realistisch statt nur romantisch. Auch dass »Land« nicht nur Landschaft ist, sondern vor allem Landwirtschaft, wissen wir inzwischen. Aber gerade diese Verbindung von Natur und Arbeit könnte es sein, die uns so fürs Landleben begeistert. Und die Küche ist der beste Ort, um das zu erfahren.



Vom Land in den Mund

Was ist es, dass das Kochen so entspannend macht? Zum einen, dass wir dabei Flora und Fauna so nah kommen können wie selten im Alltag. Zum anderen, dass wir dabei etwas von Anfang bis Ende selbst machen und bestimmen können. Ok, sehr wahrscheinlich haben wir die Pastinaken, die da jetzt vor uns auf dem Teller liegen, nicht selbst gezogen und geerntet. Aber wir haben sie selbst am Erzeugermarkt zwischen all den anderen neuen alten Wurzelgemüsen entdeckt, die es jetzt wieder gibt (mehr dazu auf [≥](#)). Und wir haben den Bauern ausgefragt, was wir alles damit machen können.

Dann haben wir sie gewaschen, geschält, geschnitten und gebraten und anschließend noch etwas von der Salami dazugegeben, die wir am Nachbarstand erstanden haben. Zum Essen rufen mussten wir gar nicht mehr, weil das schon der gute Küchenduft erledigt hatte. Wie von selbst kamen alle aus ihren Ecken, sogar der Tisch war gedeckt, als die Pfanne mit dem Pastinakengröstl in die Mitte kam. Wann erlebt man das schon mal – alles selbst machen zu können, dabei ungefragt Hilfe zu bekommen und zu guter Letzt zusammen das Ergebnis zu genießen? (Das Erfolgsrezept dafür steht übrigens auf [Z](#)).



Vorbild Bilderbuchbauernhof

Und jetzt mal bitte vorstellen, dass das alles in einem schönen alten Bauernhaus im bayrischen Voralpenland passiert, das eine große Küche hat, einen langen Tisch und einen verwunschenen Schrebergarten vor der Tür sowie einen Hausherrn, der seine Fische noch selbst fängt. Ganz schön kitschig, was? Aber auch ein bezauberndes Vorbild

dafür, wie es sein könnte; zumindest ein bisschen; wenigstens für ein paar Stunden.

Und weil es diesen Ort wirklich gibt, und weil dort unser Fotograf lebt und die Autoren ganz in der Nähe, erzählen wir die Geschichte in diesem Buch von dort aus. Nicht streng geordnet nach Kapiteln, sondern dem Jahreslauf entsprechend – und unter einem Apfelbaum, jeweils im »Kleid der Jahreszeit«. Mit dabei ist ein Ausflug aufs Erdbeerfeld, ein Picknick im Grünen und natürlich eine Kiste voller Saisongemüse. Dazu gibt es selbstverständlich zahlreiche Rezepte, mit denen wir uns die Landküche jeden Tag ins eigene Heim holen können – ob das nun ein alter Bauernhof am See ist oder eine Mietwohnung im städtischen Altbau. Was sonst noch dabei hilft, damit das Land leichter zu uns kommt – bitte umblättern.



So holen wir das Land zu uns

Nur das Beste zu kaufen, ist schon mal ein guter Plan. Folgen wir noch Region, Saison und unserem Geschmack, wird alles besser.

Morgens raus zum Erdbeerbeet und nichts als den Tau von den Früchten wischen, bevor sie dann ins Müsli kommen; mittags ein bisschen Borretsch im Kräutergarten zupfen, um den Gurkensalat

aufzupeppen; abends hinterm Haus ordentlich Senf aus eigener Herstellung zu den Grillwürstchen vom Landmetzger meines Vertrauens auf den Teller geben. Klingt toll, bleibt aber wohl für 99 Prozent aller Genießer ein Traum. Doch ein gutes Stück von all dem können wir uns in unsere Küche holen, wenn wir beim Einkaufen ein bisschen »country« sind.

