

## **BÄUERINNEN-REPORTAGE**

### **Bäuerinnen füllen „Sommer ins Glas“**

Bäuerinnen sind nicht nur als kompetente Betriebsleiterinnen gefordert. Sie haben auch so manchen Tipp parat, wenn es um den Genuss aus unserer Heimat geht. Gerade jetzt ist die ideale Zeit, um die Früchte und Kräuter des Sommers zu nutzen, um sie auch im Herbst und Winter genießen zu können. Die Bäuerinnen füllen daher mit ihren Rezepten und Tipps den „Sommer ins Glas“. Vieles davon ist leicht und einfach nach zu machen. Daher - einfach selbst probieren und genießen. Denn dann schmeckt es noch einmal so gut!

**Michaela Sommer aus Linz freut sich jetzt schon auf den selbst gemachten Marillenröster, der für sie wie „ein Löffel Sommer“ ist, wenn es draußen feucht und kalt ist. Sie sagt selbst: „Ich liebe Marillen und so zubereitet kann ich sie das ganze Jahr genießen!“**

#### **Rezept Marillenröster**

- Zutaten: 60 dag Marillen entsteint und geviertelt, 6 dag Zucker, 1 TL Vanillezucker, 1 EL Wasser, 100 ml Wein oder Most, Zimt
- Zubereitung: Zucker und Wasser karamellisieren, mit Wein/Most ablöschen, Marillen dazugeben und ca. 10 Minuten dünsten lassen. Abschließend mit Zimt abschmecken. Noch heiß in saubere Schraubgläser füllen und sofort verschließen. So hält sich der Marillenröster bis zum nächsten Jahr.
- Der Marillenröster passt perfekt zu Topfenknödel, Kaiserschmarren oder Grießschmarren. Man kann den Röster auch einfach ins Naturjoghurt rühren oder zum Müsli geben.

**Barbara Payreder aus Pabneukirchen schwört auf ihre köstlichen Früchte im Rumtopf und erzählt, warum sie jetzt im Sommer schon einmal kurz an Weihnachten denkt: „Als ich ein Kind war, gab es bei uns zu Hause für die Erwachsenen zu den Weihnachtsfeiertagen immer besondere Nachspeisen wie zB. Vanille-Eis mit Rumtopf. Eines Tages habe ich mir gedacht, dass muss ich auch selber ausprobieren.“ Die Früchte werden von Juni bis Oktober, entsprechend ihrer Saison und nach persönlichem Geschmack, nacheinander in ein Steingutgefäß geschichtet.**

#### **Rezept und Zubereitung Rumtopf**

- Früchte in einer Schüssel mit der gleichen Gewichtsmenge Zucker vermischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Dann in den (Rum)-Topf geben und mit Rum übergießen, sodass die Früchte komplett bedeckt sind. Je nach Saison wandern nacheinander die Früchte in den Rumtopf wie zB. Erdbeeren im Juni oder Brombeeren im September.
- Verarbeitung der Früchte:
  - Kirschen können mit Stein eingelegt werden
  - Marillen und Pfirsiche vor dem Einlegen Haut abziehen, entsteinen und zerteilen
  - Zwetschken werden entsteint und halbiert
  - Birnen geschält und in mundgerechte Stücke geschnitten

- Wenn der Rumtopf Ende November/Anfang Dezember gut durchgezogen ist, kann man die beschwipsten Früchte als Kompott zu sahnigen Desserts, Eis oder als Beilage bei diversen Kuchen genießen. Die Früchte aus dem Rumtopf können auch als Sorbet serviert werden.
- Welcher Rum kommt in den Topf? Damit der Rumtopf lange hält und auch besonders gut schmeckt, sollte der Rum mindestens 54 % haben. Tendenziell werden eher braune Rumsorten für den Rumtopf genommen, aber je nach persönlichem Geschmack kann man auch weißen Rum nehmen.
- Rumtopf-Früchte sollten auch bei bester Haltbarkeit innerhalb von sechs bis acht Monaten aufgebraucht werden. Den Rumtopf zur optimalen Haltbarkeit in einem kühlen, dunklen Raum aufbewahren, jedoch nicht im Kühlschrank, dies würde das Durchziehen der Früchte verhindern.

