

Erdbeeren

Tipps für den Einkauf

Kaufen Sie Erdbeeren aus Österreich. Aus Ihrer Region vom naheliegenden Erdbeerfeld oder im Bauernladen. Achten Sie beim Kauf darauf, dass die Erdbeeren nicht beschädigt sind und schon faulen. Sie sollten frisch riechen, also nicht muffig oder faulig. Empfehlenswert ist es die Verpackung umzudrehen, um zu schauen, ob am Boden eventuell faulige Beeren liegen oder die Erdbeeren matschig sind.

Fürs Selberpflücken ist morgens der ideale Erntezeitpunkt. Nicht unmittelbar nach Regen pflücken.

Erdbeeren reifen nicht nach, daher sollten Sie darauf achten, dass die Früchte durchgehend rot sind und keine grünen bzw. weißen Stellen haben. Reife Früchte riechen intensiv nach Erdbeeren.

Erdbeeren halten sich gekühlt maximal zwei Tage. Nehmen Sie die Beeren aus der Verpackung und legen Sie diese nebeneinander in eine Aufbewahrungsbox oder auf einen Teller, eine Schale oder Schüssel. Die Kelchblätter erst nach dem Waschen entfernen.

Haltbarmachen von Erdbeeren

Für die Konservierung von Erdbeeren gibt es unzählige Möglichkeiten. Ob getrocknet, als Marmelade, Gelee, Sirup, Chutney, Saft, Mus, Kompott, Essig, Senf oder tiefgefroren – der Einkochfantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

Erdbeeren trocknen

Saubere, entstieltete Früchte können Sie je nach Größe im Ganzen, halbiert oder geviertelt trocknen. Erdbeeren sind sehr wasserreich, dadurch ist eine relativ lange Trocknungszeit notwendig. Schneller und einfacher geht es mit einem Dörrapparat. Getrocknete Erdbeeren schmecken gut im Müsli, als Nascherei oder als Tee. Für Tee können Sie auch die jungen Blätter trocknen.

Erdbeeren einfrieren

Zum Einfrieren von ganzen Früchten die Erdbeeren am besten auf einem Backblech oder Tablett vorfrieren, damit sie nicht zusammenkleben. Erst danach in einen Gefrierbeutel oder -behälter geben. Beim Tiefkühlen verändern die Beeren ihre Konsistenz, d.h. nach dem Auftauen sind die Beeren matschig und weich. Tiefgefroren sind sie ca. 6 Monate

haltbar. Gut funktioniert das Einfrieren von pürierten Erdbeeren.

Rezepte

Erdbeer-Eistee mit Sekt

Zutaten: Teemischung: 3 Teile Erdbeerblätter, 5 Teile getrocknete Erdbeeren, 1 Teil Melisse
200 g Erdbeereis, 200 g frische Erdbeeren, 1 Flasche getrockneter Sekt

Zubereitung: Sechs gehäufte Esslöffel der Teemischung mit einem Liter kochendem Wasser übergießen und zehn Minuten ziehen lassen. Abseihen und kalt stellen. Inzwischen die Erdbeeren pürieren. Erdbeereis und Erdbeerpüree auf hohe Gläser verteilen, bis auf zwei Drittel mit dem Tee auffüllen und den Rest mit dem eiskalten Sekt aufgießen.

aus „Tee aus heimischen Kräutern und Früchten“, Manfred Neuhold, 2010

Erdbeer-Junglauch-Chutney

Zutaten für 400 ml: 300 g Erdbeeren, 1 grüne Chilischote, 100 ml Balsamico-Essig, 200 g Lauch (oder Zwiebeln), 1 kleines Stück Ingwer, 100 g Honig oder Zucker, Salz, grüner Pfeffer

