

## Altes Obst - Neu Entdeckt: Quitten (Info)

Kategorien: Information, Obst

Zutaten für: 1 Text

1

Info

### Anleitung:

Quitten - fast vergessene Köstlichkeiten

Die je nach Sorte apfel- oder birnenfoermigen Fruechte der Quitte sind den Juengeren heute leider kaum noch bekannt. Dabei koennte man fast sagen, dass sie die Urform unseres Obstes sind. Reif leuchten sie wie Zitronen und verstroemen weithin ihren wunderbaren Duft. Haeufig genutzt werden sie fuer die "Veredelung" von Obstbaeumen: Diese wachsen ja nicht auf ihren eigenen Wurzeln sondern eben auf einer fremden "Unterlage" - also einem anderen Baum, z.B. eben der sehr robusten Quitte.

Die Quitte ueberzeugt durch ihre Inhaltsstoffe: Neben Vitaminen, Mineralstoffen und Kieselsaeure finden sich aussergewoehnlich viele Pektine, welche aufgenommene Giftstoffe im Darm absorbieren, wodurch diese dann fuer den Koerper unschaedlich ausgeschieden werden.

Mit der Quitte lassen sich ganz vortreffliche Rezepte, v.a. Suessspeisen zubereiten. Schon die Portugiesen wussten dies und nannten sie "marmelo" - Honigapfel. Ihr Quittenmuss ist die Urform unserer heutigen "Marmelade". Lassen Sie sich dieses Geschmackserlebnis nicht entgehen.

Rezepte: Quittenkonfituere, Quittenkompott, Quittengelee.