



Rohe Vogelbeeren haben einen herben Geschmack...

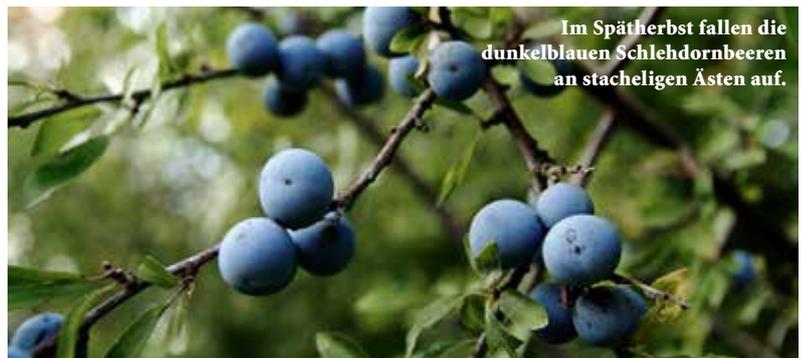
Wildbeeren

HERBSTSEGEN

Jeden Herbst hängen unzählige bunte, süsse Beeren an Büschen und Bäumen. Wildbeeren sind Vitaminbomben, entfalten jedoch oft erst im gekochten Zustand ihren wahren Geschmack und eignen sich vor allem zum Einkochen.

SCHLEHDORN (PRUNUS SPINOSA)

Im Spätherbst fällt der Schlehdorn mit seinen dunkelblauen Beeren an stacheligen Ästen auf. Gesammelt werden die Beeren nach dem ersten Frost. Die Schlehe ist die Urzwetschge, in der Regel nicht so süss, jedoch vielseitig verwendbar, etwa als Marmelade kombiniert mit Zwetschgen, als Likör oder als ganze Beeren, süss, salzig oder sauer eingelegt (siehe rechts oben «Sauer eingelegte Kornellen»).



Im Spätherbst fallen die dunkelblauen Schlehdornbeeren an stacheligen Ästen auf.

✿ Wildfrüchteessig

Um fruchtigen Essig zu erhalten, legt man 200 bis 220 g sehr reife Schlehdornbeeren für drei Monate in 1 l

Weissweinessig ein. Danach abfiltern und in saubere Flaschen abfüllen. Es eignen sich dafür auch reife Kornellen, Hagebutten oder Holunderbeeren.



Aus den Hagebutten der Kartoffel-Rose entsteht eine salzig-pikante Buttenpaste.

KARTOFFEL-ROSE (ROSA RUGOSA)

Die Herstellung delikater Marmelade aus Hagebutten ist mit viel Arbeit verbunden. Einfacher ist es, die Früchte der Kartoffel-Rose in Wildfrüchteessig (siehe unten) einzulegen. Sehr gut eignen sich die dicken Butten auch für salzige Zubereitungen.

✿ Buttenpaste

400 g Hagebutten zu Mus verarbeiten, indem Kerne und Blütenansatz

entfernt werden und das Fruchtfleisch mit wenig Wasser zu einem Mus gekocht wird (ergibt ca. 200 g). 500 g Pastinaken dämpfen und zu einem Mus pürieren (ergibt ca. 300 g). Hagebuttenmus und Pastinakenmus mit 4 EL Sonnenblumenöl und 1 EL Salz in einer Pfanne heiss verrühren. Auf Wunsch etwas Chili beifügen. In saubere Gläser einfüllen, kühl und dunkel lagern. Die Buttenpaste passt gut zu Teigwaren oder als Brotaufstrich.

TIERLIBAUM (CORNUS MAS)

Kornellkirschen im reifen, dunklen Zustand eignen sich wunderbar für Marmeladen oder Gelees, gerne kombiniert mit Äpfeln, Hagebutten, Pflaumen und allen anderen Früchten, die gleichzeitig reifen. Wer einmal eine andere Art Antipasti ausprobieren will, legt die Früchte in Essigsud ein.

Kornellen in Essig – lecker!



Schlehen und Kornellen, in Essigsud eingelegt, kann man als Antipasti geniessen.

✿ **Sauer eingelegte Kornellen**

Hellrote, nicht vollreife Früchte ernten, denn diese eignen sich besser. Nach der Ernte kalt abspülen und in Gläser einfüllen. 5 cl Essig, 3 cl Wasser, 1 TL Zucker und 1 Prise Salz zusammen zu einem Sud aufkochen, diesen über die Früchte giessen, das Glas gut verschliessen. Nach Wunsch 10 Minuten sterilisieren. Passt zu kaltem Buffet oder auch im Salat – Vorsicht: Kerne!

VOGELBEERE (SORBUS AUCUPARIA)

Den herben Vogelbeeren aus der Familie der Rosengewächse haftet ein übler Ruf an. Sie sind bestimmt nicht jedermanns Sache, eignen sich jedoch gerade wegen ihres speziellen Geschmacks als Gourmetprodukt. Das Mus passt zum Beispiel hervor-

ragend zu geräucherter Forelle. Kombinationen mit anderen Rosenblütlern wie Apfel, Birne oder Quitte geben dem Ganzen noch mehr Pfiff. Vogelbeeren werden am besten nach dem ersten Frost geerntet. Wenn die Beeren noch keinen Frost hatten, legt man sie zum Entbittern 24 Stunden in kaltes Wasser ein.

✿ **Vogelbeermus**

50g Vogelbeeren, 300g säuerliche Äpfel und 200g Kürbis (zum Beispiel Hokaido) knapp mit Wasser bedecken, weich kochen und durch ein Sieb streichen. Das gemischte Mus in der Pfanne weiterverarbeiten mit 125 ml Wasser, 150g Rohrzucker, geraffeltem Ingwer und Kurkumapulver. Unter Rühren leicht köcheln lassen, bis die Masse pastös ist. In saubere, gut verschliessbare Gläser füllen. Am besten kühl und dunkel lagern.

Madeleine Karin Balmer (Text)

Madelaine Karin Balmer, Manfred Werner, Michel Brunner (Bilder)

... aber als Mus schmecken sie hervorragend!



Madelaine Balmer bietet Kurse, Wildkräuterprodukte und Catering im Bereich «Wildkräuter» an.

Marktstände: 4314 Zeiningen, Im Gässli; Sa., 27. September, Stand mit Wildpflanzenprodukte; Sa., 4. Oktober, «Wilder Beerentag», Arzneipflanzengarten

Infos: Telefon 089 731 66 56 und www.herbsforyou.ch