



ZWETSCHGEN STREUSELKUCHEN

Teig:
 200 g Mehl
 10 g Hefe
 ½ Kl. Salz
 1½ dl lauwarme Milch
 40 g flüssige, lauwarme Butter
 1 Ei verknüpft
 40 g Zucker
 ca. 400g Zwetschgen

Streusel:
 50 g flüssige Butter
 50 g Mehl
 50 g Zucker
 50 g Mandelstifte oder geschälte, gehackte Mandeln

Backen:

Hefeteig zubereiten, gut klopfen bis er Blasen wirft in die vorbereitete Springform (24-28 cm) füllen (Boden mit Backpapier belegen und Rand einfetten) und zugedeckt ums Doppelte aufgehen lassen

halbiert oder geviertelt darauf verteilen

gut mischen und den Streusel über die Zwetschgen streuen

180° C, Ofenmitte, ca. 30 Minuten



ZWETSCHGENKNÖDEL

500 g Kartoffeln mehlig kochend
 40 g Butter weich
 1 Ei verquirlt
 1 Prise Salz
 ca. 200 g Weissmehl

mit der Schale weichkochen (DKT ca. 10 Min.)
 lauwarm schälen und passieren

dazu geben und gut zusammenkneten, es soll ein glatter Teig entstehen

- Zwetschgen seitlich aufschneiden, entsteinen und in jede einen Würfelzucker stecken
- Aus dem Knödelteig eine Rolle formen und in gleichmässige Stücke schneiden
- Teigstücke flach drücken und um eine Zwetschge hüllen - gut verschliessen und Knödel formen
- In kochendem Salzwasser ziehen lassen, bis die Knödel hochkommen (ca. 10 Minuten)
- 4 EL gemahlene Haselnüsse und 4 EL Zucker mischen
- Knödel darin wenden
- lauwarm servieren
- dazu passt Vanillecreme oder Glacé

Frisch gepflückt direkt von Ihrem Zwetschgenproduzenten:



zueri-out.ch / 2013 - HP & E. Meier Werbegrafik Bern



ZWETSCHGEN

ALLGEMEINES

Die Herkunft der Zwetschgen ist nicht geklärt. Häufig werden Zwetschgen und Pflaumen im gleichen Zug genannt. Zwetschgen sind aber von länglicher Form, während die Pflaumen eher eine rundliche Form aufweisen. Die Standortansprüche der Zwetschgen sind gering, doch wirkt sich regnerisches Wetter negativ auf die Fruchtqualität aus.

Nachdem die Anbaufläche jahrelang zurückgegangen ist, erlebt die Zwetschge jetzt eine Renaissance.

Fläche Schweiz: 333 ha, davon 12.5% unter Witterungsschutz
Fläche Zürich: 17 ha, davon 15.0% unter Witterungsschutz

Die Saison der Tafelzwetschgen dauert von Mitte August bis Mitte Oktober, die Frucht lässt sich nur begrenzt lagern. Deshalb beläuft sich der Konsum in der Schweiz pro Kopf auf bloss 1.2 Kilogramm im Jahr.

WAS BEDEUTET DER WEISSE SCHIMMER?

Zwetschgen sind häufig von einem weissen Film überzogen. Diese natürliche Wachsschicht ist ein sicheres Zeichen für Frische. Sie schützt die Früchte vor dem Austrocknen und lässt sich leicht abwaschen. Sie deutet auf schonende Behandlung der Früchte hin und ist ein Qualitätsmerkmal.

DIE SAISON DER ZÜRCHER FRÜCHTE FINDEN SIE NEU AUF FACEBOOK



Quellen:
Text: Schweizer Obstverband
Fotos: fotografie.to/Strickhof
Rezepte: Strickhof Bauernmenschule

NÄHRWERTE (pro 100 g essbarer Anteil)			
Energie KJ (kcal)	182 (43)	Kalium	240 mg
Wasser	86.3 g	Magnesium	8 mg
Kohlenhydrate	8.8 g	Kalzium	13 mg
Nahrungsfasern	2.3 g	Eisen	0.4 mg
Eiweiss	0.6 g	Phosphor	23 mg
Fett	0.1 g	Vitamin C	4 mg

Quelle: <http://bag.admin.ch>

ZWETSCHGENMUS

2-3 kg
Zwetschgen

Verwendung

waschen, rüsten, aufkochen
unter Rühren ca. 1 Stunde köcheln lassen
durchs Sieb streichen, nochmals 1½ - 2 Std.
unter Rühren einkochen (Konfildicke)
heiss in vorgewärmte Gläser bis 1mm
unter den Rand füllen, sofort verschliessen
kurze Zeit stürzen (Haltbarkeit ca. 1 Jahr)
als Brotaufstrich oder Füllung für Knödel
und Gipfel

ZWETSCHGENGIPFEL

1 rund ausge-
wallter Blätterteig
Zwetschgenmus

in 6 Stücke schneiden
je einen Kaffeelöffel Zwetschgenmus in
die Mitte geben. Rand benetzen und
Gipfel aufrollen. Auf ein Blech mit Blech-
reinpapier legen, mit der Spitze nach unten
220° C, Ofenmitte, ca. 20 Min.

Backen:
Puderzuckerglasur:
6 EL Puderzucker
2 EL Wasser

mischen
Gipfel noch heiss mit dicker Puderzucker-
glasur bestreichen

ZWETSCHGEN-TIRAMISU

500 g Zwetschgen
wenig Wasser

ca. 50 g Zucker
evtl. 2 EL
Zwetschgenwasser
250 g Mascarpone
250 g Quark
3-4 EL Zucker
evtl. 1-2 KL Zimt
1½ dl Rahm
Löffelbiskuits

waschen, entsteinen, vierteln und
5-10 Minuten zugedeckt dämpfen
zugeben, absieben und auskühlen
lassen
unter den Saft mischen

gut mischen
steif schlagen und darunter ziehen
den Boden einer Form bedecken
Mit Zwetschgensaft beträufeln, das
Zwetschgenkompott und anschlies-
send die Mascarponecreme darüber
verteilen.
Mindestens 1 Stunde kühl stellen.



Zwetschgen enthalten viel Fruchtzucker, deshalb sind sie sehr nahrhaft und hervorragend zum Dörren geeignet.