



HEIMVORTEIL: APFEL

Selbst angebaut - Selbst zubereitet!



LAND-WISSEN^{de}
FÜR SIE AUFGEABELT

Selbst angebaut - Selbst zubereitet!

INHALT



	Seite
1. Herkunft, Vielfalt und Geschichte des Apfels	3
2. Äpfel selbst angebaut <ul style="list-style-type: none">▪ Botanik▪ Anzucht und Kultur▪ Bodenvorbereitung & Pflanzung▪ Ernte▪ Lagerung▪ Verwertung	4
3. Apfelsorten - Auswahl der bunten Vielfalt -	7
4. Äpfel in der Ernährung	13
5. Apfel-Tipps für die Küche	14
6. HEIMVORTEIL: APFEL Selbst zubereitet mit den besten Rezepten!	15

Herkunft, Vielfalt und Geschichte des Apfels

Apfel der Verführung

Adam war offensichtlich völlig ahnungslos. Nur so lässt sich erklären, dass Eva ihn mit einem sauren, holzigen Wildapfel verführen konnte! Die heutigen Apfelsorten, durch umfangreiche Züchtungsarbeit entstanden, sind dagegen immer wieder eine Sünde wert. Man schätzt, dass es weltweit heute etwa 20.000 Apfelsorten gibt.

Die Obstsorte Nr. 1

Der Apfel ist mit 80% der gesamten Obsternte, die wichtigste Obstkultur. Auch in Deutschland gibt es große Anbaugebiete in Schleswig-Holstein, Baden-Württemberg und in Nordrhein-

Westfalen. Die Deutschen liegen europaweit an der Spitze der „Apfelgenießer“.

Römer bringen ihn mit

Dass der aus Kleinasien stammende Apfel (*Malus sylvestris*) überhaupt an den Rhein kam, verdanken wir den Römern. Sie brachten die ersten Apfelbäume aus Griechenland mit. Von den Römern lernten die Germanen dann auch die Kunst des Veredelns. Und sie lernten neue wohlschmeckende Sorten kennen, was die Beliebtheit des Apfels nur noch förderte.

Eine Frucht mit Vergangenheit

Schon in vorchristlicher Zeit wurden wildwachsende Äpfel in unserer Region geerntet. Geschätzt wurde der Apfel nicht nur als essbare Frucht, sondern auch wegen seines Symbolcharakters. So bescherte er den griechischen und germanischen Göttern angeblich ewige Jugend und gilt seit jeher als Symbol der Liebe und als Zeichen der Macht. Luther entschied sich unter all den vielen Obstsorten seiner Zeit für einen Apfelbaum, den er am Vortag des Weltuntergangs pflanzen wollte und Goethe lobte den Apfel über die Maßen.



2. Äpfel selbst angebaut: Pflanzung, Ernte und Lagerung

Anbaubedingungen

Für das Gedeihen von Äpfeln ist unser Klima ideal: gemäßigte Temperaturen mit Winterkälte und relativ hohe Niederschläge. Die Bäume brauchen einen leicht sauren Boden (pH 5,5 bis 6,5), der nicht zu leicht und wasserdurchlässig sein darf, aber auch nicht zu schwer und nass. Wichtig ist ein sonniger Standort, damit die Bäume nach Regenfällen schnell abtrocknen können. Aber auch für die Ausreifung der Früchte ist Sonne wichtig.

Unterlage

Beim Kauf eines Apfelbaumes ist die Sorte und damit Geschmack und Reifezeitpunkt sicher das wichtigste Auswahlkriterium. Dabei sollte man aber nicht nur nach Sorte, sondern auch nach der sogenannten Unterlage aussuchen, denn ein Apfelbaum besteht aus zwei Teilen, der Unterlage und der Veredlungssorte, die miteinander verwachsen sind. Die Unterlage ist verantwortlich für Qualität und Ertrag des Baumes, die Veredlungssorte für den Geschmack. Für den Anbau auf

guten Gartenböden mit hohem Humusanteil haben sich die Unterlagen M 9, und M 26 bewährt. Sie ergeben kleine Bäume, die sich gut auch als Spalier ziehen lassen, benötigen allerdings auf Dauer einen Baumpfahl als Stütze. Sorten, die auf diese Unterlagen veredelt sind, kommen früh in Ertrag, der auch dauerhaft hoch ist.

Pflege und Befruchtung

Wichtig für den Ertrag sind allerdings auch eine sorgfältige Pflege, der regelmäßige und richtige Schnitt im Winterhalbjahr sowie eine Befruchtersorte, ohne die es keine Äpfel gibt. Gute Befruchtersorten sind beispielsweise 'Alkmene', 'Topaz', 'Pinova', 'Gala' und Zieräpfel, die heute schon in vielen Gärten wachsen.

