

Rezepte mit Aronia

Genuss und Gesundheit pur



Die Geschichte der Aroniabeere

Aronia ist eine aus Nordamerika stammende Pflanze, deren Beeren natürliche Inhaltsstoffe besitzen. Die Aroniabeere wird in der Fachsprache „aronia melanocarpa“ oder umgangssprachlich auch Apfelbeere genannt. Sie zählt zur Familie der Rosengewächse und besitzt eine violett-schwarze Farbe. Das Außergewöhnliche an der Aroniabeere ist ihr hoher OPC-Gehalt. Dadurch verdient sich die Aroniabeere zurecht den Beinamen „Powerbeere“.

Unsere Produkte werden alle aus der österreichischen Alpenaronia hergestellt und sind herb-fruchtig und intensiv im Geschmack.

Wir von „Aronialand®“ befassen uns schon seit über 10 Jahren mit der Verarbeitung und Veredelung der Aroniabeere, die wir zu Bio Direktsaft, Trockenbeeren, Pulver, Kräuterelixieren, Genussartikel bis hin zu Pflegeprodukten verarbeiten.

Ihre Vorteile bei „Aronialand®“

Unsere Aroniabeeren stammen zu 100 % aus Österreich. Wir achten auf einen biologischen Anbau und arbeiten bewusst mit kleineren Landwirten zusammen. So erhalten Sie einen qualitativ hochwertigen Aroniasaft und unterstützen gleichzeitig regionale Bauern.

Durch eine besonders schonende Presstechnik und spezielle Trocknungsverfahren sind wir in der Lage, die wertvollen Inhaltsstoffe, wie Vitamine, OPC und Spurenelemente der dunkelblauen Beere weitestgehend zu erhalten. Wertverluste durch Gefrieren, Süßen, lange Lagerzeiten, Überreife der Beeren oder Plantagen-Massenproduktion lehnen wir strikt ab. Die Produkte von Aronialand® sind auch für Veganer geeignet.

Unsere oberste Priorität ist es, die kraftvolle Beere in ihrer natürlichen und wertvollen Form dem bewussten Kunden anzubieten.



Inhaltsverzeichnis

- S 06 Aronia Salat-Dressing
- S 07 Cremige Aronia Meerrettich-Suppe
- S 08 Aronia Grill-Dip
- S 09 Aronia Dry Gin Marinade
- S 10 Aronia Dry Gin Grillbutter
- S 11 Aroniasauce zu Wild oder Geflügel
- S 12 Omas Hackfleischlaibchen mit Aronia
- S 13 Aronia Hackfleischbällchen in Tomatensauce
- S 14 Aronia Gulasch
- S 15 Kabeljau-Rückenfilet mit Aronia-Sauce
- S 16 Aronia-Brotaufstrich mit Rote Beete
- S 17 Aronia-Dinkel-Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen
- S 18 Aronia-Apfel-Marmelade
- S 19 Aronia-Pfefferminz-Gelee
- S 20 Aronia-Apfel-Pie
- S 21 Aronia Apfelkuchen mit Streusel
- S 22 Aronia Hefeteigkuchen
- S 23 Aronia Käsekuchen - glutenfrei
- S 24 Aronia Muffins
- S 25 Aroniabusserl
- S 26 Aronia Energie-Riegel
- S 27 Aronia Pudding
- S 28 Milchreis mit Aronia
- S 29 Aronia Quarkspeise
- S 30 Aronia Fruchtmilch
- S 31 Aronia-Lassi-Joghurt-Drink
- S 32 Aronia-Mango-Erdbeer-Smoothie
- S 33 Aronia-Joghurt-Drink
- S 34 Aronia-Molke-Drink
- S 35 Aronia-Joghurt-Drink
- S 36 Aronia-Orange-Trunk
- S 37 Aronia-Holunder-Getränk - warm
- S 38 Aronia-Eistee
- S 39 Aronia-Winter-Tee
- S 40 Klassischer Negrino
- S 41 Vanilleeis mit Aronia

Aroniaprodukte

Wie können sie kombiniert / verwendet / eingesetzt werden?

Aroniasaft:

- Mineralwasser
- Orangensaft
- Apfelsaft
- Karottensaft
- Multivitaminsaft
- Sekt / Prosecco
- Buttermilch
- Milch (Kuh-, Hafer-, Soja-, ...)
- Joghurt
- Molke
- Eierlikör
- Smoothie

Aronia Kräuter Plus

Aronia Kräuter Aktiv

Aronia B-Komplex

- Mineralwasser
- Orangensaft
- Apfelsaft
- Karottensaft
- Molke

Aronia Sirup (Mischverhältnis 1:10)

- Mineralwasser
- Orangensaft
- Apfelsaft
- Karottensaft
- Multivitaminsaft
- Sekt / Prosecco
- Buttermilch
- Milch (Kuh-, Hafer-, Soja-, ...)
- Joghurt
- Molke
- Eierlikör
- Smoothie
- über Eis
- Müsli
- Quark

Aronia Bio-Extrakt

(Mischverhältnis 1:10; eingedickter, konzentrierter Aroniasaft).

Anmerkung: nicht so süß wie Aronia-Sirup

- Sekt / Prosecco
- Buttermilch
- Milch (Kuh-, Hafer-, Soja-, ...)
- Joghurt
- Molke
- Eierlikör
- Smoothie
- über Eis
- Müsli
- Quark

Aronia Bio-Pulver

- Joghurt
- Molke
- Smoothie
- über Eis
- Müsli
- Quark
- in Salatsoßen
- zum Kochen und Backen

Aronia Bio-Trockenbeeren

- Joghurt
- Smoothie
- über Eis
- Müsli
- Quark
- in Salatsoßen
- zum Kochen und Backen
- in Soßen
- als weitere Zutat bei Gemüse oder Reis
- als Geschmackszutat in süßen oder herzhaften Teigen

Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben

- mit kochendem Wasser als Tee aufgießen, ziehen lassen und abgießen
- Joghurt
- Smoothie
- über Eis
- Müsli
- Quark
- als weitere Frucht in offenem Früchtetee
- in Salatsoßen
- zum Kochen und Backen
- in Soßen
- als weitere Zutat bei Gemüse oder Reis
- als Geschmackszutat in süßen oder herzhaften Teigen

Aronia Bio-Fruchtaufstrich

- auf Brot, Toast, Semmel, Knäckebrot
- in Joghurt
- in Quark
- zum Kochen und Backen
- in Soßen,
- als weitere Zutat bei Blaukraut
- als Geschmackszutat bei Fleisch (z.B. Wiener Schnitzel, Wildfleisch)
- als Füllung bei Plätzchen
- als Füllung bei Pfannkuchen

Aronia Likör

- Sekt / Prosecco
- über Eis
- zum Kochen und Backen
- in Soßen
- als weitere Zutat bei Blaukraut
- als Topping bei Waffeln
- als Topping auf Kuchen (wie Eierlikör)

Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)

- über Salate
- in Soßen und Dips

Entdecke die Kraft der **ARONIABEERE**



Aronia Salat - Dressing

Zutaten:

- 4 EL Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Aronia Bio-Pulver
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Rohrzucker
- 4 EL Aronia Bio-Trockenbeeren

Zubereitung:

Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis), Öl, Aronia Bio-Pulver, Salz und Rohrzucker in einer kleinen Schüssel gut miteinander vermischen.

Die Aronia Bio-Trockenbeeren zufügen und alles abgedeckt im Kühlschrank ca. 1 Stunde ziehen lassen.



Cremige Aronia - Meerrettich - Suppe

4 Portionen

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3 Kartoffeln (mehlig kochend)
- 20 gr Butter
- 125 ml Weißwein
- 1,5 l Wasser
- 1 EL gekörnte Gemüsebrühe
- 100 ml Creme fraiche
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss-Abrieb
- Zitronensaft
- 5 EL Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben
- 5 EL geriebener Meerrettich

Zubereitung:

Vorbereitung:

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und klein schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Zubereitung:

Butter in einem mittleren Topf schmelzen lassen und klein gehackte Zwiebeln und Knoblauchzehen darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und köchelnd einreduzieren. Danach mit Wasser aufgießen, klein gewürfelte Kartoffeln und gekörnte Gemüsebrühe zugeben, aufkochen lassen und dann bei mittlerer Temperatur gut einkochen.

Creme fraiche mit 3 bis 4 EL der heißen Flüssigkeit in einer Tasse glatt rühren und dann alles in die heiße, nicht mehr kochende Suppe einrühren. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronensaft abschmecken.

Anschließend die Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben und den Meerrettich zufügen und alles mit einem Stabmixer auf niedriger Stufe vorsichtig pürieren und direkt heiß servieren.



Aronia Grill-Dip

2 Portionen

Zutaten:

8 TL	Currypulver
1 TL	Knoblauchgranulat
1 TL	Paprikapulver
1 TL	Pfeffer (schwarz)
1 TL	Salz
1 TL	Zucker
1 TL	Zwiebelgewürz
60 ml	Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)
150 gr	Tomatenmark
300 ml	Aronia Bio-Saft

Zubereitung:

Alle Gewürze (Curry, Knoblauchgranulat, Paprika, Pfeffer, Salz, Zwiebelgewürz) und den Zucker in ein Schüssel geben und alles gut vermischen.

Den Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis) dazugeben und so lange rühren, bis sich alles gut vermischt hat.

Anschließend erst Tomatenmark und danach Aronia Bio-Saft unterrühren, bis ein zähflüssiger Dip entstanden ist. In ein geeignetes Gefäß umfüllen und verschlossen im Kühlschrank bis zur Verwendung lagern.



Aronia - Dry Gin - Marinade

Zum Marinieren von Fleisch

Zutaten:

- 100 gr Zucker
- 2 TL Senf (mittelscharf oder scharf, grobkörnig oder fein, je nach eigenem Geschmack)
- 2 TL Olivenöl
- 2 TL Pfeffer (schwarz, gemahlen)
- 8 cl Aronia-Dry Gin
- etwas grobes Meersalz

Zubereitung:

Alle Zutaten in einer kleinen Schüssel gut miteinander verrühren.
Das Fleisch mit der Marinade einreiben und mindestens 60 Minuten im Kühlschrank einziehen lassen.
Tipp: Das marinierte Fleisch in einen Gefrierbeutel geben und so luftdicht verpackt in den Kühlschrank legen.



Aronia - Dry Gin - Grillbutter

Für ca. 4 Portionen

Zutaten:

- 200 gr weiche Butter
- 1 kleine Salatgurke
- 30 ml Aronia Dry Gin
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 10 Stück Aronia-BIO-Trockenbeeren
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung:

1 EL der weichen Butter in einen kleinen Topf geben und erstmal zur Seite stellen. Die restliche weiche Butter in einer Rührschüssel ca. 5 min. aufschlagen. Die Gurke waschen und in feine Würfel schneiden, den Aronia Dry Gin über die Gurkenstückchen gießen und so ca. 10 Minuten ziehen lassen. Schnittlauch säubern, behutsam waschen und in feine Röllchen schneiden. Aronia-BIO-Trockenbeeren klein hacken, Butter im kleinen Topf erwärmen, die gehackten Aronia-BIO-Trockenbeeren hinzufügen und ca. 1 Minute unter ständigem Rühren garen. Jetzt die im Aronia Dry Gin marinierten Gurkenstückchen mit der Hand leicht ausdrücken und die austretende Flüssigkeit abgießen. Die Gurkenstückchen zusammen mit den gehackten Aronia-BIO-Trockenbeeren und den Schnittlauchröllchen zu der aufgeschlagenen Butter in die Schüssel geben und alles gut miteinander verrühren. Die Buttermasse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben in eine dünne Rolle oder kleine Einzel-Portionen formen, etwas auskühlen lassen und dann im Kühlschrank ca. 1 Stunde fest werden lassen.



