Gastro-Highlights Frühjahr & Sommer

Kleines Aromawunder Erdbeere

Fröhlich, fruchtig, frisch: Ein Aroma, dem sich vor allem Erdbeer-Liebhaber nur schwer entziehen können. Ihnen kann die Saison nie lang genug sein.

Abhängig von Wetter und Region, können Erdbeeren von April bis Mai blühen und in milden Regionen von April bis in den September hinein geerntet werden. Im Zuge der klimatischen Veränderungen, mit späten Frühjahrsfrösten, Starkregen oder auch Hitzeperioden, gewinnt dabei der geschützte Anbau zunehmend an Bedeutung.

Erdbeeren sind sensible Früchtchen. Da sie leicht zerdrückt werden können, sollten sie im Einkaufskorb obenauf transportiert und keiner großen Hitze, beispielsweise im aufgeheizten Pkw, ausgesetzt werden. Auch beim Waschen ist Vorsicht geboten, denn sie verlieren rasch an Aroma, wenn sie einem starken Wasserstrahl oder einem langen Wasserbad ausgesetzt sind. Am besten wäscht man



Volles Aroma: Erdbeeren sind figurfreundlich und stecken voller wertvoller Inhaltsstoffe. Werkfoto: BVEO/Ariane Bille

Erdbeeren vorsichtig kurz in einer Schüssel. Die Kelchblätter sollten zuletzt entfernt werden, damit kein Wasser in die Erdbeere eindringt. Tagesfrisch schmecken sie am besten.

Volles Aroma und hoher Wassergehalt: Erdbeeren sind figurfreundlich und stecken voller wertvoller Inhaltsstoffe, wie Vitamin B und C. Dazu kommen Mineralien wie Kalzium und Eisen, aber auch Ballaststoffe. Alles in allem also eine Super-Frucht, die im Sommer nicht nur süß und saftig erfrischt, sondern uns auch noch mit jeder Menge Power unterstützt.

Rotes Allround-Talent

Am besten schmecken die roten Früchte ja frisch und direkt aus der Hand. Zum „puren Genuss“ reicht es völlig, die Erdbeeren einfach in einem Sieb vorsichtig abzuspülen. Es gibt unzählige Sorten, frühe ebenso wie späte. Sie unterscheiden sich im Hinblick auf Geschmack, Farbe, Festigkeit des Fruchtfleisches aber auch Reifezeit und Inhaltsstoffe. Für Liebhaber spielt das meist keine große Rolle. Hauptsache sie sind süß, saftig und voller Aroma. Aber die Erdbeere kann noch viel mehr: Sie lässt sich eingefroren zu Sorbet verarbeiten, im Ofen trocknen, oder eingekocht zum Klassiker, der Erdbeermarmelade verarbeiten. Auch Chutney kann das rote Allround-Talent, ebenso wie Kompott oder Sirup.

Pistazien-Boom

Pistazien liegen bei den Deutschen voll im Trend. Ganze Pistazien stehen an der Spitze der Beliebtheitsskala: 23 Prozent der Deutschen geben an, sie ständig zu konsumieren, 36 Prozent häufig und weitere 23 Prozent gelegentlich. Pistazien-Eiscreme folgt auf Platz zwei, während pikante Snacks und Schokolade mit Pistazien ebenfalls hoch im Kurs stehen. Gleichzeitig wünscht sich ein großer Teil neue Pistazienprodukte, insbesondere in Kategorien wie Eiscreme (38 Prozent), Kuchen (34 Prozent) und Milchshakes (31 Prozent). Ein klarer Trend: Pistazien werden vielseitig konsumiert und bieten für jeden Geschmack etwas.

Fünf Tage in Salzlake gereift

Matjes ist Kult. Doch was ist eigentlich Matjes? Wie wird er gefangen? Wie wird er zubereitet? Warum gibt es ihn das ganze Jahr?

Matjes ist ein gekehlter, mildgesalzener, enzymatisch gereifter Hering ohne erkennbaren Ansatz von Milch oder Rogen. Nicht jeder Hering kann ein Matjes werden. Er muss „jungfräulich“ sein, das bedeutet, er darf noch keine Geschlechtsprodukte (Milch und Rogen) gebildet haben, denn nur dann hat er einen hohen Fettgehalt. Ein Hering wird alle Jahre wieder „jungfräulich“, Matjes ist also nicht gleichzusetzen mit Jungfisch. Das Wort „Matjes“ stammt vom holländischen „Maagdenharing“, was frei übersetzt „Jungfrauenhering“ bedeutet.



Leckerer Matjes: Guten Appetit! Werkfoto: Holländisches Fischbüro



Bis ins 20. Jahrhundert hinein kam Hering so häufig vor, dass er als „Arme-Leute-Essen“ galt. Werkfoto: MSC

Heute fängt man den Hering für Matjes mit unterschiedlichen Schiffen - die Bandbreite reicht von Fischereifahrzeugen mit einer Länge von 40 Metern bis zu großen Schiffen von über 100 Metern Länge. Doch egal, wie groß das Schiff, stets gilt es, den Fisch schonend zu behandeln. Ein Fisch mit hohem Fettgehalt ist empfindlich. Daher muss darauf geachtet werden, dass der Fisch nicht zu viel Druck ausgesetzt ist und bei der Verarbeitung vorsichtig behandelt wird.

