

Süße Zwetschen-Klöße

ZUTATEN:

1,5 kg mehlig kochende Kartoffeln, 75 g Mehl, 100 g Speisestärke, 2 Eier, Salz nach Geschmack, 1 Prise Muskat, ca. 15–20 Zwetschen, ca. 15–20 Würfelzucker, 150 g Butter, 5 EL Paniermehl, Zimtucker

ZUBEREITUNG:

Die Kartoffeln kochen, abpellen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Mit Mehl, Speisestärke und Ei zu einem glatten Teig verarbeiten, mit Salz und Muskat abschmecken. Den Kartoffelteig in ca. 15 bis 20 gleich große Stücke aufteilen. Die Zwetschen entsteinen und in jede Steingrube einen Würfel Zucker geben, wieder zuklappen, mit dem Klobteig umschließen und zu einer Kugel formen. Die Klöße in sprudelnd kochendes Wasser geben. Sie sind fertig, wenn sie an die Wasseroberfläche steigen. Währenddessen die Butter in einer Pfanne zerlassen und gemeinsam mit dem Paniermehl anbräunen lassen. Die fertigen Zwetschenklöße mit der heißen Paniermehl-Butter übergießen und mit Zimtucker bestreuen. Sofort heiß genießen.

Schneller Zwetschenkuchen

ZUTATEN:

1 kg Zwetschen, 200 g Zucker, 1 P. Vanille, 1 P. Backpulver, 2 P. roter
6 ch Ö
1 P S 00 g
uss

ZUBEREITUNG:

Quark, Milch, Öl, Ei, Zucker, S Vanillezucker mit dem Schneebesen zu einer glatten Masse verrühren. Mehl und Backpulver vermischen und nach und nach unter die Quarkmasse rühren. Wenn der Teig fest wird, das restliche Mehl unterkneten, so dass ein elastischer Knetteig entsteht. Den Teig auf einem Backpapier entsprechend der Backblechgröße ausrollen. Die halbierten entsteineten Zwetschen mit der Innenseite nach oben dicht an dicht auf den Teig setzen. Den Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 200 °C für ca. 45 Minuten backen. Am Ende der Backzeit den Tortenguss mit Wasser entsprechend der Packungsangabe zubereiten und mit einem Löffel oder Pinsel über den noch heißen Zwetschenkuchen verteilen. Den Kuchen erkalten lassen, portionieren und mit Schlagsahne servieren.

Herzhafte Zwetschenröllchen

ZUTATEN:

500 g Zwetschen, 8 Minutensteaks vom Schwein, 8 Scheiben Frühstücksspeck, 1 TL getrockneter Majoran, Salz, Pfeffer, ein Zweig Rosmarin, 2 EL Butterschmalz, 200 ml Gemüsebrühe, Balsamico-Essig, Zucker, 1 EL Mehl

ZUBEREITUNG:

Die Zwetschen entsteinen, die Minutensteaks flach klopfen. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Eine Scheibe Speck und eine Zwetsche auf jedes Steak legen und mit der Zwetsche in der Mitte aufrollen. Die Röllchen mit einem Zahnstocher fixieren.

Die Röllchen in Butterschmalz rösten, den Rosmarin und die restlichen Zutaten hinzugeben und mit Butter anbraten. 5 Minuten köcheln lassen. Die Zwetschen herausnehmen und den Rosmarin entfernen. Die Soße mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. 1 EL Mehl in die Soße geben und nach Belieben mit Zucker und Balsamico-Essig abschmecken. Die Röllchen bis zum Servieren noch einmal kurz in der Soße auf einem knusprigen Weißbrot servieren.



Die gesamte Vielfalt
genießen



Bunt ist gesund!

Zwetschen bestechen nicht nur durch ihren unnachahmlichen Geschmack: In Farbe, Aroma und Duft verbergen sich eine Vielzahl gesunder Inhaltsstoffe. Denn Zwetschen bilden zum Schutz gegen Schädlinge, als Lockstoff für Insekten oder auch zum Reifen und zum Wachsen sogenannte „Sekundäre Pflanzenstoffe“, die, vom Menschen verzehrt, einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit leisten können.

Die Farben Blau und Violett signalisieren, dass in der Frucht Flavonoide enthalten sind.

Goldgelb ist das Fruchtfleisch. Es erhält die Farbe durch Carotin.

Saftig, kräftig: Im Saft der Zwetschen sind viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten, wie Kalium und Zink.



Unvergleichlich vielseitig

Pflaumen, Zwetschen, Mirabellen und Renekloden – sie alle gehören zu einer Familie. Denn sie alle stammen von den gleichen Vorfahren – den Schlehen und den Kirschkirschen. In Deutschland ist die blaue Zwetsche der absolute Favorit. Sie lässt nahezu alles mit sich machen: Frisch verzehrt ist die Frucht ein wahrer Gaumenschmaus. Als Kuchen sind Zwetschen der Klassiker schlechthin. Genauso kann man sie aber auch als Knödelzufüllung oder Kompott für traditionelles Pflaumen-

Den ganzen Sommer genießen

Die große Sortenvielfalt macht es möglich: Zwetschen können von Anfang Juli bis weit in den Oktober hinein stets frisch geerntet werden. Die Früchte reifen im Sommer. Denn reife Zwetschen werden im Sommer geerntet. Achten Sie beim Kauf auf ein goldgelbes Fruchtfleisch, das weiß bereift ist. Reife Zwetschen haben eine weiche Konsistenz, die sich leicht drücken lässt. Die Früchte sind kühl und saftig, aber auch kalorienreich. Sie eignen sich hervorragend als Snack für heiße Sommertage.



Übrigens ...

Frische Zwetschen sind von einem durchsichtigen weißlichen „Duftfilm“ umgeben. Diese natürliche Schutzschicht verhindert ein schnelles Austrocknen der Früchte. Waschen Sie die Zwetschen also erst direkt vor dem Verzehr, denn nur so bleibt der schützende „Duftfilm“ erhalten.

