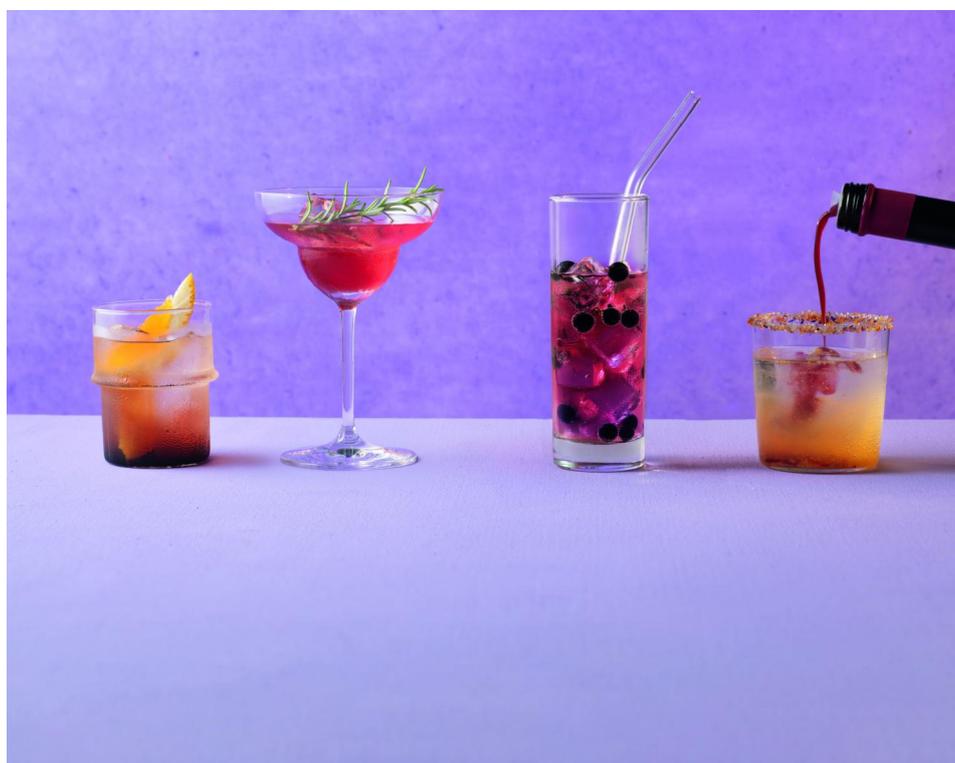


Rezepttipp – Säure, die erfrischt: Sommerzeit ist Essigzeit

Ob auf Salat, zu Beeren oder im Drink – Essig bringt frischen Schwung in die Sommerküche. Seine feine Säure sorgt nicht nur für Geschmack, sondern auch für angenehme Kühle an heißen Tagen. Ein echtes Multitalent, das Tradition und Trend spielerisch verbindet.



Erfrischende Cocktails mit feinem Essig. © Mona Lorenz

Essig zählt zu den ältesten Lebensmitteln der Welt. Bereits in den antiken Hochkulturen Ägyptens, Babylons und Griechenlands war er ein geschätzter Alltagsbegleiter – als Würzmittel, Konservierungsstoff und Bestandteil heilkundlicher Anwendungen. Bis heute ist seine feine Säure aus der Küche nicht wegzudenken: Ob klassisches Salatdressing, Ragout,

Sauce oder süß-saure Spezialität – Essig verleiht vielen Gerichten den letzten Schliff.

Hergestellt wird Essig durch die natürliche Fermentation alkoholischer Flüssigkeiten wie Wein, Bier oder Fruchtsaft mithilfe spezieller Essigbakterien. Je nach verwendeter Ausgangsbasis, Reifung und Zusatz von Kräutern, Gewürzen oder Holzfasslagerung entstehen charaktervolle Sorten mit ganz eigener Note – von mild bis kraftvoll, von fruchtig bis würzig.

