



Rolker
ÖKOFRUCHT



**Runde, bunte Welt
unserer Sommerfrüchte**

www.biogenuss-norddeutschland.de



Süßkirsche

Altländer Kirschen – natürlich madenfrei

Achten Sie beim Einkauf auf Altländer Kirschen, denn nur diese sind garantiert madenfrei. Wir können das mit Sicherheit behaupten, weil die Kirschfruchtfliege als Verursacherin des Befalls im Seeklima unseres Anbaugebietes keine Überlebenschance hat.

Sorten: Unsere Hauptsorten in der zeitlichen Reifefolge sind Naprumi, Merchant, Valeska, Oktavia, Kordia, Karina und Regina. Je nach Sorte haben die Früchte einen Durchmesser von 22 bis 28 Millimeter. Sortenbedingt sind auch Festigkeit und Farbe der Kirschen unterschiedlich.

Darum kann ihr Fruchtfleisch von weich bis knackig fest sein. Zur Reifezeit ist die Frucht rot, manche Sorten haben eine hellrot streifige Färbung, andere wirken nahezu schwarz.





Süßkirsche

Ernte: Wir ernten unsere Kirschen – je nach Sorte – in der Zeit zwischen Ende Juni und Mitte August.

Lagerung: Lange Lagerzeiten, die wir vom Apfel gewohnt sind, gibt es bei Kirschen nicht. In Temperaturen bis 0 Grad halten sie sich am längsten.

Darum lässt sich grundsätzlich raten: Wer Kirschen mag, sollte sie genießen, solange es sie gibt.

Verwendung: Genießen Sie einfach von der Hand in den Mund. Zur Verarbeitung in Marmelade ist die Sauerkirsche besser geeignet.





Sauerkirsche

Sorten: Unsere gängigste Sorte ist die Schattenmorelle. Sie hat einen wesentlich schwächeren Wuchs als die Süßkirsche und gedeiht auch auf weniger gutem Boden.

Früchte: Je nach Sorte haben die Früchte einen Durchmesser von mindestens 14 Millimetern bis zu 22 Millimetern.

Ernte: Wir ernten unsere Kirschen – je nach Sorte – in der Zeit zwischen Mitte Juli und Ende August – die Schattenmorelle zwischen Ende Juli und Mitte August.

Lagerung: Frisch bei Temperaturen bis 0 Grad halten sie sich am längsten. Oder klassisch als Eingemachtes.

Verwendung: Pur oder gemischt in Marmelade, Rumtopf, Kirschsuppe, Kirschkuchen, als Kompott, Rote Grütze und als heiße Soße zum Eis. Entsteint und gefroren bietet sie sich für die Torte im Winter an.





Rote Johannisbeere

Früchte: Die Beeren hängen in Trauben am Stiel. In der Regel werden sie in 500-Gramm-Schalen verpackt.

Gesundheit: Die Rote Johannisbeere ist reich an Vitaminen, sie wirkt appetitanregend und kann das Immunsystem stärken.

Ernte: Ende Juni bis Ende August. Diese lange Erntezeit kommt zustande, weil unsere angebauten Sorten verschiedene Reifezeiten haben.

Lagerung: Im Kühlschrank ein paar Tage.

Verwendung: Fruchtige Bereicherung für's Müsli, gut zum Entsaften, als Marmelade und Gelee, in Roter Grütze oder als fruchtige Zutat bei Rotkohl und Soßen genossen.

Mit süßen Früchten gemischt, intensivieren sie durch ihren natürlichen Säuregehalt das fruchtige Aroma jeder Marmelade und fördern die Gelierfähigkeit.

Sie eignen sich hervorragend zum Einfrieren.





