

Apfel- / Zwiebelmus:

4 säuerliche Äpfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden, 1 große Haushaltszwiebel achteln, beides in etwas Butter andünsten und mit 0,2 Ltr. trockenem Weißwein ablöschen. Als Aromageber 1/2 Chilischote ohne Kerne, 1 haselnussgroßes Stück Ingwer sowie 1 Stange Zimt dazugeben. Alles bei kleiner Hitze 10 bis 15 Minuten bei offenem Deckel köcheln lassen. Dann Chili, Ingwer und Zimtstange entfernen und servieren.

Gulasch:

1/3 Schweinefleisch; 1/3 Rindfleisch; 1/3 kleingeschnittene Zwiebeln, Pflanzenöl, Rosenpaprika, Knoblauch; Schmand, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer, evtl. 1 Prise Zucker.

Das Fleisch in Pflanzenöl anrösten, nach ca. 3 Minuten Zwiebeln beigeben und nochmals 3 Minuten rösten lassen. Umrühren nicht vergessen. Anschließend Salz und Pfeffer und eine Prise feingehackten Knoblauch zugeben.

Dann mit Brühe aufgießen, so dass das Fleisch nicht ganz mit Flüssigkeit bedeckt ist. Rosenpaprika (süßer Paprika) nach Geschmack und ein Messerspitze Cayennepfeffer hinzufügen.

Zugedeckt das Gericht ca. 45 bis 60 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch weich und die Zwiebeln sämig geworden sind. Darauf achten, dass das Gericht nicht anbrennt; eventuell mit Brühe aufgießen. Gericht mit Schmand abrunden.

Saure Zipfel

Sud aus Wasser, Salz, Pfeffer, Weißwein, Weinessig und Zucker herstellen. In den Sud reichlich Zwiebelringe sowie ein Lorbeerblatt und Pfefferkörner einlegen und 15 Minuten köcheln lassen. Grobe rohe fränkische Bratwürste einlegen und 15 Minuten ziehen lassen. Bratwürste mit Sud und Zwiebeln servieren.

Zwiebelorakel (Marzell 1935):

Man schneide in der Silvesternacht kurz vor 12 Uhr eine mittelgroße Zwiebel waagrecht in 12 Teile, lege sie auf ein ganz trockenes Küchenbrett in einer Reihe so hin, dass die größeren Scheiben an jedes Ende, die kleineren in die Mitte kommen. Über jede Scheibe schreibe man den Monatsnamen deutlich hin, bestreue jede dann mit einigen Körnchen Salz und lasse sie stehen.

Ein nasser Fleck unter einer Zwiebelscheibe zeigt einen nassen Monat an. Ist kein Fleck vorhanden, wird der Monat schön und trocken.

Noch einige Tipps für die Küche:

- ▶ Zwiebeln werden bitter, wenn sie gequetscht werden. Deshalb Zwiebeln am besten mit einem scharfen Messer klein schneiden.
- ▶ Zwiebeln mit einer schönen gelben Farbe verleihen der Suppe ein kräftiges Gelb.
- ▶ Gekeimte Zwiebeln können einschl. der Keime verwendet werden. Geschmackliche Beeinträchtigungen (Süße) sind möglich.
- ▶ Weiße und rote Zwiebeln schmecken roh gut. Zum Anbraten haben sie deutlich weniger Aroma als gelbe Zwiebeln.
- ▶ 'Zwiebeltränen' werden weniger, wenn die halbierte Zwiebel, Messer und Schneidbrett kalt abgespült und nicht abgetrocknet werden.



