

Datum: 17.08.2014

ZENTRALSCHWEIZ AM
SONNTAG

Ausgabe Zug

Zentralschweiz am Sonntag
6304 Zug
041/ 725 44 55
www.zugerzeitung.ch/

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 16'255
Erscheinungsweise: wöchentlich



Themen-Nr.: 555.001
Abo-Nr.: 1095269
Seite: 37
Fläche: 58'806 mm²

Kleine Beere mit grosser Wirkung

BEEREN Die in Nordamerika beheimatete Aroniabeere fasst hierzulande gerade erst richtig Fuss. Die unbekannte Neue sorgt für herrlich dunkelrote Drinks und ist zudem gesund.



Aroniabeeren:
Jetzt sind sie reif.
Getty



MONIKA NEIDHART
 piazza@luzernerzeitung.ch

Mit einem Schuss Aroniasaft in die Eisteemischung beginnt ein Farbenspiel, das staunen lässt. Der tief dunkelrote Aroniasaft dringt in die eher trüb-bräunliche Flüssigkeit ein und färbt sie bordeauxrot. Darüber setzt sich eine orange, klare Schicht ab. Mit einer Scheibe einer Orange am Glasrand ist der Drink ein Hingucker. Gleichzeitig ist er eine erfrischende und neue alkoholfreie Alternative für einen Apéro. Und mit dem Staunen der Gäste folgen auch gleich die Fragen, um was für eine Beere es sich denn handle.

Herb-süsslicher Geschmack

Aronia, auch Apfelbeere genannt, ist eine violette, fast schwarze, erbsengrosse Beere. Sie ist wachsartig überzogen und gleicht den Heidelbeeren. Ab Mitte August bis Oktober ist sie reif und schmeckt frisch vom Strauch eher herb und leicht bitter. Sie eignet sich deshalb weniger für den Frischkonsum. Ihr kräftiges Aroma kommt aber sehr gut in Konfitüren, z. B. in Kombination mit Äpfeln und Zimt, zur Geltung. Aus dem Saft entstehen erfrischende, fruchtige Gelées oder Drinks. Getrocknet können sie wie andere Dörrfrüchte (Weinbeeren, Cranberrys ...) eingesetzt werden. Für Müesli oder in Muffins empfiehlt es sich, die Beeren vorher in Wasser einzulegen. Getrocknet schmecken sie angenehm; eher süss-säuerlich-herb. Vielleicht stutzt man beim ersten Probieren noch, dann aber ist der «Gluscht» auf das arttypische Aroma geweckt.

Charakteristisch sind die Farbstoffe der Beere, die Anthocyane. Sie färben – auch stark verdünnt – Konfitüren, Gelées und Getränke bordeauxrot. Gleichzeitig sind sie wertvolle Antioxydantien, die gegen freie Radikale wirken und so Zellen und Gewebe des Menschen schützen. Der gute Ruf des Rotweins beruht auf der Wirkung solcher Farbstoffe. Aronia allerdings enthält pro Gewichtseinheit rund 200 Mal mehr davon. Auch die Heidelbeere übertrifft sie in dieser Hinsicht mehrfach.

Täglich ein Gläschen Aroniasaft oder ein paar getrocknete Beeren im Müesli sollen die Durchblutung verbessern, die Verdauung normalisieren und bei

inneren Entzündungen helfen. Interessant ist der natürliche Farbstoff auch für die Nahrungsmittelindustrie. Auch bei hundertfacher Verdünnung ist die dunkelrote Farbe noch deutlich zu erkennen. Das heisst aber auch, dass Flecken von der frischen Beere und vom Saft zu vermeiden sind.

Inhaltlich wertvolle Frucht

Die Aroniabeere stammt ursprünglich aus Nordamerika. Dort diente sie den Indianern als Kraftnahrung und Heilmittel. In Russland und anderen Ländern des Ostens verbreitete sich die Beere zu Beginn des 20. Jahrhunderts. In die Schweiz kam die Beere durch Veiko Hellwig, einen Koch, der im Kanton Thurgau lebt. Er machte 2007 Versuche mit Aroniabeeren. Seine Apfelkonfitüre und diverse Gelées glückten. Darauf wurden erste Versuchsanlagen im Thurgau angelegt. Inzwischen besteht die IG Aronia aus über 40 Mitgliedern in den Kantonen TG, SH, ZH, AG, SO und BE. Sie bewirtschaften auf über 40 Hektaren 100 000 Aroniasträucher.

Warum dieses enorme Interesse von Beerenbauern? Der Geschäftsführer der IG

Aronia

Jürg Weber

begründet es so:

«Die inhaltlich sehr wertvolle Frucht lässt sich gut in der Schweiz anbauen.

Das steigende Kundenbedürfnis kann so auch aus einheimischer Ernte gedeckt werden und bringt der Landwirtschaft einen Nutzen.» Der Strauch ist sehr robust. Zurzeit sind keine Probleme bezüglich Schädlingen und Pilzen bekannt. Die Kultur eignet sich so auch sehr gut für den biologischen Anbau.

Einer der Hauptabnehmer dieser Beeren ist die Biotta AG in Tägerwil. Die Gemüse- und Fruchtsaftherstellerin bezieht, wenn immer möglich, ihre Rohstoffe aus der Region. Aroniabeeren musste sie bisher aus Polen importieren. Ihr kam das Pionierprojekt der IG Aronia recht. Eva Liebelt von Biotta beschreibt den Weg der Frucht in die Flasche: «Die Aroniabeeren werden frisch gepflückt und dann zu uns ge-

bracht. Hier kommen sie als Mus zerquetscht in den Dekanter, wo dann ein Grossteil des Safts entsteht. Der Rest kommt auf die Bandpresse, die wir extra für die Aroniaernte mieten. Anschliessend wird der Saft durch kurze, schonende Pasteurisation haltbar gemacht.»

Im Handel angeboten wird sowohl reiner Aroniasaft, wie er für die Rezepte in den nebenstehenden Kästen verwendet wurde, als auch Mischungen und Verfeinerungen mit Tee, Agavendicksaft oder Acerola. Und wer noch mehr Aronia möchte: In der Ostschweiz gibt es auch eine Schokolade mit Aronia-Extrakt.

Aronia-Eistee

1 Teil Schwarztee, ausgekühlt
 1 Teil Orangensaft
 1 Teil Süssmost
 pro Glas 1 Orangenscheibe
 evtl. Eiswürfel
 Aroniasaft

Zutaten in einem Krug mischen und in die Trinkgläser verteilen. Glasränder mit je einer Scheibe Orange (oder gedörrtem Apfeling) verzieren. Evtl. einen Eiswürfel pro Glas begeben. Einen Schuss Aroniasaft dazugießen. Nicht umrühren und sofort zum Apéro servieren.

Aronia-Brotaufstrich

2 dl Aroniasaft
 5 dl Quittensaft
 1 Msp. Zimtpulver
 500 g Gelierzucker (2:1)

Zutaten in eine Pfanne geben. 4 Minuten köcheln lassen und sofort in sauber gewaschene, heiss ausgespülte Gläser mit Drehverschluss abfüllen. Beim Abkühlen Gläser nicht bewegen. Vor dem Versorgen an einen dunklen, kühlen Ort Gläser überprüfen, ob sich ein Vakuum gebildet hat. Hinweis: Verwendet man anstelle von Gelierzucker Unigel (erhältlich in Drogerien), kann man auf zusätzliche Zuckerzugabe verzichten. Die Geléebereitung richtet sich dann nach der Packungsbeschreibung.