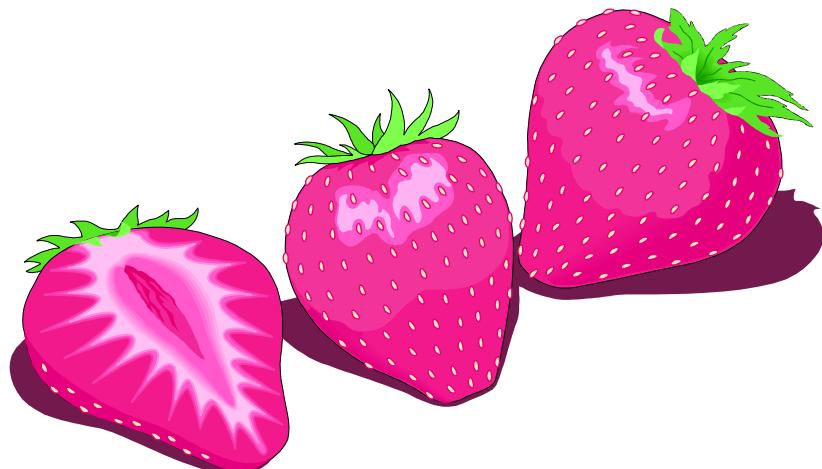


Erdbeeren



- die
süß

Früchtchen

Rezepte

Herausgeber:

Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen

Nevinghoff 40

48147 Münster

Telefon: 0251 / 599-0

Telefax: 0251 / 59 93 62

Siebengebirgsstraße 200

53229 Bonn

Telefon: 0228 / 703-0

Telefax: 0228 / 7 03 84 98

E-Mail: info@lwk.nrw.de

Internet: www.landwirtschaftskammer.de

Text, Gestaltung:

Marita Eissing/Carola Weber

Dr. Konrad Keipert

Nachdruck oder Vervielfältigung

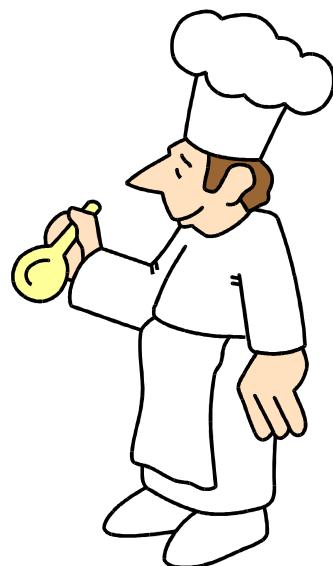
Die gesamte Produktinformation, Auszüge daraus oder auch einzelne Rezepte dürfen vervielfältigt werden.

Bitte beachten Sie:

Grundsätzlich muss auf jeder Seite die Quelle angegeben sein
z.B. durch die schon vorhandene Fußzeile:

Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen

Eine Auswahl an leckeren Erdbeer-Rezepten



Erdbeer-Baiser-Torte	8
Erdbeerkuchen vom Blech	9
Erdbeer-Parfait	10
Erdbeer-Sauce	11
Erdbeer-Shake	12
Erdbeer-Zitronen	13
Geflügelsalat mit Erdbeeren	14
Erdbeer-Quark-Torte	15
Salat mit Erdbeeren und Lammfilet	17
Erdbeer-Joghurt-Creme	19

Erdbeer-Baiser-Torte

braucht et-
was Zeit



Für den Teig:

200	g	Mehl
50	g	Speisestärke
2		Eigelb
60	g	Zucker
1	Prise	Salz
125	g	Butter

aus den Zutaten einen Mürbeteig herstellen. 30 Minuten kühl stellen.

Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. In die Springform geben und einen Rand andrücken. Mehrmals mit einer Gabel einstechen. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) 15 -20 Minuten abbacken.

500	g	Erdbeeren
-----	---	-----------

waschen, putzen, gut abtropfen lassen.

4		Eiweiß
180	g	Zucker

steif schlagen und unter weiterem Rühren einrieseln lassen.

