

Erdbeer-Oreo-Creme

Zutaten

1 Becher Sahne + 1 P. Sahnesteif

250 g Mascarpone

500 g Quark

200 g Frischkäse

80 g Zucker

500 g – 750 g Erdbeeren

1 P. Oreo-Kekse

Zubereitung

Die Sahne mit dem Sahnesteif fest schlagen. Mascarpone, Quark, Frischkäse und Zucker miteinander verrühren und die Sahne unterheben. Erdbeeren waschen, das Grün entfernen und klein schneiden. Die Kekse zerkleinern.

Creme, Erdbeeren und Kekse in einer Glasschüssel schichten.

Obstbau Dellbrügge

....frisch schmeckt' s einfach besser



Infos und Rezepte

Obstbau Dellbrügge, Sandweg 9 • 49477 Ibbenbüren • Telefon 05451/73704
www.obstbau-dellbruegge.de

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 8.30 – 18.00 Uhr
Samstag 8.30 – 13.00 Uhr

In der Spargel- u. Erdbeersaison:

Montag – Freitag 8.30 – 18.30 Uhr
Samstag u. Sonntag 8.30 – 18.00 Uhr

Deutsche Erdbeeren – unschlagbar gut

Die Erdbeere ist nach dem Apfel die beliebteste Obstart der Deutschen. Von Mai bis in den Juli hinein bekommen Sie die aromatischen Früchte überall in Deutschland frisch vom Erzeuger.

Unsere schöne, großfruchtige Erdbeere ist übrigens vor über 200 Jahren aus der zufälligen Kreuzung von zwei amerikanischen Wildarten hervorgegangen. Bis heute sind mehr als 1.000 verschiedene Sorten gezüchtet worden. Doch nur wenige entsprechen in Aroma, Farbe, Größe und Fruchtfestigkeit den Qualitätsansprüchen der Verbraucher. Deutsche Erdbeeren sind besonders gesund – immerhin sind die Pflanzenschutzgesetze hier die strengsten in der ganzen Welt! So können Sie die Früchte unbedenklich genießen.

Gesundheit genießen

Bereits die Römer waren Erdbeer-Genießer – als Delikatesse war sie jedoch nur den Adligen vorbehalten. Und schon damals wurde nicht nur das ausgesprochen leckere Aroma, sondern auch der Gesundheitswert der roten Früchte geschätzt: Sie wirken wundheilend, entzündungshemmend, blutreinigend, stoffwechsellanregend, harntreibend, konzentrationsfördernd und kräftigend. In der Volksmedizin gelten Erdbeeren wegen ihrer idealen Kombination von Eisen, Vitamin C und Folsäure als wirksames Mittel gegen Blutarmut. Der Vitamin C-Gehalt der roten Superfrüchte übertrifft sogar den von Orangen und die enthaltenen Gerbstoffe neutralisieren giftige Schwermetalle in unserem Darm. Besonders wertvoll sind die in Erdbeeren reichlich enthaltenen Polyphenole. Sie binden freie Radikale und spielen damit eine wichtige Rolle bei der Krebsvorsorge. Mit einem Wort: **Wer Erdbeeren genießt, genießt Gesundheit pur!**



Lecker genießen

Erdbeeren müssen vorsichtig transportiert werden. Sie sind druckempfindlich. Deshalb sollten Sie die Früchte im Kühlschrank lagern und innerhalb von zwei Tagen verbrauchen. Lieber öfter kleinere Portionen kaufen. Die Früchte eine Stunde vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank nehmen, damit sich das volle Aroma entfalten kann. Waschen Sie Erdbeeren vorsichtig in kaltem Wasser und erst danach entfernen Sie die Fruchtstiele, sonst wird das Aroma verwässert. Genießen Sie die Vitalbomben pur, gezuckert oder als Bestandteil eines unserer leckeren Rezepte.

Erdbeer-Löffelbiskuit-Torte

900 g Erdbeeren
45 Löffelbiskuits
100 g weiche Butter
250 g Mascarpone
500 g Magerquark
100 g Zucker
300 g Schlagsahne
13 Blatt Gelatine
4 EL Puderzucker
Saft einer halben Zitrone

- Erdbeeren waschen und das Grün entfernen. Von 31 Löffelbiskuits je $\frac{1}{4}$ abschneiden. Längere Stücke an die Seite legen. Die abgeschnittenen Stücke plus 80 g Biskuits fein zerbröseln. Mit Butter vermengen. Springformboden (Ø 24 cm) mit Backpapier auslegen, Brösel darin andrücken. Ca. 1 Stunde kalt stellen.
- 300 g Erdbeeren pürieren. 200 g Erdbeeren würfeln. Mascarpone, Quark und Zucker verrühren. Püree und Würfel untermischen. 200 g Sahne steif schlagen und unter die Quarkmasse heben.
- 8 Blatt Gelatine einweichen. Gelatine ausdrücken, auflösen. Mit 2-3 EL Quarkmasse verrühren, in Rest Masse rühren. Auf dem Boden verteilen, ca. 1 Std. kühlen. Rest Beeren, Puderzucker und Zitronensaft pürieren. 5 Blatt Gelatine einweichen, ausdrücken, auflösen. Mit 2-3 EL Püree verrühren, in Rest Püree rühren. Auf Kuchen verteilen, ca. 1,5 Std. kühlen. 100 g Sahne steif schlagen. In Tuff oben auf den Rand der Torte spritzen. Die Torte aussen mit den restlichen Biskuits umstellen.