Aronia Sauce zu Wild oder Geflügel

Zutaten:

4-5 Schalotten
 40 gr Butter
 1 EL Senf (mittelscharf)
 100 ml Aronia Bio-Saft
 100 ml Fleischbrühe
 100 ml Sahne
 etwas Kräuter
 Salz
 Pfeffer

Zubereitung:

Schalotten putzen und in kleine Würfel schneiden.

Fett in einem kleinen Topf erhitzen, Schalotten darin andünsten, Senf dazugeben und kurz mitdünsten. Unter Rühren vorsichtig Aroniasaft und Brühe zufügen. Alles auf niedriger Stufe köcheln lassen.

Nach Belieben einreduzieren lassen, bis die gewünschte Saucen-Konsistenz erreicht ist.

Nach Geschmack noch Sahne zufügen (aber dann nicht mehr kochen lassen!) und mit Kräutern, Salz oder Pfeffer abschmecken.



Omas Hackfleischlaibchen mit Aronia

2 Portionen

Zutaten:

- 1 alte Semmel
- 100 ml Milch
- 1 Zwiebel
- 1 EL Öl
- 400 gr gemischtes Hackfleisch
- 1 Ei
- 2 EL Aronia Bio-Pulver
- 1/4 TL Salz
- 1 Stiel Petersilie, gehackt
- 1/4 TL Majoran, gehackt
- 1/2 TL Bohnenkraut, gehackt
- 1/4 TL Pfeffer
- Semmelbrösel
- 3 EL Öl

Zubereitung:

Alte Semmel in Würfel schneiden, in eine kleine Schüssel geben und einige Minuten in Milch einweichen.

Zwiebel schälen, klein würfeln und in Öl goldbraun anschwitzen.

Weiche Semmel ausdrücken und mit Hackfleisch in eine große Schüssel geben.

Zwiebel samt Öl, Ei, Aronia Bio-Pulver, Salz, Petersilie, Majoran, Bohnenkraut und Pfeffer zufügen und alles vermischen, bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist.

8 gleich große Laibchen formen und diese in Semmelbrösel wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die leicht flach gedrückten Fleischlaibchen darin erst von der einen, dann von der anderen Seite bei mittlerer Temperatur langsam durchbraten.



Aronia Hackfleischbällchen in Tomatensauce

4 Portionen

Zutaten:

1½	Scheiben Toastbrot
100 ml	Wasser
5-6	Stiele Thymian
800 gr	Rinderhackfleisch
1	Ei
1 TL	Aronia Bio-Pulver
½ TL	Salz
½ TL	Pfeffer
600 gr	Möhren
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
4 EL	Öl
500 gr	Dosen-Tomaten, gestückelt
200 ml	Brühe
3 EL	Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)
etwas	Salz
etwas	Pfeffer

Zubereitung:

Toastbrot in einer kleinen Schüssel in Wasser einweichen.

Blätter von den Thymian-Stielen abzupfen und klein hacken.

Toastbrot ausdrücken und in eine große Schüssel geben. Hackfleisch, Ei, Aronia Bio-Pulver, Salz, Pfeffer und Thymian zufügen und alles vermischen, bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist.

16 gleich große Bällchen formen und kaltstellen.

Möhren waschen, putzen und in dünne

Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln.

Öl in eine Pfanne mit hohem Rand oder einen Bräter geben, erhitzen, Fleischbällchen darin von allen

Seiten anbraten und herausnehmen. Jetzt Zwiebel und Möhren darin anbrat en und für 2-3 Minuten andünsten.

Tomaten samt Tomatenflüssigkeit, Brühe und Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis) dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Alles aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen, die Fleischbällchen wieder dazu geben und zusammen weitere 15 Minuten köcheln. Nach Geschmack noch mit etwas Thymian garnieren.



Aronia Gulasch

Für 4 Portionen

Zutaten:

- 1 Gemüsezwiebel
- 1 Paprika
- 1 kg Rinder-Gulasch
- 3 EL Öl (stark erhitzbar)
- 100 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
- 300 ml Aronia Bio-Saft
- etwas Salz
- etwas Pfeffer
- etwas Paprika-Pulver
- etwas Aronia-Kirschblütenhonig

Zubereitung:

Gemüsezwiebel und Paprika putzen und in kleine Würfel schneiden. Rinder-Gulasch portionsweise in einem Topf in heißem Öl stark anbraten und die fertig angebratenen Portionen zur Seite stellen. Bei der letzten Portion klein gewürfelte Zwiebeln und Paprika dazugeben und kurz mit anbraten. Aronia Bio-Trockenbeeren zufügen und alles gut umrühren.

Das restliche Fleisch wieder zufügen, das Ganze mit 150 ml Aronia Bio-Saft ablöschen und bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel ca. 30 min.

köcheln lassen.

Anschließend Deckel etwas öffnen, so dass Wasserdampf entweichen kann und so die Flüssigkeit etwas reduziert. Nochmals 150 ml Aronia Bio-Saft zugießen und das Gulasch nochmals ca. 30 min. garen lassen. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer, Paprika-Pulver und Aronia Kirschblütenhonig abschmecken.



Kabeljau - Rückenfilet mit Aronia - Sauce

2 Portionen

Zutaten:

200 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
 400 ml Wasser
 20 gr Butter
 30 gr Aronia Bio-Honig
 70 ml Aronia Bio-Saft
 50 ml Weißwein
 100 ml Sahne
 Salz
 Pfeffer
 Zitronensaft
 1-2 Kräuter-Stängel
 400 gr Kabeljau-Rückenfilet
 1 EL Mehl
 2 EL Öl

Zubereitung:

Vortag:

Aronia Bio-Trockenbeeren in eine Schüssel geben, Wasser dazu geben und abgedeckt ca. 12 Stunden kühl quellen lassen.

Soße:

Butter in einem Topf zergehen lassen, gut abgetropfte Aroniabeeren und Aronia Bio-Honig dazu geben, mit Aronia Bio-Saft und Weißwein ablöschen.

Etwas köcheln und reduzieren lassen, mit Sahne aufgießen und anschließend mit etwas Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Warm stellen.

