

## Kleine, runde Verführung: Mirabellen

14.08.2013, 14:36 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Pressebüro deutsches Obst und Gemüse*

---



Sie sind die kleinen, gelben Schwestern der Pflaumen: Mirabellen. Die süßen Früchte haben hierzulande zwischen Juli und September Saison. Im vergangenen Jahr kauften die Deutschen rund 1.300 Tonnen\* des leckeren Obstes. Fast 90 Prozent stammten dabei aus heimischem Anbau.

Berlin, 14. August 2013. Mirabellen wachsen an sonnigen, warmen und vor Wind geschützten Plätzen. Ihr Name kommt aus dem Italienischen und bedeutet „bewundernswerte Schöne“. Die aromatischen Früchte werden durch das Schütteln des Baumes, an dem sie hängen, geerntet. Mirabellen gehören zur Familie der Rosengewächse und stammen ursprünglich aus Asien. Über Persien gelangten sie nach Europa, wo sie zunächst in Frankreich vor allem im Gebiet Lothringen angebaut wurden. Seit dem 18. Jahrhundert begeistert das Obst auch die Deutschen.

#### Aus dem Korb in den Mund

Reife Mirabellen sind orange-gelb gefärbt. Sie sollten am besten sofort nach dem Einkauf entweder pur verspeist oder verarbeitet werden. Ist das nicht möglich, halten sich die Früchte im Kühlschrank zwei bis drei Tage. Tipp: Mirabellen lassen sich auch einfrieren. Die Früchte dafür entsteinen, auf ein Blech verteilen und für eine Stunde in der Gefriertruhe anfrosten – so frieren sie nicht in großen Stücken zusammen.

#### Ab in den Topf

Mirabellen sind leicht steinlösend, die Früchte lassen sich deshalb einfach zubereiten. Um das Obst einzukochen, sollte es kurz in heißem Wasser erhitzt werden. So löst sich die Schale vom Fruchtfleisch und die Mirabellen können im Anschluss ganz leicht durch ein Sieb gedrückt werden.

#### Einfach köstlich

Mirabellen schmecken feinwürzig, süß und herrlich erfrischend. Traditionell wird aus ihnen köstlicher Schnaps oder Likör gemacht. Aus den Früchten können jedoch auch süße und herzhafte Gerichte gezaubert werden. So sind sie als Kompott zu Quarkspeisen oder als Mirabellen-Tarte mit Lavendel ein wahres Geschmackserlebnis. Zu Püree verarbeitet passen sie hervorragend zu Entenbrust und Röstkartoffeln. Auch in der Gnocchi-Pfanne zusammen mit Speck machen Mirabellen eine gute Figur.

#### Schon gewusst?

- Auf einer Fläche von rund 497 Hektar wurden im vergangenen Jahr Mirabellen in Deutschland angebaut
- Die größten Anbauggebiete für Mirabellen liegen in Baden-Württemberg (190 Hektar), Rheinland-Pfalz (185 Hektar) und Bayern (41 Hektar)
- Im Jahr 2012 wurden rund 4.300 Tonnen Mirabellen in Deutschland geerntet

\* Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI)/Statistisches Bundesamt 2013

#### Rezept-Tipp: Käsekuchen mit Mirabellen und Streuseln

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zubereitungszeit: 50 min

Kühlzeit: ca. 30 min

Backzeit: ca. 1 h

Zutaten (Für 1 Springform; ca. 26 cm Durchmesser bzw. für 10 - 12 Personen):

Für den Teig:

180 g Mehl

1 Prise Salz

4 EL Zucker

100 g kalte Butter

1 Ei

Für die Streusel:

120 g Butter, in kleinen Stücken

100 g Zucker

200 g Mehl

Für den Belag:

600 g Mirabellen

3 Eier

600 g Quark

100 g Zucker

2 EL Vanillezucker  
3 EL Speisestärke  
100 g geschmolzene Butter  
3 EL Orangensaft  
1 Messerspitze abgeriebene Orangenschale, unbehandelt  
Butter, für das Backpapier  
Puderzucker, zum Bestauben

**Zubereitung:**

1. Das Mehl auf die Arbeitsfläche häufeln, mit dem Salz und Zucker mischen und in die Mitte des Mehls eine Mulde drücken. Die kalte Butter in kleine Stücke schneiden, um die Mulde herum verteilen, das Ei in die Mitte geben, ca. 2 EL kaltes Wasser zugeben und sämtliche Zutaten mit dem Messer gut durchhacken, so dass kleine Teigkrümel entstehen. Mit den Händen rasch zu einem Teig verkneten, zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kühl stellen.
2. Für die Streusel die angegebenen Zutaten in einer Schüssel mischen und zu Streuseln verarbeiten, dabei den Teig immer wieder zwischen zwei Händen reiben, bis er die bröselige Konsistenz von Streuseln angenommen hat. Die Streusel zugedeckt im Kühlschrank kalt stellen.
3. Den Teig zwischen 2 Lagen Backpapier ausrollen und den Boden der mit Backpapier ausgelegten Springform dünn damit auslegen. Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.
4. Für den Belag die Mirabellen waschen, halbieren und entsteinen. Die Eier trennen. Den Quark mit dem Zucker, dem Vanillezucker, den Eigelben, der Stärke, Butter, dem Orangensaft und der Orangenschale verrühren. Die Eiweiße steif schlagen und unterheben. Die Quarkmasse auf dem Teig verteilen, die Mirabellenhälften und die Streusel darauf verteilen.
5. Im vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten backen. Falls nötig mit gebuttertem Backpapier abdecken. Anschließend den Kuchen herausnehmen und auskühlen lassen. Aus der Form lösen und mit Puderzucker bestäubt servieren.

**Nährwerte (Pro Person):**

Kcal: 556 kcal  
Kilojoule: 2329 kJ  
Eiweiß: 14 g  
Fett: 29 g  
Kohlenhydrate: 59 g

## **Portrait**

### **Über die BVEO**

Die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e.V. (BVEO) ist ein Zusammenschluss von 40 Mitgliedern (30 Erzeugerorganisationen und zehn Einzelunternehmen) der deutschen Obst- und Gemüsebranche. Der Verband vertritt die politischen Interessen seiner Mitglieder, organisiert Messe- und Kongressauftritte und steuert PR- und Marketingmaßnahmen.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/740318/Kleine-runde-Verfuehrung-Mirabellen.html>