Die Vorstellung von ländlicher Idylle spukt wohl hauptsächlich in den Köpfen von Stadtbewohnern herum, gespeist von einer Sehnsucht nach stressfreier Ferienzeit, nach dem einfachen und ursprünglichen Leben. Was Leuten, die in solch einer Umgebung leben und arbeiten, eher fremd ist: »Eine Blumenwiese zum Reinknien? Mag sein, aber ich muss jetzt hier Heu machen. Also bitte.«

Was jetzt aber nicht heißt, dass man da draußen das Land nicht liebt oder die Fantasien der Städter blöd findet. Die Idee von der Bio-Landwirtschaft zum Beispiel, deren Ursprung in den Studentenvierteln zu finden ist, wo zuerst der Wunsch da war, gute Lebensmittel zu bekommen – also gut für die Tier- und Pflanzenwelt und damit auch für sich selbst. Inzwischen ist daraus ein Wirtschaftszweig geworden, der vielen Bauern neuen Erfolg und Stolz gebracht hat. Aber ist damit auch alles gut?

Be country – schmecke und koche selbst

Herbstäpfel und Tiefkühlspinat, Kalbsschnitzel und Himbeersirup – alles, was wir essen und trinken, wird letztendlich aus Produkten vom Land hergestellt, mal abgesehen vom Meeresgetier und ein paar Großstadtbalkonkräutern. Dass das trotzdem nicht unbedingt alles gut und natürlich ist, wissen wir. Gleich neben dem hübschen Bio-Acker mit Kornblumen kann eine intensiv befahrene Landstraße entlangführen und Autoabgase das Getreide verpesten. Und bester frischer Kuhmilch kann eine

Menge zugesetzt werden, bevor sie in dem Joghurtbecher landet.

Deswegen wollen Country-Köche es gern genauer wissen: Sie lesen auf dem Etikett des Pestoglases, was alles drin steckt. Sie fragen nach, ob dieser Apfelsaft auch bio oder schon ayurvedisch ist? Und sie erforschen: Gibt es zu diesen Butterkeksen nicht einen Testbericht im Internet?

Toll, dass wir das alles können. Aber wir dürfen auch auf uns selbst vertrauen, auf unseren guten Geschmack und auf unsere eigenen Hände. Je purer das Lebensmittel ist, das wir kaufen, umso besser. Im reinen Joghurt darf nichts Fremdes stecken, und einmal kosten reicht, um zu wissen, ob der für mich was taugt oder nicht. Gleiches gilt für die Erdbeeren, aus denen ich dann ein Püree mache, um mir meinen eigenen Erdbeerjoghurt »zu bauen«. Im Zweifel ist auch ein selbst gemachtes Pesto aus konventionellen Zutaten geschmackvoller und nachhaltiger als ein fertiges Bio-Pesto. »Be country« heißt nun nicht nur, nach der Herkunft von Lebensmitteln zu fragen, sondern auch zu ihren Ursprüngen zu gehen.

Be country – nah dran an Saison und Region

»Ran an den Ursprung« bedeutet nicht, dass wir unsere Frühstückseier ab jetzt direkt vom Huhn holen müssen. Es reicht erst mal schon, wenn wir beim Einkaufen nah dran sind an der Saison und Region. Also im Sommer voll in die heimischen Freiland-Tomaten gehen, im Winter aber die Treibhausware von den Kanaren in Ruhe lassen und lieber etwas Feines mit Lauch kochen, den man zu dieser Zeit frisch vom Feld bekommen kann. Die Jahreszeiten-Kapitel in diesem Buch sowie auch der Country-Basics-Kalender ([>](#)) helfen dabei, das saisonal passende Obst oder Gemüse zu finden.

Und auch hier kann man viel selbst entdecken: Was auf dem Wochenmarkt momentan in Mengen und günstig zu haben ist, hat meistens gerade Saison, vor allem wenn die Ware aus der Nähe kommt. Die schmeckt dann oft auch am besten, weil sie ganz frisch und reif geerntet wurde und nicht halb grün und vor Tagen, nur um lange Transportwege zu überstehen. Und der ganze Treibstoff? Da streitet man sich noch drüber, ob nun der Tomatenlaster von Italien zur deutschen Supermarktzentrale mehr Dreck macht oder die vielen Erzeugerkleinbusse und Familienkombis, die aus dem Landkreis zum Wochenmarkt streben.