Krankheiten und Schädlinge

Ertrags- und qualitätsmindernd wirkt sich beim Apfel der Apfelschorf aus. Diese, durch Pilze verursachte Krankheit beginnt im sehr zeitigen Frühjahr mit einem Befall auf den Blättern. Es zeigen sich braun-grüne Flecken, die sich vergrößern und oft zusammenfließen, so dass ein großer Teil der Blätter durch die schorfartigen Flecken zerstört wird. Die Blätter werden im Laufe des Sommers abgeworfen. Auch die Früchte werden

befallen. Sie haben zunächst kleine, später immer größer werdende Flecken. Mit zunehmendem Wachstum bilden sich daraus verkorkte Risse. In niederschlagsreichen Jahren kann es zu extrem starken Befall kommen. Der Pilz überwintert auf dem Falllaub, das deshalb entfernt und in die Mülltonne geworfen werden muss. Besonders schorf anfällig sind Sorten wie 'Golden Delicious', 'Elstar', 'Jonagold', 'Gloster'. Grundsätzlich sollte man beim Apfelanbau schattige Standorte mit hoher Luftfeuchtigkeit meiden. Die Baumkronen müssen ausgelichtet werden, damit sich dort Feuchtigkeit nicht zu lange hält und den Schorfpilzen die Lebensgrundlage entzogen wird. Bei Neupflanzungen sollte man schorffresistente Sorten auswählen: 'Topaz', 'Florina', 'Gerlinde' oder Re-Sorten (z.B. 'Rewena', 'Retina', 'Resi', 'Reglindis'). Die Re-Sorten sind auch tolerant gegen Mehltau, allerdings mit ihrem hohen Säureanteil nicht jedermanns Geschmack. In weniger gefährdeten Gebieten können auch schorftolerante Sorten wie 'Pinova', 'Piról', 'Pilot' gepflanzt werden.

Der Wurm drin

Ein weiteres Problem sind "wurmige Äpfel". Ursache dafür ist der Apfelwickler, ein Schädling. Die weiblichen Insekten legen ihre Eier an den Früchten ab. Die sich daraus entwickelnden Larven fressen sich in die Früchte ein, sie sind "madig". Häufig fallen die noch unreifen Früchte vorzeitig von den Bäumen, und deutliche Fraßgänge der Larven sind erkennbar. Diese Früchte müssen unbedingt aufgesammelt und vernichtet werden, um eine weitere Verbreitung im Garten zu verhindern. Weiterhin bringt man ab Ende Mai bis Oktober Wellpappengürtel an den Apfelbäumen an, um die am Stamm hochkriechenden Schädlinge abzufangen. Die Gürtel müssen regelmäßig auf versteckte Larven und Puppen untersucht werden. Gefundene Tiere müssen sofort vernichtet werden. Zum Abfangen der männlichen Apfelwickler setzt man sogenannte Pheromonfallen ein. Diese im Handel erhältlichen Fallen sind mit einer Duftstoffkapsel und einem beleimten Boden versehen. Angelockt vom Duft, der dem Sexuallockstoff der weiblichen Tiere entspricht, fliegen die männlichen Insekten in die Falle und bleiben auf der Leimtafel hängen. Dadurch können weniger weibliche Apfelwickler

befruchtet werden und die Anzahl der Nachkommen (und damit der verwurmtten Früchte) ist stark dezimiert.

Äpfel im Kübel auf dem Balkon

Auch als Balkongärtner muss man nicht auf selbstgezo- genes Obst verzichten. Natürlich kann man keine großen Mengen ernten, aber zum Naschen reicht der Ertrag. Geeignet sind die sogenannten Ballerina- oder Säulenäpfel. Sie sind im Gartenfachhandel erhältlich, doch auch der Versandhandel hat Balkonobst im Sortiment. Bekannte Sorten sind z.B.: 'Polka', 'Bolero', die jedoch anfällig für Schorf sind. Die Sorte 'Arbat' ist schorfresistent. Die Früchte reifen je nach Sorte ab September. Auch bei den Säulenäpfeln ist unbedingt eine Befruchtersorte erforderlich. Sind keine Apfelbäume in benachbarten Gärten, müssen zwei verschiedenen Sorten aufgestellt werden. Schnittmaßnahmen sind im Februar nur nötig, wenn sich Seitentriebe bilden, die auf etwa 3 cm eingekürzt werden. Grundsätzlich gilt für Obst im Kübel, dass ein sonniger bis halbschattiger Standort gewählt wird. Gekossen und gedüngt wird es genau wie andere Kübelpflanzen auch, wobei man im August mit der Düngung langsam aufhört, damit die

Pflanzen sich auf die beginnende Winterruhe einstellen können. Überwintert wird das Kübelobst im Freiland, da die Pflanzen eine absolute Winterruhe mit entsprechend niedrigen Temperaturen benötigen, um im nächsten Jahr zu blühen und zu fruchten. Auch während des Winters, in frostfreien Perioden müssen die Pflanzen gegossen werden. Am besten stellt man sie in eine windgeschützte Ecke und bei sehr starken Frösten stellt man den Kübel auf eine Steroporplatte und ummantelt ihn mit Noppenfolie oder einer Schilfmatte gegen Frostschäden im Wurzelbereich. Umgetopft wird im Frühjahr, sofern die Erde verbraucht und durchwurzelt ist. Man wählt einen nur gering größeren Topf. Die Erde kann man sich aus Blumenerde und etwa 1/4 Gartenerde oder Kompost selbst mischen.