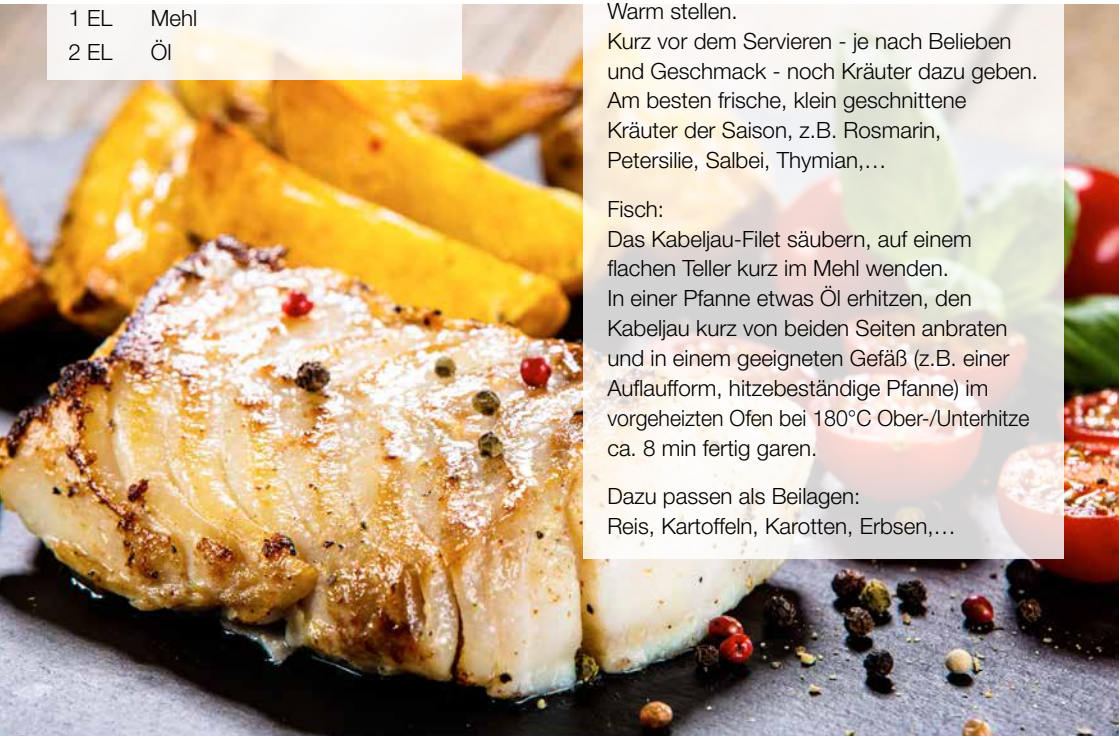
Kurz vor dem Servieren - je nach Belieben und Geschmack - noch Kräuter dazu geben. Am besten frische, klein geschnittene Kräuter der Saison, z.B. Rosmarin, Petersilie, Salbei, Thymian,...

Fisch:

Das Kabeljau-Filet säubern, auf einem flachen Teller kurz im Mehl wenden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, den Kabeljau kurz von beiden Seiten anbraten und in einem geeigneten Gefäß (z.B. einer Auflaufform, hitzebeständige Pfanne) im vorgeheizten Ofen bei 180°C Ober-/Unterhitze ca. 8 min fertig garen.

Dazu passen als Beilagen:

Reis, Kartoffeln, Karotten, Erbsen,...



Aronia - Brotaufstrich mit Roter Beete (herzhaft)

8 Portionen

Zutaten:

- 60 gr Sonnenblumenkerne
- 50 ml Wasser
- 400 gr Rote Beete, vorgekocht
- 30 gr Meerrettich, gerieben
- 2 EL Aronia Bio-Pulver
- 1 EL Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 1 EL Olivenöl

Zubereitung:

Sonnenblumenkerne in eine kleine Schüssel füllen, Wasser zufügen und mindestens 2 Stunden einweichen lassen. Wasser abgießen und in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur leicht anrösten (ohne Öl oder Fett!). Rote Beete in kleinere Stücke schneiden. In einer Schüssel zusammen mit Meerrettich, Aronia Bio-Pulver, Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis), Zitronensaft, Salz und Olivenöl pürieren.

Reste unbedingt in einem verschlossenen Gefäß im Kühlschrank aufbewahren!
Hält ca. 4 Tage.



Aronia - Dinkel - Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen

Zutaten:

500 gr	Dinkel Vollkornmehl
1 Würfel	Frischhefe (zerbröseln)
150 gr	Sonnenblumenkerne
2 TL	Salz
1 EL	Aronia Bio-Pulver
2 EL	Aronia Bio-Trockenbeeren
500 ml	Wasser
2 EL	Aronia-Essig (Zubereitung auf Essigbasis)
2 EL	Haferflocken (nach Geschmack)

Zubereitung:

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem Teig verarbeiten.

Eine Kastenform mit Backpapier auslegen und den Teig einfüllen.

Die Haferflocken darauf verteilen.

Die gefüllte Backform auf die mittlere Schiene in den kalten Backofen stellen und 60 min bei 200°C Ober- und Unterhitze backen.



Aronia - Apfel - Marmelade

Zutaten:

1 kg frische Aroniabeeren
 1 kg Äpfel
 1 kg Gelierzucker (2:1)
 Saft von 1 Zitrone
 3-4 Gewürznelken
 Einige saubere, heiß ausgespülte
 Gläser mit passenden Deckeln

Zubereitung:

Aroniabeeren waschen. Äpfel waschen, schälen, entkernen und in grobe Stücke schneiden.

Aroniabeeren und Äpfel pürieren und diese Masse anschließend in einen großen Topf umfüllen.

Gelierzucker, Zitronensaft und Gewürznelken dazu geben, gut verrühren und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Unter Rühren ca. 4 min kochen lassen, eventuell auftretenden Schaum abschöpfen und Gewürznelken entfernen.

Die heiße Masse in die vorbereiteten Gläser (bis zum Rand hoch) füllen, Gläser sofort fest verschließen, kopfüber stellen und langsam abkühlen lassen.



