Kulinarische Reise

durch Thüringer Gärtnereien

Joachim Lissner
Herbert Frauenberger
Sabrina Nürnberger

RBV Burkhardt

Him- & Heidelbeeren

Himbeeren und auch Heidelbeeren gehören zu den aromatischsten Früchten unserer Breiten. Von Juni bis Oktober bereichern sie als Lieferanten von wertvollen Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen unseren kulinarischen Alltag. Sie werden sehr gern einfach genascht, finden aber auch bei der Zubereitung von süßen und sogar herzhaften Speisen vielseitige Verwendung. Vor allem sind sie bei gekonnter Verarbeitung auch immer ein echter „Hingucker“ und wecken das Begehren, immer noch mehr von ihnen zu verspeisen. Himbeeren wie auch Heidelbeeren haben nur einen Nachteil, sie sind sehr druckempfindlich und ihre Haltbarkeit ist sehr begrenzt. Insbesondere die Himbeeren sollten eigentlich unmittelbar nach der Ernte gegessen oder verarbeitet werden. Das ist auch ein wichtiger Grund, weshalb man beim Kauf möglichst auf Beeren aus der Region zurückgreifen sollte. Sie hatten keine langen Transportwege, konnten voll reif geerntet werden, was den besonders köstlichen Geschmack garantiert. Im Gegensatz zu vielen anderen Früchten reifen sie nach der Ernte nicht mehr nach. Wenn überhaupt sollte man Himbeeren und Heidelbeeren nur ganz kurz mit einer schwach eingestellten Wasserdusche überbrausen, um ihr exzellentes Aroma nicht zu verwässern. Wer übrigens vom Verspeisen wild wachsender Heidelbeeren die bekannte blau-violette Zunge und Zähne kennt, braucht dies bei der Kulturheidelbeere nicht zu fürchten. Ihr Fruchtfleisch ist hell und obwohl sie etwas weniger aromatisch schmecken, sind sie bezüglich der Inhaltsstoffe ebenbürtig.

Bachmann Gartenbau

ist ein Thüringer Gartenbau-Unternehmen, welches für Sie Pflanzen vor Ort in Erfurt-Mittelhausen produziert. In den Gewächshäusern baut Jörn Bachmann mit Ehefrau und seinem Team Obst und Gemüse an, züchtet Frühblüher, Beet- und Balkonpflanzen sowie zahlreiche Herbstblüher.

Die hauseigenen Chrysanthemen-Züchtungen sind zertifiziert und über die Grenzen Erfurts hinaus bekannt.

Des Weiteren bietet das Unternehmen Landschaftsbau und Ihnen zahlreiche gärtnerische Dienstleistungen an. Auf dem Firmengelände entsteht gerade ein Streichelzoo der auch für die Jüngsten zum Verweilen einlädt.

Bachmann Gartenbau ist Mitglied im Landesverband Gartenbau Thüringen e.V., welcher das Berufsbild der Thüringer Gärtner optimal begleitet. Gemeinsam mit dem Verband beteiligten sie sich an zahlreichen Veranstaltungen und Gartenschauen mit ihrem Obst & Gemüse.

Zum Unternehmen gehört außerdem ein äußerst kreatives Blumengeschäft namens »Erfurter Blumen«, welches florale Wünsche verwirklicht.

www.bachmann-gartenbau.de
www.erfurter-blumen.de
www.facebook.com/erfurter.blumen

Liebingsrezept
vom Gärtner
Jörn Bachmann

Rinder-Filetsteak im Frühstücksspeck gebraten mit Heidelbeer-Kräuterbutter und Heidelbeer-BBQ-Sauce

Zutaten für 4 Portionen:
800 g Rinderfilet pariert (von allen unerwünschten Teilen (Sehnen, Haut, Fett) befreien)
4 Scheiben sehr dünn geschnittener Frühstücksspeck
80 g Heidelbeer-Kräuterbutter
200 g Heidelbeer-BBQ Sauce
1 EL Speiseöl z.B. Raps
120 g frische Heidelbeeren
1 EL Butterschmalz
4 kleine Zweige Rosmarin
Pfeffer aus der Mühle, Salz