Lagerung

Für die Lagerung eignen sich nur reife, unbeschädigte und gesunde Äpfel, die aber trocken sein müssen. Winteräpfel sind länger lagerfähig als die Frühsorten. Äpfel bleiben bei niedrigen Temperaturen (ideal sind +2°C bis +5°C) und einer relativen

Luftfeuchtigkeit von 85 bis 90 % besonders lange frisch. Äpfel sollten im Privathaushalt übersichtlich gelagert werden, damit angefaulte Früchte sofort entfernt werden können. Apfelsorten mit unterschiedlicher Genussreife sind getrennt voneinander aufzubewahren, weil reife Früchte außer

Kohlendioxid auch noch Äthylen abgeben, das die Haltbarkeit der noch unreifen Äpfel ungünstig beeinflusst. Ein guter Apfel sollte duften. Da die Äpfel baumreif gepflückt werden, sollten sie noch etwas nachreifen bis sie den typischen Apfelgeruch verströmen.



3. Apfelsorten - eine Auswahl an bunter Vielfalt

Sorte	Reife	Optik	Geschmack und Verwendung	Anbau
 <p>Alkmene Aus Deutschland *1961</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: Okt.-Nov.</p>	<p>Kleine bis mittelgroße Früchte, glatte, dünne grün-gelb bis goldgelbe Schale</p>	<p>Leicht säuerlich mit feinem Aroma</p>	<p>Auch für Höhenlagen geeignet</p>
<p>Alter Gravensteiner Aus Dänemark *vor 1800</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: Sep.-Okt.</p>	<p>Mittelgroße bis große Früchte mit gelbgrünen, sonnenseits karminrote geflammte Schale, weißes, sehr saftiges, brüchiges Fruchtfleisch</p>	<p>Einzigartiges Aroma und betonter Duft</p>	<p>Befruchtersorten sind z.B. Golden Delicious, Ontario, James Grieve</p>
 <p>Altländer Pfannkuchenapfel Aus Deutschland *1840</p>	<p>Winterapfel Pflückreife: Okt.-Nov. Genussreife: Feb.-Juni</p>	<p>Sonnenseits rötliche Verfärbung, ansonsten bei Reife matt gelblich, Grundfarbe grün</p>	<p>Gute Backsorte: im Pfannkuchen entwickelt er sein exklusives Aroma</p>	<p>Attraktive hochkugelige Krone, Witterungsverhältnissen zeigt sich diese Sorte äußerst robust</p>
 <p>Ananasrenette Aus den Niederlanden *um 1820</p>	<p>Winterapfel Pflückreife: Okt.-Nov. Genussreife: Nov.-Feb.</p>	<p>Kleinfrüchtige Sorte, meist glatte, gelblich-große, zahlreiche Schalenpunkte</p>	<p>Hervorragend als Tafelapfel aber auch für Apfelwein und Most geeignet, saftiges, aromatisches Fruchtfleisch</p>	<p>Unempfindlich gegen Schorf</p>

Sorte	Reife	Optik	Geschmack und Verwendung	Anbau
 <p>Blutapfel Aus Deutschland *um 16. Jhd.</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Oktober Genussreife: Dez.-Juni</p>	<p>Dekorative Blüte, Frucht ist beliebter Weihnachts- schmuck</p>	<p>Aromatisch süße Würze. Tafel- und Küchenap- fel; Produkte be- kommen oft eine rosafarbene Note, da das Kerngehäuse rötlich ausfällt</p>	<p>Rosa-rote Apfel- blüte, mit ei- nem ganz eige- nen Zierwert. Triebe und Holz im Querschnitt sind rötlich gefärbt</p>
<p>Charlamowsky Aus Persien od. Russland *vor 1830</p>	<p>Sommer- apfel Pflückreife: Aug.-Sep. Genussreife: Aug.-Sep.</p>	<p>Gelbliche Schale mit unterschiedlich starken roten Strei- fen</p>	<p>Fruchtfleisch be- hält auch ange- schnitten seine Farbe, schmeckt weinsäuerlich</p>	<p>Eignet sich als Pollenspender, Verjüngungs- schnitte sind er- forderlich</p>
 <p>Dithmarscher Paradiesapfel Aus Schleswig-Hol- stein *vor 1800</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: Sep.-Dez.</p>	<p>Grünweißliche Schale auf der Son- nenseite kräftig rot gestreift</p>	<p>Angenehm würzig, mäßig süß</p>	<p>Robusten Sorten-eigen- schaften</p>
 <p>Dülmener Rosenapfel Aus Dülmen *1870</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: Sep.-Dez.</p>	<p>Mittelgroße bis große Früchte, glatte, fettige, grüngelblich bis röt- lichgelber Farbe</p>	<p>Etwas druck- empfindlich, weißgelbliches, süßsäuerliches, saftiges, fein aromatisches Fruchtfleisch</p>	<p>Gute Be- fruchtersorten sind z. B. Cox Orange, Golden Delicious, Klarapfel</p>

