



# KÜCHE

- 5 Getrocknete Cranberries schmecken als Snack, im Müsli oder kombiniert mit anderen Früchten.
- 6 Frische Cranberries gelieren zu einer dickflüssigen Sauce, wenn sie mit Wasser und Zucker aufgekocht werden. Passt zu Fleisch, Gemüse und Dessert.
- 7 Herb-fruchtiger Cranberry-Nektar schmeckt pur oder gemixt.
- 8 Für die Vorratshaltung können getrocknete Cranberries bei 18 °C im luftdichten Behälter aufbewahrt werden. Frische Cranberries lassen sich drei Monate im Kühlschrank lagern oder ein Jahr lang tiefgefroren bei -18 °C.

# KURSES



- 9 Da Cranberries vier Luftkammern besitzen, springen frische, intakte Beeren hoch, wenn man sie fallen lässt. Dieser Effekt spielt bei der Qualitätskontrolle eine Rolle: Hüpfen die frisch geernteten Powerbeeren nicht auf dem Band der Sortiermaschine, werden sie aussortiert. So kommen nur die besten Früchte auf den Markt.
- 10 Rohe Cranberries sind sehr herb und müssen vor dem Verzehr zubereitet werden. Getrocknet oder gekocht sind sie ein echtes Multitalent in der Küche. Übrigens heißt es, wer mutig ist und die Beeren roh verzehrt, bewahre sich seine Jugend.

1. Auflage 12/2012

# USA CRANBERRIES

Mehr Informationen und weitere Rezeptideen zu Cranberries aus den USA finden Sie unter:

[www.cranberries-usa.eu](http://www.cranberries-usa.eu)

# USA CRANBERRIES

*Ein Multitalent erobert Europa*



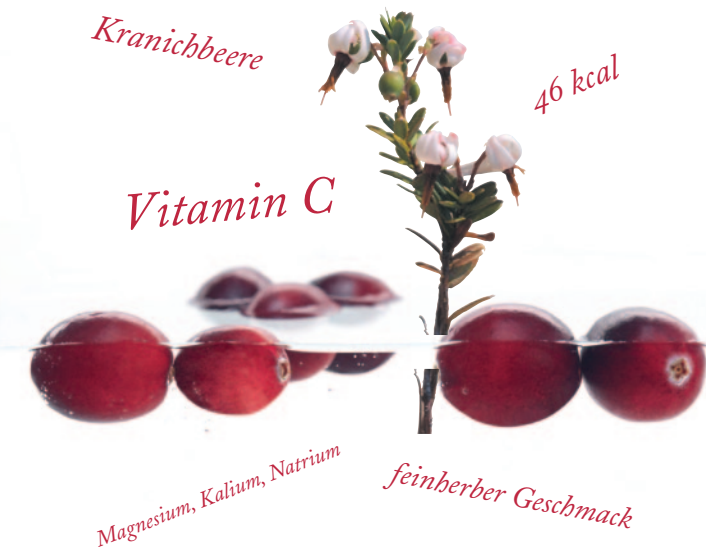
*Herausgeber*

**CRANBERRY MARKETING COMMITTEE**

[www.cranberries-usa.eu](http://www.cranberries-usa.eu)  
[info@cranberries-usa.eu](mailto:info@cranberries-usa.eu)

# STECKBRIEF

- 1 „Crane Berry“ (Kranichbeere) wurde die Pflanze genannt, deren Blüte dem Kopf eines Kranichs ähnelt. Diesen Namen erhielt sie von europäischen Siedlern, die sich 1620 an der Ostküste Nordamerikas niederließen. Später wurde der Name zu Cranberry verkürzt.
- 2 Cranberries haben im Gegensatz zur europäischen Preiselbeere, mit der sie verwandt sind, viel helleres, festes Fruchtfleisch mit intensivem, leicht säuerlichem Geschmack und einer feinherben Note.
- 3 Frische Cranberries sind von Oktober bis Januar erhältlich. Trockenfrüchte, Cranberrysaft und andere Produkte mit Cranberries gibt es das ganze Jahr über.
- 4 100 g getrocknete Cranberries liefern 308 kcal. 100 g frische Beeren enthalten 46 kcal, sowie Vitamin C, A und K wie auch Natrium, Magnesium und Kalium.