"Wir gedenken der Fische, die wir in Ägypten umsonst aßen, der Melonen, des Lauchs, der Zwiebeln und des Knoblauchs"

Buch MOSES IV / Kap XI/5

Herausgeber:

Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL)
Institut für Ernährungswirtschaft und Markt
Menzingerstrasse 54, 80638 München
Internet: <http://www.LfL.bayern.de>

Schalotten (*Allium ascalonicum*)

Schalotten – auch Eschlauch genannt – wurden seit altersher in der Stadt Askalon in Kleinasien kultiviert. Sie gelten als die feinste und mildeste aller

Zwiebelarten. Sie zählen botanisch zur Art der Speisezwiebeln (*Allium cepa* L.).

Schalotten sind länglich geformt und weisen einen Durchmesser von ca. 3 bis 5 cm auf. Damit unterscheiden sie sich in der Form deutlich von herkömmlichen Küchenzwiebeln.



Schalotten sind besonders in der nordfranzösischen Küche beliebt. Zum Unterschied zur herkömmlichen Küchenzwiebel werden sie nicht angebräunt, sondern nur gekocht. Ganz besonders gerne verwendet man sie kleingehackt in Rotweinsaucen. Eine klassische Verwendung für Schalotten ist die „Sauce béarnaise“.

Zwiebeln dienen in vielen Küchen der Welt als Grundlage für rohe und gekochte Saucen (Sauce vinaigrette, Gulasch, indonesisches ‚bumbu‘, indisches ‚wet masala‘ usw.).

Speisezwiebeln (*Allium cepa* L.)

Speisezwiebeln gliedern sich im wesentlichen in die gelben, roten und weißen Speisezwiebel mit einem Durchmesser zwischen 45 und 90 mm. Gelbe Zwiebeln kommen i.d.R. in den Monaten Juli bis März

aus heimischem Anbau, z.B. aus Niederbayern; rote und weiße Zwiebeln meist aus Italien und Spanien.

Gelbe Zwiebeln sind geringfügig schärfer als rote bzw. weiße Zwiebeln. Sie sind das Standardgewürz für Saucen und Saucengrundlagen und haben sich einen festen Platz in der deutschen Küche erobert. Aufgrund ihres verhältnismäßig hohen Zuckeranteils schmecken sie auch als Zwiebelkuchen prima.



Gemüsezwiebeln

Speisezwiebeln mit einem besonders großen Durchmesser bis ungefähr 15 cm nennt man auch Gemüsezwiebeln. Die einzelne Zwiebel kann Gewichte zwischen 200g und 500g erreichen.

Gemüsezwiebeln zeichnen sich durch ein weißes, saftiges, mildes, leicht süßlich schmeckendes Fleisch aus.

Aufgrund ihrer Verwendung für die Wursterei und auch den Wurstsalat heißen sie auch ‚Metzgerzwiebeln‘ genannt.

Lauchzwiebeln

Lauchzwiebeln werden auch Bundzwiebeln - im Volksmund Frühlingszwiebeln - genannt. Sie haben sich zu einem ganzjährigen verfügbaren Frischartikel entwickelt, der weitgehend aus heimischem Anbau kommt. Lauchzwiebeln werden jung, grün und unreif

geerntet und gebündelt auf dem Markt angeboten. Lauchzwiebeln schmecken milder und werden als Gewürz und Gemüse in Salaten und Suppen verwendet.

Lauch- oder Bundzwiebeln müssen schnell verbraucht werden (ca. 1 bis 2 Tage) und sollten im Gemüsefach des Kühlschranks gelagert werden.



Schnittlauch (*Allium schoenoprasum* L.)

Schnittlauch – auch Graslauch genannt – ist eine ausdauernde Art des Lauches mit röhrligen Blättern. Schnittlauch kann fortlaufend geerntet werden und sollte als frisches Gewürz eingesetzt werden.

Schnittlauch kann in Töpfen oder im Gemüsegarten an einem nicht zu sonnigen Ort einfach kultiviert werden. Schnittlauch hat schöne rote Blütenstände und dient gleichzeitig als Zierpflanze

Zusammen mit Kerbel, Estragon und Petersilie entsteht die in Frankreich beliebte Gewürzmischung ‚fines herbes‘.