Die leicht plattierten Rindersteks werden mit je einer Scheibe Frühstücksspeck umwickelt und am Ende mit einem Holzspieß festgesteckt. Mit Pfeffer aus der Mühle von beiden Seiten würzen und mit je einem Zweig Rosmarin belegen. Nun das Öl erhitzen und darin die Steaks von beiden Seiten kräftig anbraten. Nach dem Anbraten die Steaks salzen und bei 80°C im Backofen oder in der Wärmeschublade bis zum gewünschten Garpunkt reifen lassen. Vor dem Anrichten die frischen Heidelbeeren in etwas erhitztem Butterschmalz kurz schwenken und die Blaubeer-Kräuterbutter in vier gleichgroße Stücke schneiden. Die Steaks auf vorgewärmten Tellern auf einem kleinen Saucenspiegel von der BBQ-Sauce anrichten, jeweils ein Stück Butter auf das Steak legen und von den angeschwenkten Beeren an das Steak anlegen. Dazu passen gebackene Kartoffelspalten, frittierte Kartoffeln und ein Salatteller der Saison.

Zutaten für Heidelbeer-BBQ-Sauce:
1 EL Öl, 2 cl Whisky
250 g frische Heidelbeeren
50 g Brauner Zucker
1 EL Tomatenmark, 1 TL Salz
1 kleine Zwiebel & 1 Knoblauchzehe
2 EL Worcestershire Sauce
1 EL Honig, Saft von ½ Zitrone

Öl erhitzen, Knoblauch und Zwiebeln klein hacken und im Öl anbraten. Den Braunen Zucker dazugeben und karamellisieren lassen. Anschließend das Tomatenmark und den Honig hinzufügen und mit dem Whisky ablöschen. Nun die Heidelbeeren unterrühren und dabei leicht köcheln lassen. Nach ca. 20 Minuten die Masse mit einem Mixer pürieren. Nach Belieben abschmecken....

Zutaten Heidelbeer-Kräuterbutter:
250 g Butter, 1 Prise Salz
1 Knoblauchzehe, 1 Bund Petersilie
3 EL Heidelbeer-BBQ-Sauce

Butter auf Zimmertemperatur erwärmen. Knoblauch pressen und mit Salz vermengen, Petersilie fein hacken. Jetzt die Knoblauchpaste zusammen mit der Petersilie und Heidelbeer-BBQ-Sauce unter die Butter mischen. Alles gut durchmengen! Anschließend die Butter mit Hilfe einer Klarsichtfolie in Form bringen und auskühlen lassen.

Kulinarische Reise
durch Thüringer Gärtnereien

Warum in die Ferne schweifen? Sieh, das Gute liegt so nah! Wie oft wurde schon dieses bekannte Sprichwort mit unserem Weimarer Klassik-Superstar Johann Wolfgang von Goethe in Verbindung gebracht. Und es bewahrheitet sich so oft in unserem täglichen Leben, auch wenn wir manchmal erst mit etwas Nachhilfe darauf gestoßen werden müssen. Im ganz besonderen Maße trifft dies auf die Arbeit unserer traditionsreichen Thüringer Gärtnereien zu. Die schwere und praktisch über das komplette Jahr verteilte Arbeit der Gärtnermeister ermöglicht es nicht immer darüber umfassend zu berichten. Im vorliegenden Buch wurden aber ihre Pforten weit geöffnet und sie haben eine Menge Hintergrundwissen zu ihren „Schützlingen“ preis gegeben. Das Einmalige und Geniale besteht aber darin, dass sie auch ihre Lieblingsrezepte sowie eine Vielzahl an Tipps und Tricks zur Verarbeitung ihrer Erzeugnisse eingebracht haben. Dort wo fachliche Unterstützung gewünscht war, leistete der Thüringer Privatkoch Herbert Frauenberger Hilfe. Unter dem Motto „Aus der Region – für die Region“ entstand sehr viel mehr als ein Thüringer Kochbuch. Das ist ganz einfach Heimatliebe, die auch noch durch den Magen geht!

ISBN 978-3-937981-68-0

9 783937 981680