

# Zwetschgensenf-Variationen, Pia's Baumnussbrot und Käse September 2021



Für 4 Personen

## Zwetschgensenf (1. Variante)

4	Zwetschgen
¼ Stück	Zwiebel
2 EL	Rohrzucker
0,5 dl	Rotweinessig

200g	Senf, grobkörnig
1 Spritzer	Zitronensaft
	Pfeffer

Waschen, halbieren und entsteinen. Die Zwiebel rüsten rüsten und in grobe Stücke schneiden. Alles zusammen zusammen in eine Pfanne geben und ca. 15 Minuten auf kleinem Feuer köcheln lassen. Abkühlen lassen und gut pürieren.

Den Senf und den Zitronensaft dazugeben, gut verrühren und mit Pfeffer abschmecken.

Für 10 Gläser à 150 ml\*

## Zwetschgensenf (2. Variante)

1 kg	Zwetschgen, sehr reif
30 g	Rohrzucker
1	Zitrone
½ l	Wasser
50 ml	Rotweinessig
250 g	Gelierzucker 2:1
70 g	Senfpulver
20 g	braune Senfsaat

Waschen, halbieren und entsteinen und in einer Pfanne Pfanne mit dem Zucker und dem Zitronensaft ca. 30 Minuten ziehen lassen. Wasser hinzufügen, bei niedriger niedriger Hitze unter ständigem rühren 30 Minuten köcheln lassen. Gut pürieren.

Gelierzucker und Rotweinessig in die Masse geben, unter rühren 3 Minuten sprudelnd kochen lassen.

Die Masse vom Herd nehmen und mit dem Senfpulver und der Senfsaat vermengen.

Heiss abfüllen, verschliessen und auskühlen lassen.

Haltbarkeit: Geöffnet ca. 3 Monate im Kühlschrank.

\*Die Vorratsgläser mit den Deckeln 5 Minuten in sprudelndem Wasser auskochen und mit der Öffnung nach unten auf einem sauberen Küchenhandtuch trocknen lassen

## Pia's Baumnussbrot:

500 g	Ruchmehl
150 g	Baumnüsse
1 Päckchen	Trockenhefe
1 EL	Zucker
1,5 KL	Salz
2 EL	Sonnenblumenöl
3,5 dl	Wasser

Baumnüsse grob hacken, Mehl, Hefe, Zucker und Salz in eine Schüssel geben und gut vermengen. Öl und Wasser dazugeben und den Teig solange kneten, bis dieser eine geschmeidige, glatte Konsistenz hat. Zu einer Kugel formen und 45 Minuten zugedeckt ruhen ruhen lassen.

Den Teig nochmals kneten, in die gewünschte Form geben und auf ein mit Backfolie ausgelegtes Blech geben. Mit Wasser bestreichen.

Im vorgeheizten Ofen bei 220°C Ober- und Unterhitze ca. 50 Minuten backen.

## Käse

Tête-de-Moine / Blauschimmelkäse / Tommes / Gruyère  
Gruyère / Emmentaler oder nach Belieben

## ZWETSCHGEN – DIE FRUCHTIGEN HERBSTBOTEN

Hängt das reife Steinobst am heimischen Obstbaum, so ist klar: der Herbst klopft leise an die Tür. Doch die aromatischen Früchte können helfen, eine eventuell aufkommende Spätsommer-Wehmut zu versüssen.

### **Kulturgeschichte und Botanik**

Zwetschgen werden – wie Mirabellen auch, unter dem Oberbegriff «Pflaumen» zusammengefasst. Die wilden Vorfahren der Pflaume vermutet man im Kaukasus, dem Hochgebirge zwischen Schwarzem und Kaspischem Meer. Archäologische Funde lassen hier auf eine lange Geschichte schliessen. Die Römer waren es, die uns die Pflaumen nach Mitteleuropa brachten – wahrscheinlich ganz anders in Form, Farbe und Geschmack als heutige Exemplare, denn man weiss: Pflaumen sind sehr kreuzungswillig. Daher sind auch mindestens 2.000 Sorten bekannt. Die Wissenschaft tut sich schwer mit einer präzisen botanischen Abgrenzung einzelner Sorten. Fest steht nur: Alle sind Rosengewächse, ihre Früchte sind Steinfrüchte.

In der Schweiz werden jährlich zwischen 4'000 und 6'000 Tonnen Zwetschgen produziert.