Zubereitung: Die Erdbeeren waschen, den Stielansatz entfernen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Junglauch putzen, waschen, trocken tupfen und in 1 cm kleine Stücke schneiden. Chilischote waschen, Kerne und Adern entfernen, fein schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Alle Zutaten in einen Topf geben und zum Kochen bringen, unter ständigem Rühren bei schwacher Hitze dicklich einkochen lassen. Abschmecken und noch heiß in sterilisierte Gläser einfüllen.

aus „Saucen, Chutney, Pesto & Co“, Eva Gaigg/Franz Schauer, 2010

Erdbeermarmelade mit Holunderblüten

Zutaten: 1 kg Erdbeeren, 500 g Gelierzucker 2:1, Saft einer Zitrone, 6 große Dolden Holunderblüten

Zubereitung: Erdbeeren in kleine Stücke schneiden und mit Gelierzucker und Zitronensaft bis zur Gelierprobe kochen. Inzwischen die Holunderblüten von den Dolden zupfen und auf die vorbereiteten Gläser aufteilen. Die Gläser mit der kochend heißen Marmelade auffüllen und kurz auf den Kopf stellen.

aus „Obst haltbar machen“, Marianne Obermair, Romana Schneider, 2011

Erdbeeressig mit Basilikum

Zutaten: 600 g Erdbeeren, 2-3 Zweige frisches Zitronenbasilikum, 1000 ml Weißweinessig, 1 EL grüne Pfefferkörner

Zubereitung: Essig aufkochen, vom Herd nehmen und über die zerdrückten Erdbeeren gießen. Zugedeckt 2-3 Wochen reifen lassen. Anschließend filtrieren, in die vorbereiteten Flaschen abfüllen. In jede Flasche einige Pfefferkörner und einen Basilikumzweig geben und verschließen.

aus „Obst haltbar machen“, Marianne Obermair, Romana Schneider, 2011

Kaltgerührte Erdbeermarmelade

Zutaten: 500 g Erdbeeren, 500 g Gelierzucker, Saft einer Zitrone, 20 ml Schnaps oder Likör

Zubereitung: Die Erdbeeren mit einer Gabel leicht zerdrücken und mit Gelierzucker vermischt über Nacht ziehen lassen. Am nächsten Tag den Zitronensaft begeben. Mit einer Küchenmaschine ca. 15-20 min rühren bzw. solange rühren, bis eine dickbreiige Masse entsteht. Die Marmelade in mit Schnaps oder Likör ausgespülte Gläser füllen. Mit einem sauberen Tuch bedeckt ca. 2 Stunden offen stehen lassen. Gläser verschließen und an einem kühlen Ort aufbewahren.

Erdbeersirup mit Minze

Zutaten: 1 kg Erdbeeren, Saft von 2 Limetten, 7 Minzblätter, 600 g Kristallzucker

Zubereitung: Erdbeeren klein schneiden, mit Limettensaft und Minzblättern in einem Topf auf ca. 80 °C erwärmen und ca. 5 Minuten auf dieser Temperatur halten. Den heißen Fruchtbrei durch ein feines Tuch abtropfen lassen. Der aufgefangene Saft wird nun mit etwas Wasser auf ½ l aufgefüllt und dann zusammen mit dem Zucker auf ca. 85 °C erhitzt. Sobald sich der Zucker gelöst hat, füllt man den heißen Sirup in Flaschen und verschließt diese rasch. Die Flaschen zum Auskühlen umlegen und anschließend kühl und dunkel lagern. Haltbarkeit: 3 Monate

aus „Die Einkochbibel“, Ulrich Jakob Zeni, 2013

Bei Marmelade die Farbe erhalten

Bei Verwendung von Gelierzucker 3:1 und 2:1 kann die Erdbeermarmelade nach längerer Lagerung ihre frische Farbe verlieren. Je weniger Zucker, desto eher kommt es zu einer Farbveränderung. Damit die Farbe erhalten bleibt, hilft es etwas Zitronensaft zur Marmelade zu geben. Sie können die fertige Marmelade auch einfrieren oder die frischen Erdbeeren pürieren, einfrieren und erst bei Bedarf portionsweise zu Marmelade verkochen.