Aronia - Pfefferminz - Gelee

Zutaten:

900 ml Aronia Bio-Saft
500 gr Gelierzucker (2:1)
Saft von 1 Zitrone
3-4 frische Stängel Pfefferminze

Zubereitung:

Aronia Bio-Saft, Gelierzucker und den Zitronensaft in einen großen Topf geben und die Pfefferminzstängel hineinhängen. Alles unter Rühren erhitzen und ca. 1 Minute aufkochen lassen. Unter Rühren noch ca. 6 min köcheln lassen. Eventuell auftretenden Schaum abschöpfen. Gelierprobe durchführen: 1 TL der heißen Masse auf einen kleinen Teller geben. Sie sollte innerhalb von Sekunden fest werden. Wenn nicht, dann Masse noch etwas weiter köcheln lassen und Gelierprobe wiederholen. Wird die Probe fest, die Pfefferminze wieder herausnehmen. Anschließend die heiße Flüssigkeit in die vorbereiteten Gläser (bis zum Rand hoch) füllen, Gläser sofort fest verschließen und kopfüber abkühlen lassen.



Aronia - Apfel - Pie

Für 4 Personen

Zutaten:

200 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
(Alternativ: 100 gr
Aronia Bio-Fruchtaufstrich)
400 ml Wasser
200 gr Mehl
125 gr Butter
100 gr Zucker
Aroniabeeren (abgetropft)
1 EL Vanillezucker
1 Apfel
etwas Zitronensaft
etwas Butter

Tipp: Noch warm mit
einer Kugel Vanille-Eis servieren!

Zubereitung:

Vortag:

Aronia Bio-Trockenbeeren in eine Schüssel füllen, Wasser dazu geben und mind. 12 Stunden einweichen lassen.

Zubereitung:

Mehl, Butter und Zucker in eine Schüssel geben und zu Streusel vermischen.

Die zuvor eingeweichten Aroniabeeren gut abtropfen lassen, in eine Schüssel geben und mit Vanillezucker vermischen.

(Alternative:

Aronia Bio-Fruchtaufstrich mit Vanillezucker vermischen.)

Apfel waschen, schälen, entkernen, in kleine Stücke schneiden, mit dem Zitronensaft beträufeln und unter die Aronia-Masse mischen.

Eine mittelgroße oder mehrere kleine Auflaufformen ausbuttern.

Eine kleine Menge der Streusel einfüllen, das Aronia-Apfel-Gemisch darauf verteilen. Anschließend die restlichen Streusel darüber geben.

Bei 160°C Heißluft im unteren Drittel ca. 30 min backen.

Achtung: Temperatur und Zeit kann jenach Herd abweichen.



Aronia Apfelkuchen mit Streusel

Für 1 Kuchen / ca. 12 Portionen

Zutaten:

200 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
 300 ml Apfelsaft
 (oder Aronia Bio-Saft oder Wasser)
 2 EL Zucker
 1 Päck Vanillin-Zucker
 3 EL Vanille-Pudding-Pulver (von 1 Päck.)
 etwas Wasser
 400 gr Äpfel
 300 gr Mehl
 200 gr Butter (weich)
 150 gr Zucker
 etwas Butter
 750 gr Quark (20%)
 100 gr Zucker
 2 Eier

Zubereitung:

Vortag:

Aronia Bio-Trockenbeeren mit Apfelsaft, Zucker und Vanillin-Zucker vermischen und ca. 24 Stunden kühl quellen lassen.

Zubereitung:

Fruchtmasse:

Die gequollenen Aroniabeeren mit der noch vorhandenen Flüssigkeit in einem Topf aufkochen und ca. 5 min köcheln lassen. Dann vom Herd nehmen. Inzwischen 3 EL des Vanille-Pudding-Pulver mit etwas Wasser anrühren und in den Topf mit den Beeren geben und untermengen. Äpfel waschen, schälen, entkernen, in kleine Stücke schneiden und in die warme Masse geben.

Streusel:

Mehl, Butter und Zucker in einer Schüssel mit den Händen so lange vermengen bis Streusel entstehen.

Die Hälfte der Streusel als Boden in eine gefettete Springform drücken.

Quarkmasse:

Quark, Zucker, Eier und restliches Vanille-Pudding-Pulver mit Schneebesen gut aufschlagen und auf den Streuselboden in die Springform füllen.

Die Fruchtmasse vorsichtig auf der Quarkmasse in der Springform verteilen und anschließend alles mit den restlichen Streuseln abdecken.

Bei 160°C Heißluft oder 180°C Ober- / Unterhitze im unteren Drittel ca. 45 min backen und anschließend abkühlen lassen. Achtung: Temperatur und Zeit kann je nach Herd abweichen.



Aronia Hefeteigkuchen

1 Backblech

Zutaten:

Teig:

- 300 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
- 500 ml Wasser
- 25 gr frische Hefe
(oder 1 Päck. Trockenhefe)
- 1 TL Zucker
- 1/4l Milch (warm)
- 500 gr Mehl
- 75 gr Zucker
- 1 Prise Salz
- 8 EL Butter (zerlassen, lauwarm)
- etwas Butter

Belag:

- 100 gr Butter
- 3 Eier
- 200 gr Zucker
- 500 gr Quark (40%)
- 1 Päck. Vanille-Soße-Pulver

Zubereitung:

Vorbereitung:

Aronia Bio-Trockenbeeren in eine Schüssel füllen, Wasser zugeben und die Beeren mind. 3 Stunden einweichen.

Hefeteig:

Hefe ansetzen: Hefe und Zucker in einer Tasse mit 5 EL von der Milch sehr gut verrühren und abgedeckt etwa 15 min. bei Raumtemperatur stehen lassen. Das Mehl in eine Rührschüssel sieben, in die Mitte eine Vertiefung drücken und Zucker, Salz und lauwarmer flüssiger Butter an den Rand des Mehls geben.

Die angesetzte Hefe in die Vertiefung füllen. Von der Mitte aus mit dem Knethaken eines elektrischen Handrührers alle Zutaten gut verkneten. Zwischendurch die restliche Milch zufügen. Der Teig ist fertig, wenn er sich von der Schüssel löst. Jetzt ein Tuch über die Schüssel legen und zimmerwarm ca. 30 min. ruhen lassen.

