



Wilde BLAUBEEREN AUS KANADA



DIE WELT DER GEWÜRZE

Gewürzküche mit wilden Blaubeeren

Was wäre eine Panna Cotta ohne Vanille oder eine Bechamelsoße ohne Muskat? Erst das richtige Gewürz verleiht den Gerichten ihren Charakter. Deswegen haben wir wilde Blaubeeren fein abgeschmeckt und laden Sie auf eine Reise in die Welt der Gewürze ein...

FEIN ABGESCHMECKT:

Wilde Blaubeeren aus Kanada

So wie Gewürze das ganze Jahr über unsere Gerichte verfeinern, bringen wilde Blaubeeren fruchtige Abwechslung auf unsere Teller. Die in Kanada heimischen Wildpflanzen lassen sich nicht anbauen. Sie wachsen nur dort, wo sie sich von selbst ansiedeln. Dabei entsteht eine natürliche Sortenvielfalt, die für einen vielschichtigen Geschmack sorgt. Erleben Sie mit unserer Gewürzküche die Mischung der wilden Beeren mit intensivem Ingwer, scharfem Meerrettich, herbem Cumin und echter Vanille.

In Kanada werden wilde Blaubeeren direkt nach der Ernte einzeln tiefgefroren. Durch das schonende Verfahren bleiben Geschmack, Form und Nährwert optimal erhalten. Dies hat zusätzlich den Vorteil, dass wir sie in Deutschland jederzeit genießen können – selbst außerhalb unserer regionalen Beerensaison. In der Zubereitung sind die Beeren unglaublich vielseitig und verwandeln Salate, Süßspeisen oder auch Hauptgerichte rund ums Jahr in Lieblingsgerichte.



Mehr als nur köstlich...

Zimt, Kümmel und Co. regen nicht nur unseren Appetit an. Ihnen wird auch seit jeher ein gesundheitlicher Nutzen zugeschrieben. So schwören viele Menschen auf Anis bei Bauchschmerzen, auf Nelken bei niedrigem Blutdruck und auf Muskat bei Einschlafproblemen. Diese Wirkungen lassen sich auf die ätherischen Öle der verschiedenen Gewürze zurückführen.

Auch wilde Blaubeeren brauchen sich nicht zu verstecken: Sie enthalten kein Fett, sind cholesterinfrei und liefern Kohlenhydrate und Ballaststoffe. Außerdem versorgen sie den Körper mit wertvollen Antioxidantien.

Ing|wer, der; -s, - [sankr.] (in Tropen und Subtropen kultivierte, schilfartige Pflanze, deren Wurzelstock ätherische Öle enthält und ein scharf schmeckendes Gewürz liefert); essbar, aromatisch.¹



INGWER

Die scharfe Knolle

Nicht nur in der traditionellen asiatischen Küche ist Ingwer allgegenwärtig. Ob frisch gerieben oder gemahlen als Pulver: Die Knolle ist ein richtiges Allroundtalent und überzeugt mit ihrem einzigartigen Geschmack. Früchte, wie wilde Blaubeeren, eignen sich perfekt, um ihre Schärfe zu mildern.

Fischfilet mit scharfer Note: Der würzige Ingwerschaum passt mit seiner fruchtigen Blaubeernote sehr gut zu gebratenem Kabeljaufilet.



KABELJAUFILLET MIT BLAUBEER-INGWER-SCHAUM

Meer|ret|tich, (Heil- u. Gewürzpflanze); zu den Kreuzblütlern gehörende Pflanze mit einer fleischigen Pfahlwurzel – deren Geschmack scharf und würzig ist.¹



MEERRETTICH

Die Wurzel für Deftiges

Meerrettich ist ein typisch deutsches Gewürz, das traditionell zu gekochtem Fleisch, gebratenem Fisch oder auch zu Roter Bete serviert wird. Fertig zubereitet ist er im Glas oder in der Tube erhältlich. Die Schärfe des Meerrettichs ist, anders als Chilischärfe, sehr flüchtig, deswegen passen auch fruchtige wilde Blaubeeren so gut zu der Wurzel.

Tafelspitz mit Blaubeermeerrettichsoße: Wilde Blaubeeren sorgen für ein farblches Highlight und bringen Frische in den Klassiker.



TAFELSPITZ MIT BLAUBEER-MEERRETTICH-SOSSE

Cu|min, (auch Kreuzkümmel oder Kumin); das Gewürz wird aus getrockneten und gemahlenen Früchten eines asiatischen Doldenblütengewächses hergestellt. Mit unserem Kümmel verwandt, schmeckt aber ganz anders.¹



CUMIN

Aus dem Orient um die Welt

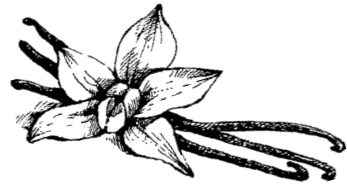
Cumin oder auch Kreuzkümmel wird häufig in der nordafrikanischen und arabischen Küche verwendet. Das frische, leicht scharfe Aroma verfeinert Falafel, Hummus oder Couscous und sorgt für die typisch orientalische Note. In Curry- oder Chiligerichten wird es gerne mit süßen Früchten wie Ananas oder Mango kombiniert – warum nicht mal mit wilden Blaubeeren?

Wie das duftet ... Wilde Blaubeeren und Zartbitterschokolade sind der besondere Clou in diesem kräftig gewürzten Hähnchenchili.



HÄHNCHEN-BLAUBEER-CHILI

Va|nil|le (in den Tropen heimische, zu den Orchideen gehörende, wie eine Li-ane rankende Pflanze mit in Trauben stehenden, oft gelblich weißen, duftenden Blüten und langen, schotenähnlichen Früchten); aus den Früchten gewonnenes, aromatisch duftendes Gewürz.¹



VANILLE

Die Königin der Gewürze

Echte Vanille ist eines der beliebtesten Gewürze der Welt. In der Küche verwendet man die Vanilleschote als Ganzes oder lediglich das Mark. Die leere Schote nicht wegwerfen, sondern mit Zucker in eine geschlossene Dose geben. Nach einigen Tagen erhalten Sie duftenden Vanillezucker.

Fruchtiges Dessert: Das feine Aroma echter Vanille darf im Blaubeer-Sabayon zum Zitrusfrucht-Salat nicht fehlen.



ZITRUSFRUCHT-SALAT MIT BLAUBEER-SABAYON

Alle Rezepte für wilde Blaubeeren aus Kanada finden Sie mit Nährwertangaben und Fotos in druckfähiger Auflösung auf beiliegenden UBS-Stick

WWW.WILDEBLAUBEEREN.DE

Canada



KONTAKT:

Wild Blueberry Association of North America
c/o mk² marketing & kommunikation gmbh

Oxfordstraße 24

53111 Bonn

fon: +49 (0) 228 – 94 37 87 – 0

fax: +49 (0) 228 – 94 37 87 7

email: info@wildeblaubeeren.de

www.wildeblaubeeren.de