Sorte	Reife	Optik	Geschmack und Verwendung	Anbau
Ecolette Aus den Niederlanden *1996	Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: bis März	Grün-rote Früchte	Süß, angenehm und ausgewogen im Aroma	Schorfresistent, selbstfruchtbar
 Finkenwerder Herbstprinz Aus Hamburg-Finkenwerder *um 1860	Herbstapfel Pflückreife: Okt. Genussreife: Jan.-März	Mittelgroßer bis großer, typisch aufgebauter Prinzenapfel, goldgelb, sonnenseits rot-orange verfärbte Schale, am Stielbereich oft typisch rostiger Schalenbelag	Saftig, säuerlich bis leicht herb im Geschmack, eignet sich gut zum Backen und Kochen	Anspruchsloser, robuster Baum, der bereits nach wenigen Jahren trägt, Gute Befruchtersorten sind z. B. Cox, Elstar, James Grieve, Goldparmäne und Berlepsch
 Goldparmäne Aus Frankreich *um 1500	Herbstapfel Pflückreife: Sep.-Okt. Genussreife: Okt.-Jan.	Mittelgroße Früchte mit glatt glänzender, grünlichgelber Schale, Sonnenseite goldig und gerötet, verströmt kräftigen Geruch	Würzig-nussiges Aroma	Auch für höhere Lagen geeignet, regelmäßiger Rückschnitt erforderlich
 Hans-Friedrich Aus Deutschland	Herbstapfel Pflückreife: Oktober Genussreife: bis März	Merkliche Schalenpunkte. Gelb-rot, sonnenseits stark rot-purpur-farbend, fein milchiger Belag, sehr schöne Fruchtoptik	Hoher Gehalt an Gerbstoffen, festes, weißlich-gelbes, saft-reiches Fleisch, vorherrschende Säure, angenehm weinsäuerlichen Frucht-aroma; sehr gute Verarbeitungsfrucht z.B. für Apfelmus, -pfannkuchen od. Most	Robuste Sorteneigenschaften und gute Erträge

Sorte	Reife	Optik	Geschmack und Verwendung	Anbau
 <p>Holsteiner Zitronenapfel</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Okt. Genussreife: Nov.-Febr.</p>	<p>Mittelgroße kegelförmige Früchte mit glatter hellgrüner Schale, die sich später zitronengelb färbt</p>	<p>Gelblich-weißes Fruchtfleisch, wenig würzig, süßsauerlich</p>	<p>Robust und reichtragend, hervorragender Pollenspender</p>
 <p>Ingrid Marie Aus Dänemark *1910</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: September Genussreife: Okt.-März</p>	<p>Gelblich-grüne Schale, zur Vollreife intensiv rot gestreift, deutliche Schalenpunkte</p>	<p>Fein säuerlich im Geschmack</p>	<p>Pflegeleicht, robust, regelmäßiger Rückschnitt empfohlen, einzelne Blüten werden bis zu 5 cm groß</p>
 <p>James Grieve Aus Schottland *um 1880</p>	<p>Sommerapfel Pflückreife: Aug.-Sep. Genussreife: Sep.-Nov.</p>	<p>Weißes Fruchtfleisch, flachrunde, gleichmäßige Form, mittel bis groß, Schale ist zur Vollreife mit einer ausgeprägten Wachsschicht überzogen</p>	<p>Saftig, säuerliches Fruchtfleisch, das druckempfindlich wird</p>	<p>Auch für Höhenlagen geeignet</p>
 <p>Kaiser Wilhelm Aus Deutschland *1864</p>	<p>Herbstapfel Pflückreife: Okt. Genussreife: Dez.-April</p>	<p>Große bis sehr große Früchte, glatte, leicht angeraute Schale mit deutlichen Schalenpunkten, ähnlich 'Boskoop'</p>	<p>Weinsäuerliches Aroma, der Verwendung sind keine Grenzen gesetzt</p>	<p>Widerstandsfähig gegen Mehltau und Schorf, robust, gute Bestäubersorte</p>