Den gegangenen Teig nochmals gut durchkneten (mit den Händen auf einer bemehlten Arbeitsfläche) und dann auf ein gefettetes Backblech ausrollen. Nochmals 10 min. ruhen lassen.

Belag:

Die eingeweichten Beeren gut abtropfen lassen und auf dem Hefeboden verteilen. Butter in einer Schüssel mit Rührbesen schlagen, bis kleine Spitzen sichtbar werden. 1 Ei und etwas Zucker zugeben und ca. ½ Minute rühren, bis alles gut vermischt ist. Dann das nächste Ei und wieder etwas Zucker zufügen und wieder ca. ½ Minute rühren. So fortfahren, bis alle Eier und der Zucker gut vermengt sind. Quark und Vanillesoßen-Pulver dazugeben, unterrühren und über die Beeren geben.

Im vorgeheizten Ofen bei 200°C Ober-/Unterhitze in der Mitte ca. 30 min. backen und anschließend abkühlen lassen. Achtung: Temperatur und Zeit kann je nach Herd abweichen.



Aronia Käsekuchen (glutenfrei)

Für 1 Kuchen / ca. 12 Portionen

Zutaten:

5	Eier
1 Prise	Salz
125 gr	Butter (weich)
150 gr	Zucker
500 gr	Quark (40%)
2 Päck.	Vanille-Pudding-Pulver
3 TL	Aronia Bio-Pulver
1 1/2 TL	Backpulver
etwas	Butter oder Öl
3 EL	Aronia Bio-Trockenbeeren

Zubereitung:

Eier trennen, Eiweiß in einer fettfreien Schüssel mit einer Prise Salz zu Eischnee steif schlagen, kühl stellen. Butter in einer Schüssel mit Rührbesen schlagen, bis kleine Spitzen sichtbar werden. 1 Eigelb und etwas Zucker zugeben und ca. ½ Minute rühren, bis alles gut vermischt ist. Dann das nächste Eigelb und wieder etwas Zucker zufügen und wieder ca. ½ Minute rühren. So fortfahren, bis alles Eigelb und der Zucker gut vermengt sind. Quark unterrühren. Puddingpulver, Aronia Bio-Pulver und Backpulver vermischen und anschließend zu der Quarkmasse geben und alles miteinander verrühren.

Eischnee mit einem Rührlöffel vorsichtig unterheben.

Springform einfetten.

Die Käsekuchen-Masse in die Springform füllen und die Aronia Bio-Trockenbeeren darüber streuen.

Bei 160°C Heißluft oder 170°C Ober- / Unterhitze im unteren Drittel ca. 35-40 min backen und anschließend abkühlen lassen.



Aronia Muffins

Für 4 Personen

Zutaten:

150 gr	Aronia Bio-Trockenbeeren
250 ml	Apfelsaft
	Muffinblech
	Muffin-Papierförmchen
150 gr	Zucker
2 EL	Vanillezucker
1 Prise	Salz
150 gr	Butter (weich)
2	Eier
200 ml	Saure Sahne
200 gr	Mehl
50 gr	Stärke
1 TL	Backpulver

Zubereitung:

Vortag:

Aronia Bio-Trockenbeeren in eine Schüssel füllen, Apfelsaft dazu geben und mind. 12 Stunden einweichen lassen.

Die eingeweichten Aroniabeeren gut abtropfen lassen. Muffinblech oder Muffinformen mit Papierförmchen auslegen.

Zucker, Vanillezucker und Salz in einer kleinen Schüssel vermengen.

Butter in einer großen Schüssel mit Rührbesen schlagen, bis kleine Spitzen sichtbar werden.

1 Ei und etwa die Hälfte des Zuckergemischs zugeben und ca. ½ Minute rühren, bis alles gut vermischt ist. Dann das nächste Ei und das restliche Zuckergemisch zufügen und wieder ca. ½ Minute rühren. Auf höchster Stufe nochmals ca. 1 min rühren.

Saure Sahne zufügen und unterrühren.

Mehl, Stärke und Backpulver vermischen und ebenfalls untermengen.

Als letztes die gut abgetropften Aroniabeeren unterheben.

Den Teig in die vorbereiteten Muffinformen füllen (nicht randhoch!)

Bei 175°C Heißluft im unteren Drittel ca. 30 min backen.

Muffins mit Papier aus den Formen nehmen und abkühlen lassen.

Nach Belieben verzieren



Aroniabusslerl

Ca. 25 Stück

Zutaten:

90 gr	Butter
50 gr	Puderzucker
100 gr	Mehl Typ 550
25 gr	geriebene Haselnüsse
25 gr	geriebene Mandeln
1	Eiweiß
	Mark einer ½ Vanilleschote
	Aronia Bio-Fruchtaufstrich
	Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:

Butter, Puderzucker, Mehl, geriebene Haselnüsse, geriebene Mandeln, Eiweiß und das Mark der ½ Vanilleschote zügig und gründlich auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen zu einem Teig vermengen. Teig zu einer Kugel formen und diesen in Alufolie verpackt für ca. 60 min. im Kühlschrank ruhen lassen.

Den kühlen Teig portionsweise zu kleinen Rollen (ca. 1 cm Durchmesser) formen, Stücke von ca. 1 cm abschneiden, diese zu Kugeln formen und die kleinen Kugeln auf ein Backblech setzen.

Mit einem runden Stielende (z.B. eines Kochlöffels) Vertiefungen in die Mitte drücken. Achtung: Nur bis ca. zur Mitte der Kugel! Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 180°C Ober-/Unterhitze für ca. 10 min. backen.

Direkt nach dem Backen mit Puderzucker bestäuben und mit einem kleinen Teelöffel Aronia Bio-Fruchtaufstrich in die Vertiefungen der noch heißen Plätzchen füllen.



