

# Die „wilde Heidi“ gesellt sich zu braver Torte und feinem Balsamico

HEIDELBEEREN sind Multi-Talente / Heute großer Auftritt in Enzklösterle

Von Irene Schröder

Die „Lady“ ist ganz schön „blue“ und kann je nach Laune auch ziemlich „blau“ machen: Die „wilde Heidi“, die an diesem Wochenende ihren ersten großen Auftritt in ihrer Heimat, dem „Heidelbeerdorf“ Enzklösterle hat, zeichnet sich nämlich durch intensives Aroma mit Gewöhnungspotenzial aus. Das liegt vor allem an den „wildem“ Heidelbeeren, die in der Umgebung wachsen und viel intensiver als die größeren Kulturheidelbeeren aus dem La-

Fruchtkaltschalen. Ge- kühlt halten sich die Früchte mehrere Tage, sie lassen sich auch einfrieren oder trocknen. Aber das ist noch längst nicht alles,

tet: Senf und Balsamico, Schokolade und Tees, Sirup und alkoholische Mixturen. Was den Test bestand, wurde ins Sortiment

# WO!

## Aus der Küche

den schmecken. Beim „Heidelbeerfest“, das heute mit vielen Aktionen wie Wanderungen und einem „Show-Cooking“ fortgesetzt wird, sollten sich die Besucher aber vielleicht erst am riesigen Kuchenbüfett in der Festhalle laben, wo 360 Torten, Kuchen und Törtchen locken – ganz zu schweigen vom Heidelbeerpfannkuchen, der Kultstatus genießt. Die kleinen blauen Beeren haben es aber wirklich in sich und sind vielseitiger, als so mancher glauben mag. Zu-

**Ob Seife oder Sirup – aus den aromatischen Beeren lassen sich viele interessante Spezialitäten herstellen..**

Foto: Schröder

nächst einmal enthalten sie viel Myrtillin. Dieser natürliche Farbstoff verleiht den Heidelbeeren ihre dunkelblaue Farbe – und er neutralisiert im menschlichen Körper Freie Radikale.

Außerdem wirkt der Farbstoff entzündungshemmend und macht die Blutgefäße elastischer. So beugt er Herz- und Kreislauferkrankungen vor. Aber in Heidelbeeren steckt noch mehr: Sie liefern Vitamin C und E sowie – im Vergleich zu anderen Beeren – relativ viele Ballaststoffe.

Natürlich schmecken Heidelbeeren pur schon wunderbarfrisch und süß, aber auch in Gebäck und Desserts, Müsli, Milchshake, Quark und

wie das „Heidelbeerhaus“ in Enzklösterle beweist: Vor zwei Jahren hatten Regine Erhard und Claudia Ollenhauer die örtlichen Spezialitäten, zu

enen natürlich auch Marmelade, Likör und Wein zählen, ein wenig über. Sie machten sich zunächst europä- dann weltweit auf die Suche. Im Team wurde getes-

aufgenommen und um dekoratives Zubehör wie Tischwäsche, Geschirr und Seifen erweitert. Seitdem sind die „blauen“ Produkte auf Erfolgskurs.



## Rezepte in Blau

### Heidelbeer-Joghurt-Dessert:

**Zutaten:** 500 Gramm Heidelbeer-Joghurt, 200 ml Sahne, 100 ml Heidelbeerwein, etwas Zucker, 3 Esslöffel Mondamin, 5 Blatt Gelatine

**Zubereitung:** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Mondamin mit etwas kaltem Heidelbeerwein glatt rühren. Heidelbeerwein aufkochen, abbinden und nochmals aufkochen. Wald-Heidelbeeren

dazugeben, kurz erhitzen. Mit Zucker nach Geschmack nachsüßen. Kalt stellen. Sahne steif schlagen. Gelatine auf ein Sieb gießen und gut ausdrücken. Joghurt in eine Schüssel geben. Die Hälfte des Heidelbeermarks unter den Joghurt heben. Die geschlagene Sahne unterheben. Die ausgedrückte Gelatine leicht erwärmen, unterrühren. Kalt stellen!

### „Wilde Heidi“ (mit Alkohol):

**Rezept:** 2cl Heidelbeerlikör, Spritzer Zitronensaft und Zitronenscheibe, 2 Esslöffel Heidelbeeren frisch oder gefroren, 100 ml Sekt, zwei Eiswürfel, Minzblatt.

### „Wilde Heidi“ (Alkoholfrei):

**Rezept:** 1cl Heidelbeersirup Spritzer Zitronensaft oder Zitronenscheibe 2 Esslöffel Heidelbeeren frisch oder gefroren, 100ml süßer Sprudel, 2 Eiswürfel, Minzblatt.