		Tortenboden aus dem Ofen nehmen. Erst den Eischnee, dann die Erdbeeren darauf verteilen. Wieder in den Ofen auf die mittlere Schiene schieben, bei 200 Grad 20 Minuten backen.
--	--	--

Erdbeerkuchen vom Blech

gelingt leicht



Für den Teig:

5		Eier
250	g	Butter
250	g	Zucker
1	Prise	Salz
250	g	Mehl
1/2	Päckch.	Backpulver

Aus den Zutaten einen Rührteig herstellen.

Den Teig auf ein Backblech streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Umluft 150 Grad) etwa 30 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Für den Belag:

1	Päckch.	Sahnepuddingpulver	nach Packungsanweisung mit
40	g	Zucker	und
1/2	Liter	Milch	zubereiten. Etwas abkühlen lassen und
250	g	Magerquark	unterrühren.
1	kg	Erdbeeren	waschen, putzen und halbieren. Den Obstkuchenboden mit dem Pudding bestreichen und die Erdbeeren darauf legen. Nach Geschmack mit etwas Zucker bestreuen.

Erdbeer-Parfait

Für vier bis 6 Personen

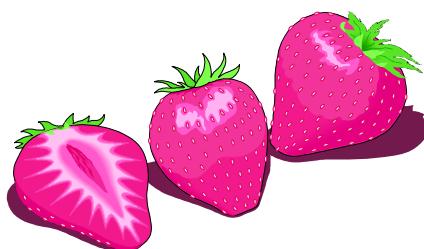
bisi

gelingt leicht



700	g	Erdbeeren	waschen, putzen, pürieren.
2		Eigelb	mit
70	g	Zucker	cremig schlagen und
2	Ei	Zitronensaft	unterrühren.
2		Eiklar	und
500	g	Sahne	getrennt steif schlagen.
			Beides unter die Eigelbcreme ziehen und vorsichtig mit dem Erdbeerpuree vermengen. In ein Kunststoff- oder Metallgefäß füllen und mindestens 6 Stunden gefrieren lassen.
			Parfait auf eine Platte stürzen.
150	g	Mandelblättchen	ohne Fett in einer Pfanne rösten und damit das Parfait bestreuen.

Tipp: Parfait während des Gefrierens gut durchrühren, um Eiskristallbildung zu verhindern.



Feine Würze

Neben Zucker sind es vor allem Zitrusfrüchte, die mit ihrer Säure den Erdbeergeschmack noch verstärken.

Erdbeer-Sauce

Für vier Personen 10|10|10|10|

pfiffig



250	g	Erdbeeren	waschen, putzen, gut abtropfen lassen.
1/8	Liter	Rotwein	
1/8	Liter	Wasser	
3	Ei	Zitronensaft	
75	g	Zucker	und
1	Ei	Speisestärke	in einem Topf verrühren. Erhitzen und unter Rühren 3 Minuten kochen lassen.
			Die Hälfte der Erdbeeren pürieren. Die restlichen Erdbeeren vierteln und zusammen mit dem Erdbeerpüree zu der Sauce geben.

Tipp: Heiß oder kalt servieren.

Kalte Erdbeersauce schmeckt gut zu Vanille-Flammeri.

Heiße Erdbeersauce schmeckt gut zu Vanille-Eiscreme.

Erdbeer-Shake

Für vier Personen 10|10|10|10|

gelingt leicht



250	g	Erdbeeren	waschen, putzen, abtropfen lassen und halbieren. Früchte in eine Schüssel geben. Mit betreuen. 30 Minuten ziehen lassen.
4	Ei	Zucker	
250	g	Erdbeereis	in große Würfel schneiden und in den Mixer geben.
1/2	Liter	Milch	
1	Päckch.	Vanillinzucker	
3	Ei	Zitronensaft	
3	Ei	Orangensaft	in den Mixer geben.
1		Zitrone (unbehandelt)	mit
2		Zuckerwürfel	abreiben und zusammen mit
4	Ei	Puderzucker (gestrichene)	zufügen. Erdbeeren mit dem Saft dazuschütten. Alles auf Stufe 2 zwei Minuten pürieren.
5		Eiswürfel	zufügen und den Mixer noch einmal 2 Minuten laufen lassen.

Erdbeer-Shake in Gläser füllen und als Erfrischungsgetränk reichen.

Tipp: Statt Erdbeeren eine andere frische Frucht nehmen.
Statt Erdbeereis Vanilleeis verwenden.