Aronia Energie - Riegel

Für ca. 15 Stück

Zutaten:

150 gr Butter
 140 gr Aronia Kirschblütenhonig
 70 gr Zucker
 270 gr zarte Haferflocken
 70 gr Aronia Bio-Trockenbeeren
 50 gr Mandelstifte oder Cashewkerne

Zubereitung:

Butter in einem Topf schmelzen lassen. Bei geringer Wärmezufuhr Aronia Kirschblütenhonig und Zucker dazugeben und unter Rühren langsam schmelzen lassen.
 Topf vom Herd nehmen.
 Haferflocken mit einem Rühröffel einrühren. Anschließend Aronia Bio-Trockenbeeren, Mandelstifte oder Cashewkerne unterheben.

Eine rechteckige Auflaufform (ca. 20 x 20 cm) randhoch mit Backpapier auslegen. Die Teigmasse darauf verteilen und festdrücken. Bei 175°C Ober-/Unterhitze auf der mittleren Schiene ca. 25 min backen.

Wichtig: Solange die Energie-Masse noch warm ist, mit dem Backpapier zusammen aus der Form nehmen und auf eine Schneideunterlage legen. Mit einem scharfen Messer ca. 15 Riegel anzeichnen (d.h. die Masse ca. 2/3 tief einschneiden). Langsam ganz abkühlen lassen, anschließend Riegel ganz durchschneiden.



Aronia Pudding

2 Portionen

Zutaten:

250 ml Milch
1 Eigelb
25 gr Zucker
1 Prise Salz
15 gr Speisestärke
2 EL Aronia Bio Elixier

Zubereitung:

Milch und Eigelb in einem Topf verrühren und erwärmen (nicht kochen!)
Unter Rühren erst Zucker und Salz einrieseln lassen, anschließend die Speisestärke.
Alles unter Rühren kurz aufkochen lassen und von der Herdplatte nehmen.

Aronia Elixier hinzugeben, unterrühren.
Auf 2 Schüsseln verteilen und auskühlen lassen.

Alternative:

Statt das Aronia Bio-Elixier in den warmen Pudding einzurühren, als Topping auf den abgekühlten Pudding geben.



Milchreis mit Aronia

2 Portionen

Zutaten:

200 ml	Milch
1/2 TL	Butter
25 gr	Zucker
1 Prise	Salz
75 gr	Milchreis / Rundkornreis
1/2	Apfel
etwas	Zucker
etwas	Zimt
50 ml	Aronia Bio-Saft

Zubereitung:

Milch in einem kleinen Topf kurz aufkochen. Butter, Zucker und Salz hinzufügen und unter Rühren darin auflösen.

Reis dazugeben und bei geringer Wärmezufuhr unter gelegentlichem Umrühren etwa 15 min köcheln. Den geschälten Apfel reiben und dazu geben.

Mit Zucker und Zimt abschmecken.

Die Hälfte des Milchreises auf 2 Glasschalen verteilen.

Den Aronia Bio-Saft in den restlichen Milchreis einrühren und auf die beiden Glasschalen verteilen.



Aronia Quarkspeise

4 Portionen

Zutaten:

500 gr Quark
2 EL Aronia Bio-Fruchtaufstrich
3 TL Aronia Bio-Pulver
einige Aronia Schokobeeren

Zubereitung:

Quark, Aronia Bio-Fruchtaufstrich und Aronia Bio-Pulver in einer Schüssel glattrühren. Nach Geschmack mit einigen Aronia Schokobeeren verzieren.



Aronia Fruchtmilch

2 Portionen

Zutaten:

500 ml Milch (kalt)
4 EL Aronia Bio Elixier
100 ml Sahne
etwas Aronia Honig

Zubereitung:

Milch und Aronia Bio Elixier gut verrühren. Sahne steif schlagen, in die Milch-Aronia-Mischung geben und mit dem Mixer auf höchster Stufe kurz schaumig schlagen. Nach Geschmack mit etwas Aronia Honig süßen. Auf 2 Gläser verteilen.



Aronia - Lassi - Joghurt - Drink

2 Portionen

Zutaten:

300 gr Naturjoghurt
4 EL Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben
2 TL Aronia Bio Elixier
40-50 ml Wasser
etwas Aronia Honig

Zubereitung:

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und glattrühren.
Nach Geschmack mit Aronia Honig süßen.
Auf 2 Gläser verteilen.



Aronia - Mango - Erdbeer - Smoothie

1 Portion

Zutaten:

100 ml Orangensaft
50 ml Aronia-Bio-Saft
80 gr Erdbeeren
1 Kiwi
½ Banane
½ Mango

Zubereitung:

Orangen- und Aronia Bio-Saft mit den gewaschenen und entstieltten Erdbeeren, der geschälten Kiwi, Banane und Mango für ca. 30 Sekunden pürieren.



Aronia -Joghurt - Drink

2 Portionen

Zutaten:

75 ml Wasser
175 ml Orangensaft
4 TL Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben
2 TL Chiasamen
1 Banane

Zubereitung:

Die Zutaten alle in einen Mixer geben und ca. 30 Sekunden pürieren.



Aronia - Molke - Drink

1 Portion

Zutaten:

200 ml Natur Molke
20 ml Aronia 36 Kräuter Saft aktiv

Alternative:

Statt des Aronia 36 Kräuter Saft aktiv

20 ml Aronia 36 Kräutersaft plus
oder

20 ml Aronia B-Komplex
oder

50 ml Aronia Bio-Saft
oder

2 EL Aronia Bio Extrakt

Zubereitung:

Natur Molke und Aronia 36 Kräuter Saft aktiv
vermischen.



Aronia - Joghurt - Drink

2 Portionen

Zutaten:

200 gr Naturjoghurt
4 EL Aronia Bio-Fruchtaufstrich
100 ml Apfelsaft
100 ml Milch

Zubereitung:

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und glattrühren.
Auf 2 Gläser verteilen.



Aronia - Orange - Trunk

1 Portion

Zutaten:

1 Longdrink-Glas
4 Eiswürfel
50 ml Aronia Bio-Saft
150 ml Orangensaft

Zubereitung:

Die Eiswürfel in das Glas geben, Aronia Bio-Saft dazugeben und mit dem Orangensaft auffüllen. Umrühren.



