

Erdbeeren im Check: Wie sicher ist unsere regionale Lieblingsfrucht?

Rezepte von Theresa Knippschild und Björn Freitag

Erdbeerkonfitüre..... 2
Erdbeer-Biskuitrolle 4
Erdbeeressig 7
Bunte-Bete-Carpaccio mit Walnüssen, Feta und Erdbeeressig..... 9

Erdbeerkonfitüre

Rezept von Theresa Knippschild und Björn Freitag

Björn Freitag und Theresa Knippschild zeigen, wie einfach sich Erdbeerkonfitüre selbst machen lässt und wie sie sich variieren lässt: Mit kandierter Zitronenschale, Ingwer und Rosmarin ist diese Erdbeerkonfitüre eine Portion Sommer im Glas.



Zutaten für ca. 600 – 700 ml Konfitüre:

- 600 g Erdbeeren
- 30 g Zucker
- 30 g Wasser
- 1 Bio-Zitrone
- Kleine Knolle frischen Ingwer (ca. 10 g)
- 1 Zweig Rosmarin
- 200 g Gelierzucker (3:1)
- Außerdem: 3- 4 Einmachgläser à 200 ml

Zubereitung:

- Erdbeeren kurz in einer Schüssel mit kaltem Wasser vorsichtig waschen und auf einem sauberen Geschirrtuch trocknen lassen.
- In einem Topf Wasser erhitzen, bis es kurz vor dem Siedepunkt ist.
- Die Einmachgläser und Deckel in den Topf mit dem heißen Wasser geben und für 4 bis 5 Minuten ziehen lassen, so werden die Gläser steril.
- Anschließend die Gläser wieder mit einem Löffel oder ähnlichem aus dem Topf nehmen, auf ein sauberes Geschirrtuch stellen. Die Innenseiten der Gläser und Deckel nicht mehr mit bloßen Händen anfassen, damit diese steril bleiben.
- In einem Topf Zucker und Wasser miteinander mischen.
- Die Schale der Zitrone in Streifen abschälen, Ingwer schälen und fein schneiden, Rosmarin waschen.
- Zitronenschale, Ingwer und Rosmarin zum Zuckerwasser in den Topf zugeben und etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.
- Strunk von den Erdbeeren entfernen und die Erdbeeren anschließend je nach Größe halbieren oder vierteln.
- Erdbeeren und Gelierzucker in einen Topf geben, mit einem Löffel mischen und für ca. 5 Minuten ziehen lassen.
- Die Erdbeeren im Topf für 10 Minuten erhitzen und weich werden lassen. Mit einem Stabmixer pürieren.
- Kandierte Zitrone und kandierten Ingwer aus dem Topf nehmen und zu den Erdbeeren geben.
- Erdbeeren unter ständigem Rühren für mindestens 4 Minuten stark aufkochen.
- Konfitüre in sterile Gläser abfüllen, luftdicht verschließen und für 10 Minuten kopfüber auf dem Deckel abkühlen lassen. Dann wieder richtig herum stellen.
- Konfitüre kühl und dunkel lagern.

Erdbeer-Biskuitrolle

Rezept von Theresa Knipschild

Theresa Knipschilds Biskuitrolle mit Erdbeeren ist nicht nur ein optisches Highlight, sondern auch geschmacklich eine runde Sache.



Zutaten:

Für den Biskuitteig

- 6 Eier
- 1 Prise Salz
- 140 g Zucker
- 2 EL warmes Wasser
- 110 g Mehl (Type 405)
- 60 ml Milch
- 80 ml neutrales Pflanzenöl (z. B. Rapsöl)
- 1 Bio-Zitrone

Für die Füllung:

- 200 g Erdbeeren
- 40 g Zucker
- 2 Päckchen Sahnesteif

- ½ Vanilleschote
- 200 ml kalte Schlagsahne
- 100 g kalter Doppelrahmfrischkäse (fettarme Alternative: Magerquark)
- 100 – 150 g Erdbeerkonfitüre

Zubereitung:

Biskuit:

- Den Backofen auf 180 °C bei Umluft vorheizen.
- Eier trennen und darauf achten, dass kein Eigelb mit ins Eiweiß gelangt.
- Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und dabei nach und nach die Hälfte des Zuckers einrieseln lassen.
- Eigelbe mit warmem Wasser schaumig schlagen und dabei die andere Hälfte des Zuckers einrieseln lassen.
- Das Mehl sieben und kurz unter die Eigelbmasse rühren, dann Milch, Öl und Abrieb der Zitrone ebenso zügig unterrühren. Dabei nur so viel rühren wie nötig, damit nicht unnötig Luft aus der Masse „herausgeschlagen“ wird.
- Nach und nach jeweils 1/3 des Eischnees vorsichtig unter die Masse unterheben.
- Ein Blech mit Backpapier auslegen, den Teig darauf geben und mit möglichst wenig Zügen glattstreichen.
- Im Ofen ca. 15 bis 20 Minuten backen bis der Biskuit goldgelb ist.
- Biskuit aus dem Ofen nehmen, mit etwas Zucker bestreuen, vom Blech nehmen, ein anderes Backpapier auf die Biskuitplatte legen und das Ganze auf das zweite Backpapier stürzen
- Das Backpapier, auf dem der Biskuit gebacken wurde, vorsichtig vom Biskuit lösen.
- Vorsichtig mit der gewünschten Außenseite nach unten auf einem Backpapier platzieren.
- Eine kurze Seite leicht schräg anschneiden. Am gegenüberliegenden Ende drei ca. 1 cm breite Einschnitte setzen. Nicht durchschneiden.