Sorte	Reife	Optik	Geschmack und Verwendung	Anbau
 <p>Pommerscher Langsüßer Aus Hinter-pom-mern *1850</p>	<p>Sommer- apfel</p> <p>Pflückreife: Sep.</p> <p>Genussreife: bis Nov.</p>	<p>Glatte Schale, bei Vollreife etwas fettig, rosa-rötlich- braun gefärbt</p>	<p>Würzig im Geschmack, aber ohne den typischen Prinzenapfel-ge- schmack (frucht- tig und fein wür- zig)</p>	<p>Neigt zur Alternanz</p>
 <p>Rheinischer Bohnapfel Aus dem Rheinland *vor 1800</p>	<p>Winterapfel</p> <p>Pflückreife: Okt.</p> <p>Genussreife: Jan.-Juni</p>	<p>Glatte grüne Schale matter Glanz, später grünlichgelb erscheinende Verfärbung, sonnenseits: schwache Rötung mit Streifen</p>	<p>Hervorragender Wirtschaftsapfel, fruchtig-säuer- lich</p>	<p>Alternierend im Ertrag, gute Bestäubersorte</p>
 <p>Roter Klarapfel Aus dem mittel- deutschen Raum</p>	<p>Sommer- apfel</p> <p>Pflückreife: Juli-Aug.</p> <p>Genussreife: sofort.</p>	<p>Apfel mit deutli- chen Fruchtrippen, Grundfarbe: hellgelb, zur Voll- reife mit rosaroter Deckfarbe</p>	<p>Angenehm-blü- miger Ge- schmack mit edler Frucht- würze</p>	<p>Robust gegen Mehltau</p>

Das Copyright der Bilder (Sorten) liegt bei den © *Schwerdtfeger Obstbaumschulen, Warringholz*, denen wir herzlich für das zur Verfügung stellen danken.

Bezugsquellen für zahlreiche Apfelsorten

Viele Sorten sind bei den örtlichen Baumschulen bzw. im Landhandel erhältlich. Je nach Verfügbarkeit kann man auch bei den unten genannten Adressen junge Bäume bestellen.

Schwerdtfeger Obstbaumschulen

Ziegeleiweg 1, 25560 Warringholz
www.alte-obstsorten-online.de

Gärtner Pötschke GmbH

Beuthener Straße 4, 41564 Kaarst
www.poetschke.de

Baumschule Horstmann GmbH & Co. KG

Schäferkoppel 3, 25560 Schenefeld (Mittelholstein)
www.baumschule-horstmann.de

Baumschule Leinweber

Am Schönenhof 16 g-h, 36148 Niederkalbach
www.baumschule-leinweber.de

Grüner Garten Shop

Bielefelder Str. 206, 32758 Detmold
www.gruener-garten-shop.de

Gartenbaumschule Krämer e.K.

Bielefelder Str. 204, 32758 Detmold
www.gartenbaumschule-kraemer.de

Baumschule Morjan

Rheinweg 30, 41812 Erkelenz-Grambusch
www.baumschule-morjan.de

Giesebrecht Garten & Pflanzen

Im Dorf 23, 44532 Lünen-Niederaden
www.giesebrecht.com

4. Äpfel in der Ernährung

Apfel = „Mini-Apotheke“

Keine andere Obstart enthält so viele Inhaltsstoffe in einer so günstigen Kombination. Ob Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente, der Apfel bietet alles Wesentliche für den Körper und wird als "Miniapotheke der Natur" bezeichnet.

Sein Vitamin-C-Gehalt ist je nach Sorte unterschiedlich. Die Kohlenhydrate sind in Form von leicht löslichem Fructose und Traubenzucker enthalten und liefern unserem Körper schnell neue Energie. Die "Apfel-Ballaststoffe" Cellulose und Pektine sorgen für ein schnelles Sättigungsgefühl, binden Giftstoffe im Darm und fördern gleichzeitig die Verdauung. Äpfel enthalten nur wenig Kalorien: ganze 58 pro 100 g.

Die meisten Vitamine und Mineralstoffe sitzen direkt unter der Haut. Deshalb gilt immer noch: Apfel gut waschen und mit Schale essen.



5. Apfel-Tipps für die Küche

Nicht jede Sorte eignet sich zum direkten Verzehr. Oft schmecken Äpfel erst nach einer gewissen Lagerzeit richtig gut. Aussehen, Größe, Geschmack und Lagerfähigkeit eines Apfels hängen von der Pflückreife ab.