Erdbeer-Zitronen

Für vier Personen 10|10|10|10|

raffiniert



250	g	Erdbeeren	waschen, putzen, gut abtropfen lassen. 4 Erdbeeren zum Garnieren zurücklassen. Die anderen vierteln. Mit
40	g	Zucker	bestreuen, 15 Minuten ziehen lassen.
4		Zitronen	in heißem Wasser abwaschen, abtrocknen und halbieren. Fruchtfleisch herauslösen, Hälften abflachen, damit sie Stand haben. In jede Hälfte
1	Tl	Zucker	streuen.
120	g	Frischrahmkäse	geschmeidig rühren.
1/4	Liter	Sahne	steif schlagen.
4	Ei	Sahne	in einen Spritzbeutel füllen und im Kühlschrank aufbewahren
			Übrige Sahne in den Käse mischen. Erdbeeren in die Zitronenhälften füllen. Käsecreme darauf geben. Mit den restlichen halbierten Erdbeeren garnieren. Obendrauf einen Tuff Sahne spritzen.
		Zitronenmelisse	Mit garnieren.

Als Dessert reichen.

Tipp: Das ausgelöste Zitronenfruchtfleisch durch ein Sieb drücken. Zitronensaft im geschlossenen Gefäß im Kühlschrank aufbewahren.

Geflügelsalat mit Erdbeeren

Für vier Personen 10|10|10|10|

pfiffig



1/2	Liter	Wasser	mit
2	Tl	Klare Brühe	und
1/2	Tl	Salz	zum Kochen bringen.
400	g	Hähnchenbrust	zugeben und ca. 40 Minuten kochen lassen, herausnehmen, abkühlen lassen und in Streifen schneiden.
1/2		Salatgurke	waschen, schälen, halbieren, Kerne mit einem Löffel entfernen.
1		rote Paprikaschote	waschen, putzen, halbieren, Kerne entfernen und in Streifen schneiden.
1		Apfel	waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden.
200	g	Erdbeeren	waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Alle Salatzutaten in die Marinade geben und ca. 20 Minuten ziehen lassen.
Marinade:			
4	Ei	Zitronensaft	
3	Ei	Geflügelbrühe	
1	Tl	Salz	
1/2	Tl	Zucker	
4	Ei	Öl	
1	Tl	grüner Pfeffer	Zutaten miteinander verrühren.

Dazu Baguette reichen.

Erdbeer-Quark-Torte

braucht etwas
Zeit



Für den Teig:

Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

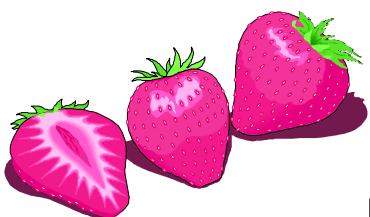
80 g	Butter	schmelzen.
5	Eier	und
125 g	Zucker	schaumig schlagen.
140 g	Mehl	vorsichtig unterheben und die ausgekühlte Butter unter Rühren zugeben. Die Masse in eine mit Pergamentpapier ausgelegte Springform (\varnothing 26 cm) füllen und im heißen Backofen 20-30 Minuten backen.

Für die Quarkmasse:

800 g	Erdbeeren	waschen, putzen und evtl., je nach Größe, klein schneiden.
2	Ei	Den Tortenboden auskühlen lassen und dann einmal waagerecht durchschneiden. Einen Formrand (oder Springformrand) um einen der Böden legen. Mit der Hälfte der Früchte belegen und mit bestäuben.
500 g	Magerquark	mit
100 g	Zucker	und
1 Päckch.	Vanillinzucker	verrühren.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

6	Blatt	Gelatine	ca. 5 Minuten im kaltem Wasser einweichen. Ausdrücken und in einem Topf bei milder Hitze unter Rühren auflösen. Einige Löffel der Quarkmasse zugeben und verrühren. Dann den restlichen Quark unterrühren.
300	g	Schlagsahne	steif schlagen und unterheben. 2/3 der Creme auf den Erdbeeren verteilen. Den anderen Boden draufsetzen und den restlichen Quark darauf verstreichen. Die Torte ca. 6 Stunden in den Kühlschrank stellen. Den Formrand entfernen und die Torte mit den restlichen Erdbeeren garnieren.