Schwarze Johannisbeere

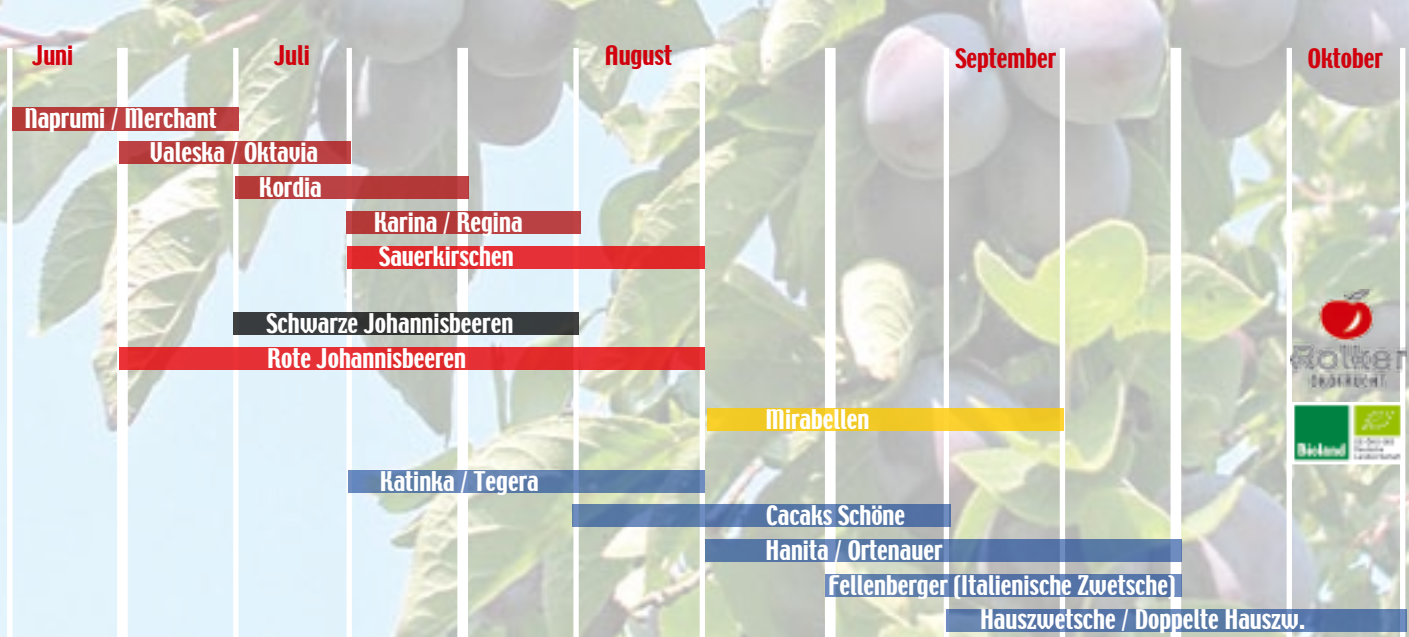
Früchte: Die Beeren hängen in kleinen Trauben am Stiel. In der Regel werden sie in 250-Gramm-Schalen verpackt.

Gesundheit: Die Schwarze Johannisbeere ist reich an Eisen, Kalium und Calcium. Außerdem enthält sie so viel Vitamin C, dass 50 Gramm dieser Früchte bereits den gesamten Vitamin-Tagesbedarf decken.

Ernte: Mitte Juli bis Mitte August.

Verwendung: Wegen ihres charakteristischen Aromas dient die Schwarze Johannisbeere nicht in erster Linie als Naschfrucht. Viel häufiger wird sie pur oder mit anderen Früchten gemischt zu Marmelade verarbeitet oder entsaftet. Leicht mit etwas Zucker geschmort, passt sie hervorragend als Sauce zu Grießpudding oder Vanille-Eis.





Sommerfrüchte Sortenkalender

Sorten: Unsere Hauptsorte ist die „Mirabelle aus Nancy“. Ihren Namen bekam diese Frucht durch die französische Stadt Nancy. Dort und in der Umgebung wird sie seit dem 15. Jahrhundert bis heute zahlreich angebaut. Sie ist scharkaresistent und gilt als die wertvollste aller Mirabellen, da sie die sichersten Erträge bringt.

Früchte: Die reife goldgelbe Frucht zeigt auf ihrer Sonnenseite eine rötliche bis violette Färbung. Außerdem trägt sie zahlreiche rote Punkte. Ihr Durchmesser beträgt 24 bis 28 Millimeter.

Ernte: Wir ernten unsere Mirabellen in der Zeit zwischen Ende August und Anfang September.

Verwendung: Die „Mirabelle aus Nancy“ ist nicht nur eine leckere Naschfrucht. Sie lässt sich auch vorzüglich zu Kompott und Marmelade verarbeiten.

Mirabelle



Katinka, Tegera

Katinka ist die erste Backzwetsche, beide Sorten lassen sich gut vom Stein lösen, ihr Fruchtfleisch ist aromatisch süß, bei Vollreife weich.

Ernte: Die Ernte beginnt frühestens Ende Juli, die letzten Früchte werden Mitte August geerntet.

Lagerung: Lagern Sie die Zwetsche im Kühlschrank, weil sie draußen zu schnell verdirbt.