Be country – beim Jagen und Sammeln

Die gute Nachricht ist: Auch in den Supermärkten ist die »Liebe zum Land« inzwischen angekommen, und das nicht nur in der Marketingabteilung. Genaue Herkunftsbezeichnungen, Bio, Fair Trade – alles in den Regalen. Und die werden nicht mehr nur zentral bestückt, viele Marktleiter nehmen auch Produkte aus der Region mit ins Programm.

Aber wer seinen Spinat wirklich von nächstliegenden Gemüsebauern haben will und wissen möchte, wie denn dieser Schinken nun genau gepökelt wurde, geht lieber zum Klein- oder Fachhändler des Vertrauens. Hier kann man nicht nur qualitativ hochwertige Produkte »jagen und sammeln«, sondern mehr übers Produkt lernen. Eine echte Empfehlung statt nur Sonderangebote bekommen und sich auch mal etwas Spezielles besorgen lassen.

Weitere hervorragende Jagd- und Sammelgebiete sind Wochenmärkte, vor allem wenn die Erzeuger am Stand stehen. Im besten Fall geben die einem nicht nur Honig, Brot und Käse, sondern zudem Tipps zum Aufbewahren und Zubereiten mit. Hegt man Zweifel an der Herkunft der Produkte, auch mal nachfragen, woher alles stammt –

manche lassen nämlich zuliefern, selbst am Bio-Stand darf ein kleiner Prozentsatz an Waren konventionell sein. Das ist auch beim Ab-Hof-Verkauf beim Bauern möglich – wir sind schon einem Frische-Eier-Schild zu einer Bäuerin gefolgt, die kein einziges Huhn hatte. »Das kommt alles mit dem Lkw«, meinte sie. Aber meistens sind wir in einem Bauernladen schon sehr nah dran an Region und Saison.

Be country – in Speisekammer und Küche

Von Nachhaltigkeit war bisher noch nicht groß die Rede, unser »be country« ist erst mal eine gute Basis für ein Essen und Leben, das der Natur folgt, statt sie nur auszunutzen. Also das aufmerksame Einkaufen, das Nahdran-Sein, das Selbermachen. Dazu gehört aber auch der Respekt vor dem, was wir uns genommen haben. Denn ein Schwein lebt bei uns vor allem, weil wir Speck im Kühlschrank haben wollen. Und Landschaft wird zu Landwirtschaft, damit wir Brot im Haus haben. Deswegen sollten wir nur so viel einkaufen und es so gut aufbewahren, dass wir nichts davon wegwerfen müssen. Stattdessen machen wir uns daraus etwas Feines zu essen – nach Rezepten, die das Beste aus den Zutaten herausholen. Und die gibt's ab der nächsten Seite.



Rezepte



Frühling

Schmetterlinge im Strauch + Spargelspitzen im Bauch + Grie
Soß + blaues Band + zartes, junges Gemüse + grüne Gelüste
+ Spinatwachteln + Blattsalat spachteln + Erdbeermund +
kerngesund + Rhabarber, Rhabarber + Radieschen,
Radieschen + Sonnenkitzel + Kalbsschnitzel + frische Heringe
+ Bitte die Eheringe + bunte Eier + Familienfeier +
Vogelsingen + Osterschinken + alles neu macht der Mai + wir
sind wie jedes Jahr dabei

Das Frühling-Magazin



Obst-Gemüse-Kiste

Die **Top 10** im Frühling

1 Zarte Kräuter: Borretsch, Bärlauch, Dill, Kerbel, Kresse jeglicher Art, Petersilie, Sauerampfer, Schnittlauch.

2 Neue Kartoffeln: Am besten die aus heimischem Anbau, die nach 80-100 Tagen Reifezeit ab Mai bis in den August geerntet werden.

3 Frühlingszwiebeln: Diese jungen Dinger verdrängen erst mal Gevatter Lauch und zaubern Frische in Salate. Und dann erst der Name!

