

## INFORAMA MONATS-REZEPT

NOVEMBER 2018



### MARRONI-GUGELHOPF

Eine Gugelhopf-Form von 22 cm Durchmesser gut einfetten und bemehlen.

150 g	Butter	weich rühren
175 g	Zucker	
1 Prise	Salz	darunterrühren
3	Eier	eines nach dem anderen begeben, solange weiterrühren, bis die Masse hell ist
300 g	Mehl	
2 TL	Backpulver	sieben
1 dl	Milch	abwechslungsweise mit dem Mehl unter die Masse rühren. Die Hälfte in die vorbereitete Form füllen
400 g	Marronipüree	alles gut mischen und ebenfalls in die Form füllen. Mit einer Gabel spiralförmig unter den Teig ziehen, den restlichen Teig darauf verteilen.
4 EL	Rahm	
1,5 EL	Kirsch	

**Backen:** Auf der untersten Rille im 180°C warmen Ofen ca. 55 Minuten backen.

### EDEL- UND ROSSKASTANIE – GEHALTVOLLE GESCHENKE DER NATUR

Die älteste Nutzungsform der Edelkastanie ist das Sammeln ihrer nahrhaften Früchte. Mit grosser Wahrscheinlichkeit wurde diese Spezies schon vor dem Getreide kultiviert. Die Kastanien sind reich an Stärke und stellten im Mittelalter für die Bevölkerung des nördlichen Mittelmeerraumes eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel dar. Heute erfreut die Esskastanie verarbeitet als Püree und in Form von Vermicelles serviert, grosser Beliebtheit und hat in der Kulinarik zubereitet als Suppe, als Beilage zu Wild, als Süssgebäck usw. ihren festen Platz in unserem Speiseplan gefunden.

Rosskastaniensamen sind nicht essbar. Sie enthalten einen hohen Anteil an Saponinen (seifenartige Verbindungen), die zerrieben als Reinigungsmittel benutzt werden können. Angewendet als Medizin, lindert Rosskastanienextrakt Venenleiden oder hilft bei Sportverletzungen. Die zermahlene Keimblätter werden in der Kosmetikindustrie zur Herstellung von Salben und Tinkturen zur äusseren Anwendung verwendet. Den grössten Wert hat die Rosskastanie jedoch sicherlich als Park-, Garten- und Alleebaum und stellt mit ihrer imposanten Krone und der alljährliche Blüte im Frühjahr ein spektakuläres Ereignis dar.