Rezepte mit Aroniabeeren

Es lohnt, Aronien gut ausgereift zu ernten, wenn die Stiele sich rot verfärbt haben und das Fruchtfleisch dunkelrot geworden ist. Dann schmecken sie feinherbfruchtig und färben brilliant dunkelviolett. Überall, wo Preiselbeeren oder Granberries in Rezepten vorkommen, passen auch Aroniabeeren.

Getrocknete Beeren können anstelle von Weinbeeren verwendet werden, z.B. in Apfelstrudel oder Aufläufen. Sie schmecken noch besser, wenn sie über Nacht in Apfelsaft oder Alkohol eingeweicht werden. Dann saugen sie sich lecker voll...

Brotaufstriche

Gelee aus Saft***

Saft gewinnen: 1kg Aronien ohne Stiele mit ca. ¼ Liter Wasser weichkochen. Nudelsieb mit einem groben Tuch auslegen, Masse hineingeben und abtropfen lassen* oder dampfentsaften oder fertigen Saft kaufen. Gelierhilfe und Zucker z.B. Gelierzucker 2:1 nach Anleitung. Tipp: Eingefrorene Beeren liefern eine höhere Ausbeute.

Marmelade aus Fruchtmark***

Aronien ohne Stiele weichkochen und durch die flotte Lotte passieren oder roh durch den Passiervorsatz der Küchenmaschine geben. Gelierhilfe und Zucker nach Anleitung. Tipp: Aronien enthalten kleine Kerne, die Blausäuere in gesundheitlich unbedenklicher Menge enthalten. Mixen zerstört die Kerne und setzt bittere Geschmacksstoffe frei. Tipp: Passierrückstände trocknen und als Tee verwenden.

Bewährte Mischungen:

- Aronia feinherb pur: nach Geschmack mit Zitronensaft oder etwas Zimtstange oder eine Nelke mitkochen oder ein Zweiglein Zitronenthymian zugeben oder etwas Ingwer
- Aronia-Apfel: Apfelsaft oder Apfelstückchen** mit Aroniasaft oder Aroniamark, ab 15 % deutlicher Aroniageschmack, weitere Zugaben s.o. oder 1 Beutel Glühweingewürz
- Aronia-Quitte; s. Aronia-Apfel
- Aronia-Birne: s. Aronia -Apfel
- Aronia-Zwetschge: Mindestens 50% Zwetschge, damit Geschmack zur Geltung kommt.
- Aronia-Pfirsich: 20-30% Aronia, Zitronensaft, Pfirsiche passiert oder kleine Stückchen*
- Aronia- Melone: Je 1/34 Aronia, Apfelsaft und zerkleinerte Melone*, Zitronensaft
- Aronia-Banane: Je 1/3 Aronia, Apfelsaft und zerkleinerte Banane (zerdrücken oder durch Fleischwolf geben, nicht mixen, da sonst zu viel Luft in der Masse die Haltbarkeit stark einschränkt)
- Aronia-Ananas: Je 1/3 Aronia, Apfelsaft, zerkleinerte Ananas**

*Aronien enthalten relativ viel Pektin, das sich bei dieser Methode (wie früher, als die Oma grüne Äpfel zu Gelee verarbeitete) gut löst. Allerdings muss dann die Masse mit Zucker im gleichen Verhältnis so lange sprudelnd gekocht werden, bis die die Gelierprobe erfolgreich ist: Einen Tropfen der Fruchtmasse auf einen Teller geben. Wenn sich beim Abkühlen schnell ein Häutchen bildet und der Tropfen fest wird, ohne dass sich außen Flüssigkeit absetzt, ist die richtige Beschaffenheit erreicht. **Sollen sich Stückchen gut verteilen, die Gläser einige Male wenden, wenn die Masse zu Gelieren beginnt. Vorsicht: Zu viel Schütteln kann das Gelieren verhindern.

***Haltbarkeit: Twistoff-Gläser immer randvoll füllen und zum Abkühlen auf den Deckel stellen.

Kompott

Schmeckt pur oder mit Vanillejoghurt oder Sahne oder gemischt mit Joghurt oder Quark oder als Soße zu Eis oder als leckere Kuchen- und Tortenfüllung.

Methode heiß einfüllen: Beeren im Sud 7 Minuten sprudelnd kochen, sofort in Twistoff-Gläser füllen, auf den Deckel stellen und abkühlen lassen.

Methode Einkochtopf: Sud vorher aufkochen. Gläser bei 80° 35 Minuten einkochen.

Kompott-Rezepte

- Klassisch: 1 kg Aronien, 300 g Zucker, 500 ml Wasser, je 1 Zimtstande und Nelke
- Preiselbeerart: 1 kg Aronien, 400g Zucker, 250 ml Rotwein, 1/4 Zimtstange, 1 Nelke
- Fruchtig: 1 kg Aronien, 250g Zucker, 300 ml Apfelsaft, 1/4 Zimtstange, 1 Nelke
- Rotweinzwetschgenart: 3 kg Aronien, 1000g Zucker, 2 Liter Wasser, je ¼ Liter Essig und Rotwein, 2 Zimtstangen, 2 Nelken

Getränke

- Milchshake: 200g Aronien, 500 ml Milch oder Joghurt oder Dickmilch, mit Zucker und Zitronensaft nach Geschmack mixen; 100 ml geschlagene Sahne unterheben.
- Aronia-Sirup: 300 g Zucker pro Liter (Dampfentsafter-)Saft, 1:4 mit Wasser verdünnen.
- Aronia-Apfelsaft: 80% Apfelsaft, 20% Aroniasaft (genauso Quitte oder Traubensaft)
- Aronia-Fruchtpunsch: ½ Liter Roibos- oder Schwarzetee mit 2 Nelken, 1 Zimtstange, 1 Kardamonkapsel und der Schale eine Zitrone aufbrühen und ziehen lassen. Tee mit ¾ L Apfelsaft, ¼ L Aroniasaft und 200 ml Orangensaft auf Trinktemperatur bringen, Zucker nach Geschmack

Gebäck

Apfel-Aronia-Blechkuchen mit Streusel

Hefeteig oder Mürbteig oder Quarkölteig und Streusel wie gewohnt zubereiten. Für den Belag ca 1,5 kg Äpfel schälen, in Scheiben schneiden, mit 400 -500g Aronien mischen, evtl. etwas zuckern, wenn die Äpfel sehr sauer sind.

Tipp: Sehr fein mit Mandel-Zimt Streuseln (50 g Mehl mit geriebenen Mandeln ersetzen) Tipp: Aronien können frisch oder tiefgekühlt verwendet werden. Oder einfach getrocknete Aronien über Nacht einweichen, 100 g getrocknete Aronien ergeben ca 200 g.

• Crumble mit Aronien

Wenn es mal schnell gehen soll, einfach den Boden (s.o. Blechkuchen) wie die Engländer weglassen und einen Crumble in einer Auflauf- oder Tarteform ca. 30 Min bei Mittelhitze goldbraun backen.

Reicht mit Streuseln von 200 g Mehl und 700g Äpfeln/Birnen und 300 g Aronien als Nachtisch für 6 Personen.

Weitere Aronia-Rezepte sind in großer Fülle im Internet zu finden. Ein ganzes Rezeptheft zum Downloaden finden Sie unter www-heide-aronia.de.

Anregungen, Fragen, Verbesserungsvorschläge:

Rufen Sie einfach bei uns an!

Hedwig und Peter Jacobey: Tel. 09633/4852