Direkt nach dem Fang wird der Matjes verarbeitet. Körpereigene Enzyme verleihen ihm eine unvergleichliche Zartheit. Die Fischer legen den Matjes ein und lassen ihn für fünf Tage in einer Salzlake reifen. Das Kehlen geht heute zwar auch maschinell, wird aber oft auch noch von Hand ausgeführt - wie vieles bei der Qualität von Matjes mit Handarbeit verbunden ist. Der Matjes wird gekehlt, in Fässern mit Salz vermischt, geschichtet und dann reift er oft auf dem Transport von den dänischen oder norwegischen Fanggebieten, bis er in Holland ankommt und dort verarbeitet wird.

Bei der holländischen Variante der Fischspezialität hat die Lake einen merklich geringeren Salzanteil als beispielsweise bei der deutschen Matjesproduktion. Dadurch ist der holländische Matjes milder im Geschmack und deutlich zarter.

Holländischer Matjes ist seit 2009 zu 100 Prozent MSC-zertifiziert. Das blaue Siegel soll garantieren, dass der Hering auf verantwortungsvolle und nachhaltige Weise gefangen wird.

Süße Knolle

Schlaue Bauern ernten längst Süßkartoffeln auf deutschen Äckern. Denn für immer mehr Menschen sind die gesunden Sattmacher ein fester Bestandteil der Ernährung geworden. Die Knollen lassen sich vielseitig verarbeiten und schmecken mit ihrer süßlichen Note nicht nur Kids.

Süßkartoffeln bereichern den Speiseplan gebacken, als Pommes frittiert, gekocht und gestampft, zu Suppen, Gnocchi und Quiche verarbeitet und in vielen weiteren Gerichten. Sie lassen sich mit vielen Gewürzen und Aromen kombinieren, sind nährstoffreich und gesund.

So enthalten Süßkartoffeln unter anderem Vitamin A in Form von Beta-Carotin, sie sind eine Quelle für Vitamin C und B-Vitamine sowie für Mineral- und Ballaststoffe. Sie sind auch reich an Kohlenhydraten, wobei Süßkartoffeln einen niedrigeren glykä-mischen Index als herkömmliche Kartoffeln haben.



Die süßlichen Knollen lassen sich besonders vielseitig verarbeiten. Werkfoto: GMH

Bierabsatz 2024 leicht gesunken



Der Bierabsatz ist 2024 gegenüber dem Vorjahr um 1,4 Prozent oder 119,4 Millionen Liter gesunken. Wie das Statistische Bundesamt mitteilte, setzten die deutschen Brauereien insgesamt rund 8,3 Milliarden Liter Bier ab. In den amtlichen Zahlen sind alkoholfreie Biere und Malztrunk sowie das aus EU-Staaten eingeführte Bier nicht enthalten. 82,3 Prozent des Bierabsatzes waren im Jahr 2024 für den Inlandsverbrauch bestimmt und wurden versteuert. Der Inlandsabsatz sank im Vergleich zu 2023 um 2,0 Prozent auf 6,8 Milliarden Liter. 17,6 Prozent oder 1,5 Milliarden Liter Bier wurden steuerfrei exportiert, das waren 1,6 Prozent mehr als 2023. Davon gingen 808,4 Millionen Liter (+3,1 Prozent) in EU-Staaten und 644 Millionen Liter (-0,3 Prozent) in Nicht-EU-Staaten. Erfreulichen Trend: Seit 2003 hat sich die Produktion von alkoholfreien Bieren mehr als verdoppelt auf 670 Millionen Liter im Jahr 2023. Alkoholfreies Bier kam im Herbst 2024 im Handel bereits auf einen Marktanteil von 8,9 Prozent und ist damit hinter dem Marktführer Pils (48,1 Prozent) und Hellbieren (10,6 Prozent) die drittbeliebteste Biersorte. Foto: pixy.org

Herstellernachweise: **Kleines:** Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO), Pariser Platz 3, 10117 Berlin, Tel.: 030/20641498-400; **Fünf:** Holländisches Fischbüro, Visafslagweg 1, NL 2583 DM Den Haag, Tel.: +31/88/3369650; **Süße:** Grünes Medienhaus (GMH) - Abt. der Förderungsgesellschaft Gartenbau mbH, Godesberger Allee 142-148, 53175 Bonn, Tel.: 0228/81002-27; **Pistazien-Boom:** Appinio GmbH, Gerhofstr. 1-3, 20354 Hamburg, Tel.: 040/41349710; **Bierabsatz:** Deutscher Brauer-Bund (DBB) e.V., Neustädtische Kirchstr. 7A, 10117 Berlin, Tel.: 030/209167-0;
Redaktionelle Bearbeitung: AST