Qualität: Wer gern zu festen bis harten Zwetschen greift, um länger etwas von dieser Frucht zu haben, muss damit rechnen, nie in ein hocharomatisches Fruchtfleisch beißen zu können. Denn eine im harten Zustand gepflückte Zwetsche ist nicht reif und gewinnt nicht – wie etwa die Banane – mit der Zeit an Aroma.

Die reife Frucht ist leicht zu erkennen: Je dunkler und weicher sie ist, desto aromatischer ist sie auch.

Katinka/ Tegera



Cacaks Schöne, Hanita, Fellenberger (italienische Zwetsche)

Diese Sorten der mittleren Erntezeit haben alle ein süß-säuerliches Fruchtfleisch, sind bei Vollreife weich und haben ein ausgeprägtes Aroma. Sie lassen sich gut vom Stein lösen.

Ernte: Die Ernte beginnt für Cacaks Schöne Mitte August, die anderen Sorten folgen in normalen Erntejahren im Abstand von jeweils etwa sieben bis zehn Tagen. Der Angebotszeitraum reicht bis Ende September.

Gesundheit: Weil die Zwetsche eine unterstützende Wirkung auf den gesamten Verdauungstrakt des Menschen hat, setzt die Medizin sie seit jeher ein. Doch dieser Frucht wird noch mehr nachgesagt. Unter anderem belebt sie das Immunsystem, sie wirkt Depressionen entgegen, steigert das Konzentrationsvermögen, stärkt das Herz und beugt der Arterienverkalkung vor.



Cacaks Schöne / Hanita /

Fellenberger



Hauszwetsche, Doppelte Hauszwetsche, Topper, Elena

Die Hauszwetsche hat eine kleine bis mittlere Fruchtgröße und bei Vollreife eine so genannte krause Nase (damit ist die Haut am Stielansatz gemeint). Die anderen Sorten haben einen Durchmesser von 30 bis 40 Millimeter. Durch die längere Reifezeit am Baum steigt der Zuckergehalt in den Früchten. Ihr Geschmack ist süß-säuerlich und aromatisch.

Ernte: Beginn Mitte September, verfügbar bis Ende Oktober.

Verwendung: Wenn's nicht nur der schnelle Genuss von der Hand in den Mund sein soll, kann die Zwetsche auch nach Monaten noch Freude bringen: auf dem Zwetschenkuchen, als Kompott, als Mus oder gesundes Dörrobst. Und wer sie entsteint und einfriert, sorgt bereits im Sommer für einen leckeren Zwetschenkuchen zur Winterzeit.

Hauszwetschen/ Topper/

Elena



Ihr Herz schlägt für große Früchte?

Weil Sie das Gefühl haben, die kleineren Zwetschen seien noch nicht so richtig erwachsen?

Ihre Größe hat jedoch nichts mit Qualität oder Reifegrad zu tun. Große Zwetschen sind groß, weil Menschen sie groß gezüchtet haben.

Großfrüchtige Sorten: Jojo, President, Haganta, Tophit.

Sie haben einen Durchmesser von 40 bis 50 Millimeter und ein Fruchtgewicht von 50 bis 70 Gramm. Einzelne Früchte können bis zu 100 Gramm auf die Waage bringen.

Großfrüchtige Sorten haben ein mittelfestes Fruchtfleisch und schmecken süßlich bis leicht säuerlich.

Ernte: Alle großfrüchtigen Sorten werden spät im Jahr geerntet. Jojo verlässt ab Anfang September als erste Sorte den Baum, die anderen folgen ab Mitte September.

Verwendung: für den Frischmarkt.

Große Zwetsch(g)en



Auf dieses Zeichen ist Verlass.

Nahrungsmittel, die das EU-Bio-Logo tragen, sind im ökologischen Landbau produziert worden.

Laut EU-Verordnung ist das EU-Bio-Logo seit Juli 2010 verpflichtend. Es kennzeichnet vorverpackte Biolebensmittel, die in der Europäischen Union angebaut worden sind.



EU-Bio



Rolker
ÖKOFRUCHT



Fotos: © 2010 Petra Rolker, Jork | Andrea Rachow, Hamburg |
fotopre - Fotolia.com | Ernst Fretz - Fotolia.com | ExQuisine - Fotolia.com
Konzept & Design: © 2010 www.a1tlaender-kernhaus.de

Rolker Ökofrucht GmbH · Osterladepok 5 · 21635 Jork
www.biogenuss-norddeutschland.de