- Biskuit von der Seite der drei Einschnitten mit dem Backpapier aufrollen und aufgerollt abkühlen lassen.

Füllung:

- Erdbeeren waschen, den Strunk entfernen und die Erdbeeren in ca. 2 cm große Würfel schneiden.
- Zucker mit Sahnesteif mischen.
- Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen.
- Eine Rührschüssel mit kaltem Wasser ausspülen, bis die Schüssel kalt ist.
- Anschließend die Schüssel abtrocknen und darin kalte Schlagsahne, kalten Frischkäse (oder Quark) mit Zucker, Sahnesteif und Vanille steifschlagen.
- Gewürfelte Erdbeeren unter die Sahne heben.
- Die Biskuitrolle vorsichtig abrollen und mit der Erdbeerkonfitüre gleichmäßig bestreichen.
- Danach die Sahne darauf verteilen.
- Vorsichtig aufrollen (die eingeschnittene Seite hilft beim sauberen Start). Die schräg angeschnittene Stelle sollte unten liegen.
- Mit Backpapier straff einwickeln, ggf. mit Klebeband in Form halten. Die Rolle vorsichtig von der Seite aufrollen, bei der man die Einschnitte im Teig gemacht hat.
- Die Rolle eng in Backpapier eingerollt im Kühlschrank für mindestens zwei Stunden kaltstellen. Damit die Rolle eine schöne runde Form behält und nicht oval wird, lässt sich diese im Kühlschrank in einem sauberen Abflussrohr lagern (Durchmesser je nach Dicke der Rolle ca. 8,5 - 11 cm).
- Vor dem Servieren aus dem Backpapier lösen und mit Puderzucker bestreuen. Enden, wenn gewünscht gerade abschneiden, mit Puderzucker bestäuben und nach Belieben mit frischen Erdbeeren garnieren.

Erdbeeressig

Rezept von Björn Freitag

Erdbeeren mal anders: Dieser sommerliche Erdbeeressig von Björn Freitag lässt sich wunderbar zum Aromatisieren herzhafter Speisen verwenden.



Zutaten:

- 200 g Erdbeeren
- 400 ml Weißweinessig (oder anderer neutraler Essig)

Zubereitung

- Erdbeeren vorsichtig waschen und abtrocknen.
- Strunk von den Erdbeeren entfernen und die Erdbeeren kleinschneiden.
- Die geschnittenen Erdbeeren in ein sauberes (möglichst steriles) Glas geben, den Essig darüber gießen, die Beeren beschweren, so dass sie nicht an der Oberfläche schwimmen. Dafür eignet sich z.B. ein lebensmittelechtes Geschirr wie z.B. ein Unterteller.

- Das Gefäß luftdicht verschließen.
- Im Kühlschrank etwa zwei bis drei Wochen ziehen lassen.
- Erdbeeren aus dem Essig heraussieben.
- Fertigen Essig im Kühlschrank aufbewahren (hält sich einige Monate)

Bunte-Bete-Carpaccio mit Walnüssen, Feta und Erdbeeressig

Rezept von Björn Freitag

Dieses Bunte-Bete-Carpaccio mit cremigem Feta, kräftigen Walnusskernen und frischem Erdbeeressig ist ein Highlight auf jedem Sommerbuffet.



Zutaten:

- 30 g Walnusskerne
- 1 kleine Rote Bete
- 1 kleine Gelbe Bete
- 1 kleine Ringelbete
- Wasser
- 2 - 3 TL Salz
- 2 x 2 EL Erdbeeressig
- 3 EL Olivenöl
- 1 Prise Chilipulver
- ca. 100 g Erdbeeren
- Pfeffer

- ca. 100 g Feta

Zubereitung:

- Walnüsse in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten.
- Die verschiedenen Beten schälen und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben hobeln.
- Walnüsse aus der Pfanne nehmen.
- Wasser in die Pfanne geben, bis es darin knapp 2 cm hochsteht.
- 2-3 TL Salz und 2 EL Essig in die Pfanne geben und zum Kochen bringen.
- Zunächst die Scheiben der Bunten Beten und der Ringelbete für zwei Minuten in der Pfanne blanchieren.
- Diese anschließend aus der Pfanne nehmen, dann die Rote Bete ebenso blanchieren.
- 4 EL Flüssigkeit aus der Pfanne nehmen und mit ca. 2 EL Erdbeeressig, Olivenöl, und Chilipulver zu einer schnellen Vinaigrette verrühren.
- Erdbeeren vorsichtig waschen und abtrocknen und in kleine Stücke schneiden.
- Die blanchierten Scheiben der verschiedenen Bete abwechselnd auf einem Teller anrichten und pfeffern.
- Mit etwas Vinaigrette beträufeln und mit Walnüssen, fein geriebenem Feta und frischen Erdbeeren garnieren.

