

Eine Nuss als „Königin der Beeren“

23.05.2022 08:51 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Eine Nuss als „Königin der Beeren“



Ob mit Sahne, als Eis, auf einem leckeren, selbst gebackenen Boden mit Sahne, mit Schokolade überzogen, im Salat, als Bowle oder nicht zu vergessen als fruchtige Marmelade, kaum eine Frucht bietet so viele Möglichkeiten bei der Zubereitung wie die Erdbeere.

Die schmackhaften Schlankmacher sind botanisch gesehen jedoch gar keine Beeren, sondern Sammelnüsse. Die eigentlichen Früchte sind die kleinen Nüsse auf den roten Scheinfrüchten. Zur Gattung *Fragaria* gehören über 20 Arten und mehr als 1000 Sorten. Bei dieser großen Menge seine Liebessorte zu finden, ist nicht so einfach, zumal die Zeit davonläuft, denn die Saison für die heimischen Früchte ist kurz.

Die kleinen Walderdbeeren waren bereits in der Steinzeit bekannt und wurden weiter gezüchtet und gekreuzt. Die Früchte, so wie wir sie kennen, kamen im 17. Jahrhundert aus Kanada, später dann auch aus Südamerika nach Holland. Dort entstand aus einer Kreuzung der beiden Sorten die Ananas-Erdbeere, wie die beliebte Frucht genannt wird.

Tipps zum Umgang mit Erdbeeren

Kaufen Sie nur rote Erdbeeren, denn sie reifen im Gegensatz zu Bananen nicht nach. Da sie äußerst empfindlich sind und schnell ihr Aroma verlieren, müssen sie vorsichtig behandelt werden:

- Entfernen Sie den grünen Strunk daher erst nach dem Waschen.
- Waschen Sie die Früchte im stehenden Wasser ab, denn durch den harten Strahl entstehen Druckstellen.
- Stellen Sie die Erdbeeren ungewaschen mit grünem Stängel in den Kühlschrank, wenn Sie sie nicht gleich essen wollen.

Text: Martina Jansen

kostenloses Foto: pexels