- Bei zu früher Ernte können die Früchte schrumpeln und sie neigen zur Stip-pigkeit. Auch der typische Geschmack einer Sorte kann sich nicht vollständig entfalten.
- Aber auch zu späte Ernte hat nachteilige Auswirkungen auf den Geschmack und die Lagerfähigkeit. Die Früchte werden schnell mehlig und anfällig gegen Fäulnis.
- Merkmale der Pflückreife sind eine leichte Aufhellung der blaugrünen Grundfarbe zu hellgrün bis grüngelb, bei rothäutigen Sorten von braunrot zu leuchtendem Rot. Die Früchte müssen sich leicht pflücken lassen. Fallen die ersten gesunden Früchte vom Baum, kann mit der Ernte begonnen werden. In der Regel muss in mehreren Durchgängen gepflückt werden, weil nie alle Früchte eines Baumes zur gleichen Zeit reifen.
- Die Genussreife liegt meist eine bis mehrere Wochen hinter der Pflückreife.
- Erst durch die Lagerung erreichen die meisten Sorten ihr volles Aroma und schmecken am besten.
- Wie lange Äpfel wirklich gut schmecken, hängt von der Sorte und auch von den Lagerbedingungen ab.
- Die im Handel erhältlichen Äpfel haben bereits die Genussreife. Sie bleiben schön knackig, wenn sie, in gelochten Folienbeuteln verpackt, im Gemüsefach des Kühlschranks aufbewahrt werden
- Mit seiner kräftigen Säure schmeckt ein Apfel nicht nur als Kuchenbelag, im Obstsalat, als Kompott, Gelee oder Bratapfel, er passt auch gut zu herzhaften Gerichten. Roh schmeckt er zu vielen pikanten Salaten, gedünstet ist er eine angenehme Beilage zu Wild, zu Kassler oder zu Leber.
- Gewürze, die besonders gut mit Äpfeln harmonieren, sind: Zimt, Vanille und Rum für süße Gerichte; Thymian und Majoran für pikante Gerichte.
- Für einen leckeren Kuchen sind säuerliche Äpfel besonders geeignet, für einen Eintopf würde man eine Sorte bevorzugen, die beim Garen nicht so leicht zerfällt.

Leckere Äpfel einkaufen:

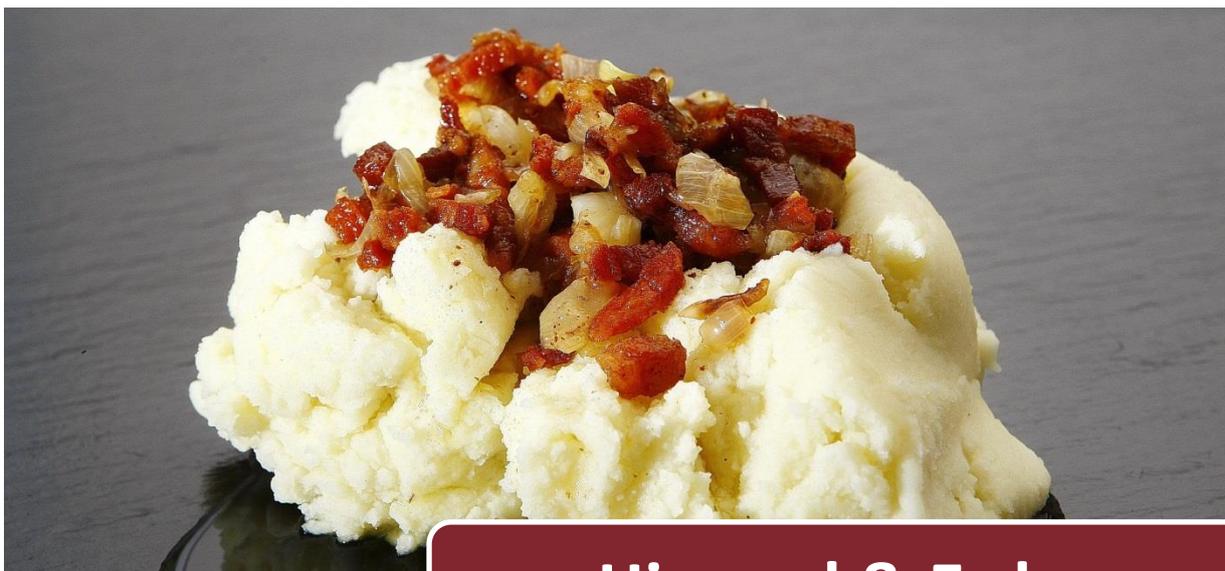
- Auf vielen nordrhein-westfälischen Höfen kann man Äpfel und eine große Auswahl weiterer frischer Produkte einkaufen. Einen Bauernhof, der Ihre Wünsche erfüllt, finden Sie im Internet unter: www.landservice-nrw.de

HEIMVORTEIL: APFEL

Selbst zubereitet
mit den
besten Rezepten!