4 Radieschen: Sie machen den Frühling »scharf« und wärmen so beim ersten Biergartenbesuch. Die feinen, jungen Blätter schmecken prima in der Suppe.

5 Spinat: Ist jetzt wunderbar zart und kann roh in den Salat, später sollte man festere Blätter blanchieren und dünsten.

6 Rhabarber: Nur im Frühling schmeckt er richtig fein – später ist er wegen seines höheren Oxalsäuregehalts schlecht für die Gesundheit.

7 Matjeshering: Weil er jetzt jungfräulich und fett zugleich ist und somit auf der Zunge zergeht.

8 Junge Hühner: Gab es einst mit richtig zartem Fleisch nur im Frühjahr – auch heute sorgen sie dann noch für erste neue Leichtigkeit auf dem Teller.

9 Bunte Eier: DIE Frühlingssymbole im Oster-Outfit.

10 Und ein Schluck Milch: Gibt richtige Kraft im Frühjahr – denn die Milch von den ersten Kühen auf der Weide ist traditionell die beste.

Erdbeeren? Siehe [≥-≥](#).



Frühlingsfestkalender

Frühlingsanfang

- am 20. oder 21. März, ganz selten auch am 19.
- meteorologisch am 1. März
- guter Start ins frische Kochen und Genießen
- wir empfehlen: Schnitzel mit Erbsen ([≥](#))

Ostern

- am Sonntag nach dem ersten Frühjahrsvollmond
- 39 Tage später ist Christi Himmelfahrt (und Vatertag)
- 49 Tage später ist Pfingstsonntag
- ein Klassiker ist der Osterbrunch
- wir empfehlen: genau den (ab [≥](#))

Der 1. Mai

- immer am gleichen Datum und damit immer wieder an einem anderen Tag
- Feiertag der Arbeit und damit der unkirchlichste

- meist der erste Wandertag im Jahr; gut für alles, was man leicht mitnehmen und essen kann
- wir empfehlen: Reisflammeri ([>](#))

Muttertag

- immer am zweiten Sonntag im Mai
- bei Kindern sehr beliebt
- trotzdem nicht versäumen
- ein fröhlich-leichtes Menü kommt gut
- wir empfehlen: Radieschensuppe ([>](#))

Das erste Mal

- das erste Gänseblümchen, Amselgezwitscher, Marienkäferfliegen
- die erste Balkonsonne im Gesicht, der erste Frühlingskuss auf den Lippen
- es darf gegessen werden, worauf man Lust hat
- wir empfehlen: schnell weiterblättern





Unser Liebling der Saison: Spargel

Das ist er: in Deutschland am liebsten weiß, in Frankreich mit violetten Spitzen, im Mittelmeerraum grün. Wilder Spargel ist eine reizvolle Rarität, grüner Asia-Spargel eine Mini-Spezialität. Und Hopfenspargel ist gar kein Spargel.

Dann ist er gut: Wenn die Köpfe fest und geschlossen, die Stangen prall, makellos und eher gerade sind, die Schnittstellen frisch und feucht – dann wurde er am selben Tag geerntet.

Das machen wir mit ihm: So frisch wie möglich kaufen, in einem feuchten Tuch ins Gemüsefach legen und am besten bald verarbeiten – die Enden abschneiden und die Stangen schälen, beim grünen Spargel reicht das untere Drittel.

Das mag er: klassisch in Salzwasser mit Butter und Zucker gekocht werden. Aber auch in der Folie gedämpft sowie mit Fond, Wein oder Sahne gedünstet werden. Vor allem der grüne Spargel liebt es, wenn man ihn in Pfanne oder Wok brät. Und roh hauchdünn gehobelt ist er fein im Salat.

Das mag er dazu: geschmolzene Butter, Hollandaise, Rührei oder Omelette; Fleisch und Fisch, hell und zart, eher sanft

gegart; klassisch neue Kartoffeln, aber auch Nudeln (mit Spargelsauce) oder Reis (als Spargelrisotto); fürs Aroma zarte Kräuter wie Basilikum, Dill, Estragon, Kerbel oder Schnittlauch.