Übrigens:

In vorchristlicher Zeit schrieb man den Göttinnen der Liebe und Fruchtbarkeit eine enge Beziehung zu den Erdbeeren zu; sie galten als Symbol für sündige Verlockungen.

Also genießen Sie die Torte in vollen Zügen!

Salat mit Erdbeeren und Lammfilet

Für vier Personen 10|10|10|10|

raffiniert



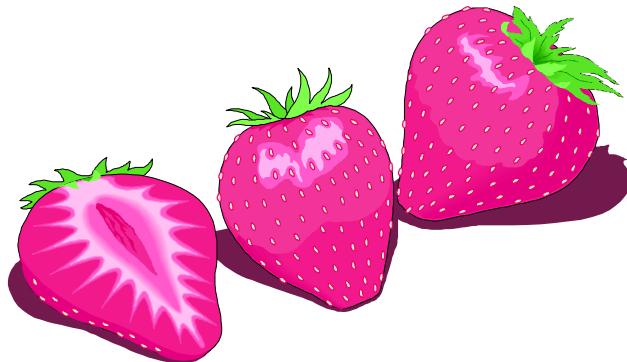
300	g	Lammfilet	evtl. häuten, in
30	g	Butterschmalz	erhitzen und von jeder Seite ca. 10 Minuten rosa braten.
			Mit
		Salz und Pfeffer (aus der Mühle)	würzen, abkühlen lassen und in dünne Streifen schneiden.
400	g	grüner Spargel	waschen, unteres Drittel schälen, schräg in 2 cm dünne Stücke schneiden.
1/2	Liter	Salzwasser	In zum Kochen bringen, 1 Minute blanchieren und gut abtropfen las- sen.
250	g	Erdbeeren	waschen, putzen und in Scheiben schneiden.
100	g	Ruccola oder junger Blattspinat	putzen, kurz waschen. Auf Tellern verteilen, Spargel, Erdbeeren und Filetstreifen dekorativ darauf an- richten. Mit der Kräutermarinade begießen.
2	Ei	Pinienkerne	ohne Fettzugabe in einer Pfanne rösten und über den Salat streu- en. Sofort servieren.

Salatmarinade siehe nächste Seite.

Kräutermarinade:

3	Ei	Himbeeressig	
1/2	Tl	Salz	
1	Prise	Pfeffer (aus der Mühle)	
1/2	Bund	Schnittlauch	in Röllchen schneiden und
1/2	Bund	Petersilie	fein hacken. Alle Zutaten mit
5	Ei	Olivenöl	zu einer Marinade verrühren.

Tipp: Salat als Vorspeise oder kleines Gericht reichen.
Dazu passt Baguette.



... eine Beere mit Geschichte

Wer kennt sie nicht: die kleinen, aromatischen Walderdbeeren!

Aber die Urahnen unserer großen, schönen Erdbeeren stammen nicht aus heimischen Wäldern, sondern kommen aus Übersee. Französische Seefahrer brachten im Mittelalter von ihren Reisen Erdbeerableger aus Nord- und Südamerika mit. Aus Kreuzungen entstanden erst im Laufe der Zeit unsere heutigen Sorten.

Erdbeer-Joghurt-Creme

Für vier Personen 10|10|10|10|

lässt sich
vorbereiten



300 g	Erdbeeren	waschen, putzen, einige Früchte zum Garnieren abnehmen, restliche Erdbeeren pürieren.
2	Becher Joghurt (300g)	mit
50 g	Zucker	schaumig rühren.
1/2	Zitrone	entsaften, Erdbeeren mit Joghurt und Zitronensaft vermischen.
6	Blatt Gelatine	einweichen, anschließend bei mäßiger Hitze auflösen, etwas abkühlen lassen und unter Rühren zur Fruchtmasse geben.
1/8 Liter	süße Sahne	steif schlagen und unter die etwas festgewordene Erdbeermasse ziehen.

Tipp: Erdbeercreme in Gläser füllen und mit etwas geschlagener Sahne und Erdbeeren garnieren.

Wir wünschen einen guten Appetit!