Mehr Köstliches auf land-wissen.de



Himmel & Erde

Für 4 Personen

- 1 kg Kartoffel
- 500 g säuerliche Äpfel
(z.B. Boskoop)
- 1/8 l Wasser
- Salz
- Pfeffer
- 150 g durchwachsener
Speck
- 1 große Zwiebel

Die Kartoffeln waschen, schälen und gewürfelt in einen Topf geben. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen, würfeln und über die Kartoffeln geben. Das Wasser hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ankochen und bei mittlerer Hitze ca. 20 min garen. Den Speck würfeln und in einer Pfanne auslassen. Die Zwiebel schälen, würfeln und im Speck anbräunen. Die fertige Apfel-Kartoffelmasse in eine Schüssel geben und die Speck-Zwiebelmasse darüber verteilen.

Tipp: Dazu gebratene Blutwurst reichen!



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!





Bratapfel-Käsekuchen

Für 12 Stücke

700 g bzw. 5 rote Äpfel

Für den Knetteig:

200 g Mehl

½ TL Backpulver

1 Pck. Vanillezucker

1 Prise Salz

100 g Butter

1 Ei

Für den Belag:

3 Eier

50 g Zucker

½ TL Zimt

200 ml Karamellsirup

1 Pck. Puddingpulver

Vanille

1 kg Quark

200 g Schlagsahne

Äpfel waschen, Kerngehäuse ausstechen und quer halbieren. Die halbierten Äpfel in eine Auflaufform setzen und für ca. 25 min bei 180°C Ober-/Unterhitze in den Ofen geben, anschließend etwas abkühlen lassen. Mehl und Backpulver in eine Schüssel sieben. Anschließend die übrigen Zutaten für den Teig hinzufügen und mit dem Knet- haken kurz auf niedrigster, später auf höchster Stufe be- arbeiten. Die Hälfte des Teiges in eine gefettete Spring- form (26 cm) geben und ausrollen. Den übrigen Teig zu einer Rolle formen und als Rand (3-4 cm hoch) in die Form drücken.

Für den Belag die Eier schaumig schlagen und nach und nach den Zucker, Zimt und das Karamellsirup unterrüh- ren. Puddingpulver, Quark und Sahne auf niedrigster Stufe unterrühren. Bratäpfel mit Schnittfläche nach un- ten auf den Teig legen und die Masse darüber gießen. Den Kuchen für etwa 60 min im unteren Drittel des Ofens backen.

Tipp: Zur Deko können Mandelsplitter über den Ku- chen gegeben werden.



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!





Apfelklößchen

Für 4 Personen

- 3 Eier
- ½ TL Salz
- 1 EL Zucker
- 1/8 l Milch
- 2 EL Butter
- 400 g Mehl
- 500 g Äpfel
Zitronenschale
- 25 g Butter
Zimt und Zucker

Eier, Salz, Zucker und Milch miteinander verquirlen. 2 Esslöffel Butter schmelzen und gemeinsam mit dem Mehl zu der Eiermasse geben - anschließend gut verkneten. Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Stückchen mit etwas Zitronensaft beträufeln und in den Teig kneten.

Salzwasser erhitzen. Mit zwei Esslöffeln kleine Klößchen vom Teig abstechen und in heißem Salzwasser gar ziehen lassen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und in eine vorgewärmte Schüssel geben. Die verbleibende Butter in einer Pfanne bräunen und über die Klöße geben. Mit Zucker und Zimt bestreuen.

Tip: Schmeckt hervorragend mit Vanillesauce!



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!



Fotos: olhaafanasieva, Jeanette Dietl, Sandra Zuerlein © www.fotolia.com



Apfel-Chutney

Für 4 Personen

- 750 g Äpfel
- 200 g Zwiebeln
- 100 g Sultaninen
- 125 g Zucker
- ½ TL Zimt
- ½ TL Ingwerpulver
- 4 EL Weißweinessig
- 4 EL Zitronensaft

Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen. Anschließend die fein gewürfelten Äpfel in einen Topf geben. Die Zwiebeln schälen und ebenfalls in Würfel schneiden. Zwiebel mit allen weiteren Zutaten zu den Äpfeln geben.

Im geschlossenen Topf ca. 30 min köcheln lassen und gelegentlich umrühren. Anschließend pikant abschmecken. Noch heiß in saubere Gläser geben, diese verschließen und für 10 min auf dem Deckel stehen lassen.

Tipp: Harmoniert sehr gut mit Kasslerbraten oder anderen herzhaften Fleischgerichten.



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!