**Christina Huber aus Feldkirchen bei Mattighofen liebt an heißen Sommertagen ihre selbstgemachten Durstlöscher. Sie mag es, dass sie schnell und unkompliziert in der Zubereitung sind und trotzdem vielfältig genossen werden können. Ihr Tipp ist der Minze-Melisse Sirup. Er ist mit Mineralwasser aufgespritzt der perfekte Durstlöscher für Jung und Alt. Oder aber mit Gin und Tonic Water vermischt, als Absacker an lauen Sommertagen, natürlich nur für „die Großen“, wie sie uns verrät.**

#### Rezept Minze - Melisse Sirup

- Zutaten: 1 Bund Minze mit Stängel, 1 Bund Melisse mit Stängel, 3 Liter Wasser, 3 kg Zucker, 3 Zitronen, 75 g Zitronensäure
- Zubereitung: Die Minze- und Melissenblätter mit Stängel, gut abschütteln und mit Wasser und den Zitronenscheiben in ein Gefäß geben. Das Ganze einen Tag stehen lassen. Danach die Minze und Melisse entfernen und die Zitronen ausdrücken. Die Flüssigkeit abseihen und erhitzen. Dabei den Zucker und die Zitronensäure hinzufügen. Wenn der Sirup kurz aufgeköcht wurde, wird er in sterile Flaschen abgefüllt und sofort verschlossen.

**Für Johanna Haider aus Engerwitzdorf ist der Verbenensirup die Rettung an heißen Tagen. Besonders mag sie ihn als alkoholfreies Erfrischungsgetränk. Hier gibt sie 2 EL Sirup mit ein paar Zitronenscheiben, Eiswürfeln und 2-3 Verbeneblättern in ein Glas und gießt mit kaltem Leitungswasser oder Mineralwasser auf. Bei besonderen Gelegenheiten und für Gäste, nimmt sie Mineralwasser und Sekt je zur Hälfte, verrät sie uns ihren „Geheimtipp“. „Wer mag kann auch seinen Sommerspritzer mit 1 EL Verbenensirup verfeinern, das schmeckt so richtig nach Sommer, da lass ich sogar jeden Cocktail dafür stehen“, meint Johanna Haider.**

#### Rezept Verbenensirup

- Zutaten: 250 g Kristallzucker, 350 ml Wasser, 2 Bund Zitronenverbene, 10 Blätter australisches Zitronenblatt, 4 große Bio Zitronen
- Zubereitung: Zucker mit Wasser aufkochen und ca. zwei Minuten kochen lassen. Die Blätter der Zitronenverbene fein schneiden, in das heiße Zuckerwasser geben und auskühlen lassen. Die Blätter vom Zitronenblatt ebenfalls zerkleinern und dem ausgekühlten Zuckerwasser begeben. 12 Stunden bei kühler Raumtemperatur ziehen

lassen. Dann den Sirup durch ein feines Sieb abseihen und mit dem ausgepressten Zitronensaft nochmals für ca. 2 Minuten aufkochen. Anschließend das Sirup abkühlen lassen und in saubere Flaschen abfüllen.

**Michaela Märzinger aus Nebelberg verrät uns ein Siruprezept mit ihrer Lieblingspflanze, der Goldmelisse, die eigentlich nicht golden, sondern rot blüht. Der damit zubereitete Sirup färbt sich daher durch die roten Blüten rosa und das gibt den Getränken eine schöne Farbe. Beispielsweise wenn man ein kleines Schlückchen zum Prosecco dazu gibt. „Aber es muss nicht immer mit Alkohol sein“, meint Märzinger: „Wir trinken den Sirup im Sommer bei heißen Temperaturen am liebsten mit Leitungswasser oder Sodawasser verdünnt, als angenehm erfrischendes Getränk“.**

- **Zutaten:** 4 Liter Wasser, 3 kg Kristallzucker, 3 Bio Zitronen, 1 Bio Orange, 2 Zweige Apfel- oder Pfefferminze, ca. 2 Handvoll Goldmelissenblüten, 1 Pkg. Einsiedehilfe
- **Zubereitung:** Das Wasser mit dem Zucker aufkochen, die restlichen Zutaten gut untermischen, an einen kühlen Ort stellen und ziehen lassen. Nur ab und zu ein bisschen umrühren. Nach 48 Stunden abseihen und in saubere Flaschen füllen.
- **Tipp:** Die Blüten der Goldmelisse können getrocknet auch als Tee aufgebrüht werden, der bei Erkältung unterstützend wirkt.

#### **Rückfragenhinweis**

Ing. Stefanie Schauer, BEd.

+43 732 773866 – 813

Stefanie.schauer@ooe.bauernbund.at