## CRANBERRY-ERNT

### DIE ERNTEZEIT BEGINNT IM HERBST

Von Mitte September bis Anfang November ernten die Farmer die reifen Cranberries. Dabei sind zwei Verfahren verbreitet:

### 1 DIE NASS-ERNT

Da jede Beere vier Luftkammern besitzt, können Cranberries schwimmen. Diesen Effekt machen sich die Farmer bei der Nassernte zunutze. Dazu fluten sie ihre Felder mit Wasser und lösen die Beeren maschinell von den Sträuchern. Ein farbenfrohes Schauspiel: Im Herbst prägen rote Seen die Landschaft im Norden der USA. Anschließend werden die Cranberries in Behälter abgesaugt, über Fließbänder verladen und in Betriebe zur Weiterverarbeitung transportiert. 95 % der Cranberries werden nass geerntet.

### 2 DIE TROCKEN-ERNT

Die Farmer setzen kleine Erntemaschinen ein, die Mähdreschern ähneln und mit rotierenden Rechen die Beeren direkt von den Stielen pflücken. Die Früchte fallen auf ein Förderband und werden in einem Behälter gesammelt. Handverlesen gelangen sie später als Frischfrüchte in den US-Handel oder sind für den Export bestimmt.

## BEERE MIT TRADITION

### DIE AMERIKANISCHE BEERE

Schon die Ureinwohner Nordamerikas wussten von der Vielseitigkeit der Cranberry. Sie aßen die rote Beere roh, verwendeten sie bei Verletzungen als Wundschutz, nutzten sie als Konservierungsmittel für ihr Wildfleisch und färbten mit dem Saft Decken und Kleidung. Um sich vor Skorbut zu schützen, nahmen die Seeleute später Cranberries mit, wenn sie auf große Fahrt gingen.

### ERNTEDANK MIT ROT

Die Cranberry ist eng mit der Geschichte des Thanksgiving Fests verbunden. Die Entstehung dieses wichtigen Feiertags am vierten Donnerstag im November geht auf die Anfänge Amerikas zurück, als die ersten Pilger von Europa übersiedelten. Die Ureinwohner Amerikas zeigten den Einwanderern, wie sie mit Mais und Cranberries die leckersten Gerichte zubereiten konnten. Seitdem gehören Cranberry-Variationen wie auch der Truthahn obligatorisch auf jede Festtafel des Landes.



## DIE SECHSFACHE VIELFALT

# 6



*Cranberries sind in vielen Formen erhältlich und beeindrucken immer wieder durch ihr Aroma.*

**FRISCHE CRANBERRIES** haben von Oktober bis Januar Saison. Mit ihrem besonderen Geschmack passen sie zu Fleisch, Gemüse und Desserts.

**GETROCKNETE CRANBERRIES** gibt es das ganze Jahr über. Sie schmecken als Snack, zu Salat, in Suppen, im Kuchen oder zu Käse.

**GEFRORENE CRANBERRIES** nicht auftauen, sondern vor der Verarbeitung nur mit Wasser abspülen und wie frische Cranberries zubereiten.

**CRANBERRY-PULVER** erhalten Sie als Nahrungsergänzungsmittel in Apotheken und Drogerien.



**CRANBERRY-NEKTAR** genießen Sie gemischt mit Wasser, Säften oder einfach pur. Eignet sich gut für Cocktails mit oder ohne Alkohol.

**CRANBERRY-SAFT** wird aufgrund der intensiven Note besonders von Kennern geliebt.

## REZEPTE



### CRANBERRY-SAUCE

ZUTATEN FÜR VIER PORTIONEN:

200 g frische US-Cranberries  
75 g Zucker  
100 ml Wasser  
1/2 TL abgeriebene Bio-Orangenschale

Cranberries verlesen und mit Zucker, Wasser und Orangenschale in einen Topf geben. Unter Rühren 6-8 Minuten köcheln lassen. Mit Salz abschmecken und abkühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT: 10 Minuten

TIPP: Im Kühlschrank eine Woche haltbar.

### APFEL-RÖMERSALAT MIT CRANBERRY-DRESSING

ZUTATEN FÜR VIER PORTIONEN:

200 ml Rotwein  
3 EL brauner Zucker  
100 g ganze, getrocknete US-Cranberries  
1 Packung (125 g) Frühstücksspeck  
1 Apfel (ca. 200 g)  
1-2 Mini-Römersalate  
40 g Parmesan



Rotwein und Zucker ca. 10 Minuten dickflüssig einkochen. Cranberries zufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Abkühlen lassen.

Frühstücksspeck in einer Pfanne knusprig auslassen. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Apfel in sehr feine Spalten schneiden. Salat putzen, waschen, in Stücke zupfen und abtropfen lassen. Parmesan hobeln.

Salat, Cranberry-Dressing, Apfelspalten und Speck vermengen. Mit Parmesan bestreuen.

ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 30 Minuten



### CRANBERRY-SCHORLE

Cranberry-Nektar und Mineralwasser halb und halb miteinander mischen.