



Medien-Information

Frei zur sofortigen Veröffentlichung

Thurgauer Strauchbeeren: Sommerliche Genüsse für Geist, Seele, und Gesundheit.

Schwarz, blau oder rot? Diese Frage stellt sich momentan, wenn man sich etwas Besonderes gönnen möchte. Jetzt ist nämlich Erntezeit für Thurgauer Strauchbeeren: Himbeeren, Brombeeren, Stachelbeeren, Johannisbeeren und Heidelbeeren.

Was darf es sein? Eine leichte süsse Note und prickelnde Honigaromen im Mund, oder lieber das dominant süsse und kräftige Aroma der Brombeere? Oder wieder einmal eine frische, knackige Stachelbeere?

Jetzt findet man sie wieder überall, die sonnengereiften frischen Thurgauer Strauchbeeren. Gestern gepflückt und heute da, wo Sie einkaufen. Am besten schmecken sie frisch oder als Dessert, in einem Fruchtsalat oder Bowle - und entfalten ihr unbeschreibliches Aroma.

Bitte lächeln.

Die frischen Strauchbeeren schmecken nicht nur ausgezeichnet, Ihr Aroma lässt die Geschmacksknospen in unserem Gaumen förmlich explodieren und zaubert uns ein Lächeln ins Gesicht.

Dazu leisten die Früchtchen einen Beitrag für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Sie enthalten viele Vitamine und Mineralstoffe und Antioxidantien, die der Zellalterung vorbeugen und die „freien Radikalen“ bekämpfen. Thurgauer Beeren sind damit perfekte Wellnessprodukte für Geist, Wohlbefinden und Gesundheit.

Einst beliebt, dann etwas vergessen und wieder voll im Trend: Stachelbeeren.

Zugreifen, reinbeissen und geniessen: Stachelbeeren sind unvergleichlich in Frische und Genuss.

Stachelbeeren sind nicht nur einmalig zum Anschauen. Ihre Inhaltsstoffe könnten einen ganzen Gesundheitsratgeber füllen. Frisch konsumiert entfalten sie im Gaumen säuerlich-süsse Aromen. So verleihen sie jedem Dessert eine spezielle Note, einen Hauch Exotik- und sind äusserst gesund: Schon 150 g genügen, um den Tagesbedarf einer erwachsenen Person an Vitamin C zu decken. Dazu kommen Aminosäuren und essentielle Mineralstoffe wie Magnesium und Eisen.

Rückfragen

BBZ Arenenberg

Michael Mannale

Tel. 058 345 85 13 michael.mannale@tg.ch

Beeren-Hüttenkäse-Dessert



Für 4 Personen

3 dl Beerensaft oder Traubensaft

3 EL Zucker

1 ½ EL Maisstärke

700 g gemischte rote Sommerbeeren, z.B. Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Stachelbeeren, evtl. zerkleinert

200 g Ricotta

300 g Hüttenkäse, abgetropft

1-2 EL Zucker

1 Vanillestängel, ausgeschabtes Mark

Beeren- oder Traubensaft, Zucker und Maisstärke verrühren. Unter Rühren aufkochen. Beeren zugeben, kurz aufkochen, in eine Schüssel geben, abkühlen lassen. Zugedeckt 1 Stunde kühl stellen.

Ricotta, Hüttenkäse, Zucker und Vanillemark mischen, zugedeckt kühl stellen.

Beeren mit der Sauce in Schälchen oder tiefen Tellern verteilen. Von der Hüttenkäsecreme mit einem Glaceausstecher Kugeln abstechen, auf den Beeren anrichten.

Quelle: swissmilk.ch/rezepte/stachelbeeren