



Jetzt ist Kirschenzeit

Heute gepflückt – und gleich gegessen: Frische Süßkirschen von Obstbauern in Ihrer Nähe sind etwas ganz Besonderes. Der süße Geschmack der saftigen Kirschen - wunderbare Erinnerungen an Sommer und Lebensfreude werden wach, wenn wir die ersten frischen Süßkirschen aus heimischem Anbau genießen. Ob die knackig-prallen Knorpelkirschen oder aber die etwas weicheren, aber zuckersüßen Herzkirschen: Sie alle schmecken einfach unvergleichlich lecker.

Doch Süßkirschen sind mehr als nur eine fruchtig-frische Gaumenfreude. Sie sind eine wahre Fitnessfrucht mit wenig Kalorien und vielen Vitaminen, Mineralstoffen und sekundären Pflanzenstoffen. Frisch aus der Schale, direkt in der Hand gegessen sind genau die richtige Paarung zu einem heißen Sommer.

Ganz nicht hoch aus

Die süßesten Früchte freier Natur sind die großen Tierfrüchte...“ Wer kann sich nicht an dieses Lied von Peter Alexander erinnern? Ganz bestimmt ist hier die Süßkirsche gemeint, denn die Früchte hängen in alten, knorrigen Bäumen meist ganz oben – dort, wo nur wenige noch hinkommen. In modernen Süßkirschanlagen sind die Bäume hingegen selten höher als drei Meter und können bequem vom Boden aus geerntet werden. Zu verdanken ist diese Veränderung der intensiven Züchtung von schwach wachsenden Kirschunterlagen, auf denen die Süßkirschsornten heute veredelt sind.

Nicht nur frisch ein Hochgenuss

Warum man Süßkirschen nicht kochen sollte? Eigentlich gibt es nur einen Grund: Sie schmecken frisch am allerbesten! Das heißt aber nicht, dass man sie nur von der Hand in den Mund genießen kann. Auch für die Zubereitung von Kompotten, für den Rumtopf, einen Aufgesetzten oder als Cocktailkirschen sind sie gut geeignet. Oder darf es eine fruchtige Füllung für Sahnetorten oder aber eine leckere Quarkspeise sein? Probieren Sie es einmal im Sommer, Sie werden begeistert sein.

Kirschen halten sich übrigens nicht lange, sie halten sich nur wenige Tage im Kühlschrank. Wie Sie am besten zubereitet werden können, erfahren Sie in unserem Ratgeber. Wie Sie am besten geerntet werden können, erfahren Sie in unserem Ratgeber.



MIT DEN BESTEN EMPFEHLUNGEN:

Heimische Süßkirschen



Amarena-Kirschen

Zutaten:

500 g dunkle Süßkirschen
350 g Zucker
100 ml Amaretto
1 Spritzer Limettensaft
2 Spritzer Vanillearoma
1 Spritzer Bittermandelöl

Zubereitung:

Die Kirschen waschen, entsteinen und gemeinsam mit dem Zucker in einen Topf geben. Bei nicht zu heißer Flamme zum Kochen bringen und unter ständigem Rühren etwa 5 Minuten kochen lassen. Den Amaretto, den Limettensaft, das Vanillearoma und das Bittermandelaroma hinzugeben und weitere 20–25 Minuten leise kochen lassen. Die Flüssigkeit abgießen und die Kirschen abtropfen lassen.



Saftiger Kirschauflauf

Zutaten:

500 g dunkle Süßkirschen
100 g Zucker
30 g Mehl, 300 ml Milch
1 P. Eier, 1 P. Backpulver

Zubereitung:

Süßkirschen abtropfen lassen, abtrocknen und entsteinen. Die Auflaufform mit Butter ausstreichen. Die Kirschen gleichmäßig in der Form verteilen und mit 50 g Zucker bestreuen. Den Backofen auf 220°C vorheizen. Inzwischen für den Teig die Eier mit den restlichen 50 g Zucker und dem Orange-Backschaumig schlagen, die Milch und das Mehl abwechselnd zugeben, bis ein sämiger Teig entsteht. Diesen Teig über die Kirschen gießen. Den Auflauf auf der mittleren Schiene des heißen Backofens in etwa 40 bis 50 Minuten goldgelb backen. Mit dem Puderzucker bestreuen und sofort servieren.

Lebensfreude
pur!

Schnelle Schwarzwälder Kirsch-Schnitte

Zutaten:

1 Blätterteig, 1 EL Kondensmilch zum Bestreichen,
Zucker, 500 g dunkle entsteinte Süß-
kirschen, 2 EL Zucker, 1 P. Schoko-
ladingpulver, 300 ml Sahne,
1 P. Vanillezucker, 1 P. Sahne-
steif, 50 g Schokoladenraspel

Zubereitung:

Den Blätterteig zu gleichmäßigen Rechtecken schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Rechtecke mit Kondensmilch bestreichen und dicht mit Zucker bestreuen. Im vorgeheizten Backofen (225 °C) ca. 10–15 Minuten backen, danach auskühlen lassen.

Für die Kirschmasse aus dem Kirschsafte, dem Puddingpulver und 2 Esslöffeln Zucker einen Pudding kochen, die entsteinten Kirschen zugeben und noch mal kurz aufkochen lassen. Die noch warmen Kirschen auf einem Drittel der Blätterteigrechtecken verteilen und ein weiteres Rechteck darauf setzen. Nun die Sahne mit dem Vanillezucker und dem Sahnesteif steif schlagen und die Schokostreusel unterrühren. Die Stratiatella-Sahne auf die Kirschtörtchen verteilen und das dritte Blätterteig-Rechteck aufsetzen. Zum Schluss mit einer Spritztüle Sahnehäubchen auf jede Kirsch-schnitte spritzen und mit einer Amarena-Kirsche garnieren.