Das mag er nicht: langes Warten, ob im Kühlschrank oder nach dem Garen.

Wir trinken:

The Shakespring

Ein Joghurtshake, der nach viel Frühlingsfrische schmeckt. Für 4 Gläser (je 200 ml) wird 1 Bund Radieschen gründlich gewaschen, dann von den Schwänzchen und dem Grün befreit (Grün nicht wegwerfen!). Radieschen etwas kleiner schneiden.

Von der Hälfte des Grüns die Blättchen grob hacken.

6 Stängel Zitronenmelisse (Dill geht ebenfalls, wenn man ihn mag) ab

brausen, die Blättchen abzupfen. Die vorbereiteten Zutaten mit 200 g fettem griechischem Naturjoghurt, 1/4 l

Sprudelwasser und 1 TL Honig in einem Mixer pürieren – aber nicht allzu fein, damit man die Stückchen noch sieht.

Jetzt noch einmal 1/4 l Sprudel dazugießen und den Shake kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Gläser füllen und trinken.



Jetzt **Erdbeeren** pflücken



3 Tipps zur Ernte

Ernten: Morgens sind die Erdbeeren am aromatischsten, nach Regentagen wässrig. Immer an den Stielen pflücken, damit die -Beeren nicht gedrückt werden, und das Grün dranlassen. Möglichst in luftige Körbchen oder Siebe packen, niemals in Tüten, und nur so viele, dass sie nicht quetschen.

Putzen: Ungewaschen schmecken die Früchte am besten – wenn sie vom Bio-Feld, Vertrauenshändler oder eigenen Garten kommen.

Sonst samt Grün (ohne laugen sie aus) kurz im Sieb unter fließendem Wasser abbrausen. Dann das Grün keilförmig herausschneiden.

Aufheben: Die Beeren ungewaschen und ungeputzt nebeneinander auf einem mit Küchenpapier ausgelegten Teller ausbreiten, locker mit Folie abdecken und kalt stellen. 30 Minuten vorm Verarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen, damit das Aroma kommen kann.



3 tolle Trios

Erdbeeren + Sahne + Orangenschale: z. B. geriebene Orangenschale mit Zucker mörsern, Erdbeeren damit marinieren, mit Schlagsahne servieren. Oder Sahne mit Orangenschale erhitzen und über gezuckerte Erdbeeren gießen.

Erdbeeren + Balsamico + Basilikum: z. B. Erdbeeren in dünne Scheiben schneiden und abwechselnd mit Basilikumblättchen auf Tellern auffächern, mit Balsamico beträufeln. Oder Konfitüre aus allen drei Zutaten kochen.

Erdbeeren + Zimtucker + Frischkäse: z. B. Erdbeeren mit Zimtucker marinieren, Frischkäse darüberkrümeln und mit Zimtucker bestreuen, dann alles gratinieren. Gerne auch mal mit Ziegenfrischkäse probieren.



3 gute Sorten

Queen of Pop - Senga Sengana

Wer nicht weiß, welche Sorte er im Garten hat oder auf dem Feld erntet - im Zweifel ist es Signora Sengana, seit Jahrzehnten die populärste unter den Gartenerdbeeren. Rund, rot und robust macht sie vieles mit und schmeckt reif geerntet trotzdem schön süß und fruchtig.

Die edle Wilde - echte Walderdbeere

Sie ist die einzige echte Europäerin unter den Erdbeeren, die sonst alle ursprünglich aus Amerika stammen. Wächst wild im Wald und an den Waldrändern, die Zuchtform heißt »Monatserdbeere«. Schmeckt sehr aromatisch, kann beim Einkochen etwas bitter werden.

Die Diva - Mieze Schindler

Sie gilt als echte Delikatesse, die ähnlich wie Walderdbeeren schmeckt, nur noch süßer. Wie diese ist die an eine Himbeere erinnernde Frucht ein Sensibelchen, das leicht kränkelt und absolut keinen Druck verträgt. Herr Otto Schindler hat sie 1925 gezüchtet und nach seiner Frau Mieze benannt.