Gebackener Apfel mit Ziegenkäse

Für 4 Personen

3 süß-säuerliche Äpfel
150 g Ziegenfrischkäse
4 Scheiben durch
wachsener Speck
Für die vegetarische
Variante: gehobelte
Mandeln anstelle des
Specks nehmen

100 g Feldsalat(Rucola)
2-3 EL Balsamico-Essig

Äpfel waschen und entkernen. Anschließend mit Schale in etwa 1 cm dicke Apfelringe schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Scheiben mit dem Ziegenfrischkäse bestreichen und den Speck darauflegen. Für die vegetarische Variante alternativ gehobelte Mandeln auf dem Frischkäse verteilen.

Die Apfelringe für ca. 10 min auf oberster Schiene im Backofen bei 220°C (besser noch Grillfunktion) backen. Den Salat waschen und mit etwas Balsamico-Essig als Dressing auf einem Teller anrichten. Die fertigen Apfelringe danebenlegen und noch warm servieren.

Tipp: Besonders gut als leichte sommerliche Vorspeise geeignet!



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!





Reiterfleisch

Für 3 Personen

- 50 g Fett
- 500 g Hackfleisch
- 2 EL Tomatenmark
- 3 Zwiebeln
- 1 Apfel
- 1 grüne Paprika
- ½ TL Pfeffer
- 1 TL Salz
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Meerrettich

Das Hackfleisch im heißen Fett anbraten. Das Tomatenmark hinzugeben und anbräunen. Die Zwiebeln fein hacken. Die Paprika waschen und die Kerne entfernen. Den Apfel schälen und das Kerngehäuse entfernen. Paprika und Apfel in Würfel schneiden und mit den Gewürzen zum Fleisch geben.

Das Reiterfleisch für 15 min schmoren lassen. Vor dem Servieren mit Meerrettich abschmecken.

Tipp: Dazu schmecken sowohl Reis als auch Kartoffeln oder Nudeln!



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!



Es hat Ihnen gefallen?

Die komplette Heimvorteil-Serie finden Sie unter www.land-wissen.de



LAND-WISSEN: spannend, kompakt, verständlich & nur einen Klick entfernt!

In der Rubrik LAND-WISSEN liefert das Internetportal www.landservice-nrw.de Antworten auf all die großen und kleinen Alltagsfragen rund um die regionstypischen Erzeugnisse nordrhein-westfälischer Bauernhöfe. Praktische Verbrauchertipps erleichtern den Einkauf sowie das sachgerechte Lagern und Verarbeiten der frischen Produkte. Alle Informationen sind praxisnah und verständlich aufbereitet.

In den „NRW-Küchengeschichten“ finden sich überlieferte Erzählungen voller regionaler Bezüge. Die kulinarischen Bräuche vermitteln und erklären, wie die wertvollen Urprodukte seit jeher verarbeitet werden - und auch der Humor kommt nicht zu kurz.

LAND-WISSEN - eine verlässliche Informationsquelle für Verbraucher und eine optimale Ergänzung der Kundenkommunikation für jeden Hof.

Reinklicken & Genießen!

**LAND-WISSEN
FÜR SIE AUFGEGABELT**
Wertvolles & Heiteres
rund um Hofschätze in NRW!
Jetzt kennenlernen!

IMPRESSUM

Die Verbreitung unserer Informationen liegt uns am Herzen. Trotzdem müssen wir uns vor Missbrauch schützen. Die Verwendung der Publikation ist zulässig, vorausgesetzt, die betreffenden Dokumente werden nicht gewerblich genutzt oder verändert. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-Rom, DVD-Rom etc. dürfen nur nach vorheriger Zustimmung durch die Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen erfolgen. Die Erstellung von Kopien und Downloads für den persönlichen, privaten und nicht kommerziellen Gebrauch ist erlaubt. Anerkannte Bildungseinrichtungen wie Schulen und Hochschulen dürfen die Dokumente als Klassensätze vervielfältigen. Die Vervielfältigung für andere Zwecke setzt die ausdrückliche schriftliche Zustimmung der Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen voraus.

Herausgeber

Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen
Fachbereich 52 - Landservice, Regionalvermarktung
Nevinghoff 40 | 48147 Münster
Texte: Carola Weber, Dr. Katrin Quinckhardt
Redaktion: Dr. Katrin Quinckhardt
Layout: Renate Miethe

Stand: 10 / 2018

Fotos Titelseite:

Africa Studio, Aleksejs Pivnenko, Christian, Liddy Hansdottir, sandra zuerlein © Fotolia | Silberfuchs, varintorn, StevenGiacomelli © Pixabay
Fotos Innenteil:

Seawave, Gorilla, reichdernatur, photocrew © Fotolia | Daria-Yakovleva, mp1746, ponce_photography, remcoosculiflowers, congerdesign, pixel2013, MarcoRoosink © pixabay

Diese Broschüre wurde erstellt im Rahmen der nordrhein-westfälischen Landesinitiative „Erschließung neuer Aktivitätenfelder für landwirtschaftliche Unternehmerfamilien und Beitrag zur Verbraucherinformation.“