Kleine Essigkunde

Die Vielfalt an Essigsorten eröffnet kulinarisch beinahe grenzenlose Möglichkeiten: Apfelessig bringt fruchtige Frische, Rotweinessig verleiht Tiefe und Komplexität, während Sherry- oder Himbeeressig mit fein-süßlichen Nuancen überraschen. Besonders geschätzt ist Aceto Balsamico, der aus eingekochtem Traubenmost gewonnen wird. Mit seiner dunklen, sirupartigen Konsistenz veredelt er nicht nur Salate und Fleischgerichte, sondern auch Beeren oder Vanilleeis.

Auch Fruchtenessige – etwa auf Basis von Marille, Mango oder Sauerkirsche erfreuen sich wachsender Beliebtheit. Sie kombinieren milde Säure mit natürlicher Süße und setzen farbliche wie geschmackliche Akzente. Wichtig ist dabei ein gutes Verhältnis von Frucht, Säure und Textur. Produkte wie die „**AcetoPlus**“-Linie von **Wiberg** zeigen, wie harmonisch solche Kombinationen ausfallen können – etwa als Marinade, Dessertverfeinerung oder überraschender Getränkebestandteil.

Kühlender Sommergenuss

Eine besondere Renaissance erlebt derzeit **Oxymel** – ein traditionsreiches Naturtonikum aus Essig, Honig und Heilpflanzen wie Thymian oder Ingwer. Bereits Hippokrates setzte die süß-saure Mischung bei Husten, Entzündungen und zur Stärkung der Abwehrkräfte ein. Heute wird Oxymel wiederentdeckt: als milder Immunbooster, verdünnt mit Wasser als Erfrischungsgetränk oder als kulinarische Zutat in der Sommerküche.



© Mona Lorenz

Cherry Rosmarin Fizz

Zutaten für zwei Drinks:

2 TL Sauerkirsche-Essig

120 ml Sauerkirschsaft (100 % Direktsaft, ungesüßt)

2 TL Zuckersirup oder Honig

4 cl Gin oder weißer Rum

120 ml Prosecco
Eiswürfel
1 Zweig frischer Rosmarin

Zubereitung:

Essig, Saft, Sirup und Gin od. Rum kräftig mit Eis shaken.
In ein gekühltes Glas abseihen. Mit Soda oder Prosecco
aufgießen.

Rosmarin andrücken. Für die alkoholfreie Variante mit
Sodawasser aufgießen.



© Mona Lorenz

Heidelbeer-Essig-Bellini

Zutaten für zwei Drinks:

20 frische Heidelbeeren

4 TL AcetoPlus Himbeer-Essig

200 ml gut gekühlten Prosecco Eiskwürfel

optional: etwas Zucker oder Honig, Lavendelblüten

Zubereitung:

Heidelbeeren leicht zerdrücken und mit dem Fruchtestig verrühren.

Nach Geschmack etwas Honig oder Sirup einrühren.

Eiskwürfel in ein Glas oder Coupe geben, die Mischung darüber gießen.

Mit Prosecco aufgießen, vorsichtig umrühren.

Mit Lavendelblüten oder Lavendelzucker fein abschmecken.



© Mona Lorenz

Karamellierter Bauerntopfen mit süß-sauren Himbeeren

Zutaten für 4 Portionen:

4 Eiweiß, 50 g Feinkristallzucker, 120 g Butter, 1 Eigelb, 800 g Topfen, 65 g Weizengrieß, 6 g Salz, 60 g Himbeeren, 60 g Schlagobers, 30 g Staubzucker, 40 ml AcetoPlus Wiberg Himbeere

Zubereitung

Das Eiweiß mit dem Zucker steif schlagen.

Butter und Eigelb schaumig rühren.

Topfen, Salz und Weizengrieß glattrühren und die Buttermischung und das Eiweiß unterheben.

Die Mischung in eine Backform füllen.

Für das Wasserbad die Backform in ein mit Wasser gefülltes Backblech setzen.

Bei 100 °C für 1 Stunde im Backrohr, im Wasserbad, pochieren.

In der Zwischenzeit das Schlagobers steif schlagen und mit etwas Zucker abschmecken.

In einen Spritzbeutel füllen und die Himbeeren damit füllen.

Für die süß-saure Marinade den AcetoPlus Himbeere mit etwas Zucker verrühren und über die Himbeeren geben.

Besuchen Sie uns auf: baeckerzeitung.at