

Zuckerhut - Infos

Kategorien: Grundlagen, Informationen, Wissen, Gemüse

Zutaten für: 1 Rezept

Zuckerhut

Anleitung:

Der Zuckerhut hebt sich durch seine markante Form von den uebrigen Salatzichoriensorten ab. Nicht seinem Geschmack, sondern vielmehr dem Originellen tuetenfoermigen Aussehen, das an einen Zuckerstock erinnert, verdankt er seinen Namen. Daneben wird der Zuckerhut - Bedeutend weniger prosaisch - auch Fleischkraut genannt. Ob dieser Name von der Konsistenz der grossen und festen Blaetter herruehrt Oder aber damit zusammenhaengt, dass der Zuckerhut nicht nur als Salat, sondern auch gekocht und gratiniert schmeckt, ist unklar. Der Zuckerhut - urspruenglich in Suedfrankreich, in Italien und im Kanton Tessin beheimatet - wird heute auch noerdlich der Alpen immer Haeufiger angebaut. Er ist ein unkompliziertes Gewaechs, das sogar Leichtere Froeste unbeschadet ueberstehen kann. Da der Zuckerhut sehr Spaet im Jahr geerntet wird, kommt er zu einem Zeitpunkt auf den Markt, wo andere Frischgemuese bereits knapp werden. Der Zuckerhut Schmeckt leicht bitter.

Erntezeit: September bis Dezember. Aufbewahren: satt in Zeitungspapier eingewickelt, bei 2 bis 7 GradC ein Bis zwei Monaten haltbar. Zuckerhut kann auch mitsamt den Wurzeln in Raeumen bis 7 GradC minus eingeschlagen werden. Je nach Temperatur haelt Er bis Februar oder Maerz. Vorbereiten: Angetrocknete Blaetter entfernen, halbieren, waschen, Gut abtropfen lassen. Zubereiten: Roh, daempfen, sieden in Dampf oder in Wuerzwasser, Braten, backen.