Aronia - Holunder - Getränk (warm)

1 Portion

Zutaten:

100 ml Holundersaft
50 ml frisch gepresster Orangensaft
50 ml Aronia Bio-Saft
200 ml Wasser
etwas frisch geriebener Ingwer
1 TL Zimt
2 TL Zitronensaft
2 TL Aronia Bio Honig

Zubereitung:

Holunder-, Orangen- und Aronia Bio-Saft mit dem Wasser in einem Topf ca. 15 min erwärmen (nicht kochen!!).
Ingwer und Zimt dazugeben und mit Zitronensaft und Aronia Bio Honig abschmecken.



Aronia - Eistee

2 Portionen

Zutaten:

100 ml fertig gekochter Tee
(Grün- oder Schwarztee)
100 ml Apfelsaft
100 ml Aronia Bio-Saft
Saft von 1 Zitrone
Saft von 1 Orange
3-4 Blätter Minze (frisch)
ca. 8 Eiswürfel

Zubereitung:

Den fertig gekochten Tee abkühlen lassen.
Apfel- und Aronia Bio-Saft sowie den Saft der Zitrone und Orange dazugeben.
Die frischen Minze-Blätter im Mörser zerreiben und in das Teegemisch geben.
Die Eiswürfel in 2 Gläser verteilen und mit dem Tee auffüllen.



Aronia - Winter - Tee

2 Portionen

Zutaten:

1-2 TL Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben oder
50 ml Aronia Bio-Saft
500 ml Wasser
2 Gewürznelken
1 Stange Zimt
etwas Ingwer (gerieben)
Saft von 1 Zitrone
Saft von 1 Orange
Aronia Bio-Honig (nach Belieben)

Zubereitung:

Wasser mit Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben, Gewürznelken, Zimtstange und Ingwer in einem Topf aufkochen – etwas ziehen lassen.

Nach ca. 10 Minuten abseihen und Zitronen- und Orangensaft dazu geben.

Nach Geschmack mit Honig süßen.



Klassischer Negroni

Für 2 Gläser

Zutaten:

6cl Aronia Dry Gin
6cl Campari
6cl Wermut, rot
Eiswürfel
Orangenscheiben
nach Wunsch

Zubereitung:

Alle Zutaten in ein mit Eiswürfel gefülltes Gefäß füllen und umrühren. Dann in Gläser abfüllen und mit Orangenscheibe garnieren.



Vanilleeis mit Aronia

1 Portion

Zutaten:

- 2-3 Kugeln Vanille-Eis
- 1 Portion geschlagene Sahne
- 10 gr Aronia Bio-Beeren
oder Aronia Schokobeeren
- 2 EL Aronia Bio-Elixier

Zubereitung:

Vanilleeis auf einen Dessert-Teller geben, je nach Geschmack Sahne darauf geben, mit Aronia Bio-Beeren oder Aronia Schokobeeren verzieren und zum Abschluss mit Aronia Bio-Elixier beträufeln.





ARONIA GIN
Art Nr. 172 350 ml 43 %



ARONIA VODKA
Art Nr. 171 350 ml 40 %



ARONIA BRAND
Art Nr. 151 200 ml 40%



ARONIA BIOSAFT
Art Nr. 101 0,5 L
6 Stück pro Flasche
12 Stück pro Flasche



ARONIA BIOSAFT
Art Nr. 103 3 L
3 Stück pro Box
6 Stück pro Box



ARONIA SAFT regional
Art Nr. 102 3 L
3 Stück pro Box
6 Stück pro Box



ARONIA 36 Kräutersaft plus
Art Nr. 104 0,5 L
3 Stück pro Flasche
6 Stück pro Flasche



ARONIA 36 Kräutersaft aktiv
Art Nr. 104 0,5 L
3 Stück pro Flasche
6 Stück pro Flasche



ARONIA B-Komplex
Art Nr. 150 0,5 L



ARONIA BIO EXTRAKT
Art Nr. 132 200 ml



ARONIA ESSIG
Art Nr. 152 100 ml
Art Nr. 153 250 ml
Art Nr. 154 500 ml



ARONIA SIRUP
Art Nr. 118 500 ml
ARONIA SIRUP
Art Nr. 117



ARONIA BIO-Trockenbeeren gerieben
Art Nr. 156 170 gr



ARONIA BIOTROCKENBEEREN
Art Nr. 116 170 gr



ARONIA BIOPULVER
Art Nr. 111 185 gr



ARONIA BIOTROCKENBEEREN
Art Nr. 134 600 gr



ARONIA BIOPULVER
Art Nr. 113 750 gr





ARONIA LIKÖR
Art Nr. 119 200 ml



ARONIA Schokobeeren
Art Nr. 115 190 gr



ARONIA BIO-Fruchtaufstrich
Art Nr. 122 210 gr



Im Geschenkkarton

ARONIA Geschenksset Wohlbefinden
1x Aronia Likör 0,2l
1x Aronia Sirup 250ml
1x Aronia Schokobeeren 190g
1x Aronia Bio Fruchtaufstrich 210g
1x Aronia
Die feinste Essigvariation 100ml
Art Nr. 44



Im Geschenkkarton

ARONIA Geschenksset Gesundheit
1x Aronia B-Komplex 0,5l
1x Aronia Bio-Trockenbeeren 170gr
1x Aronia Bio-Trockenbeeren gerieben 170g
1x Aronia Schokobeeren 190g
Art Nr. 45



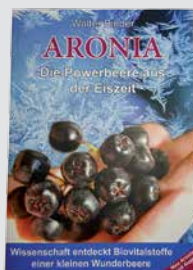
Im Geschenkkarton

ARONIA Geschenksset Genuss
1x Aronia Brand 0,2l
1x Aronia Dry Gin 350ml
1x Aronia Schokobeeren 190g
1x Aronia
Die feinste Essigvariation 100ml
Art Nr. 46



Im Geschenkkarton

ARONIA Geschenksset Gaumenfreuden
1x Aronia Brand 0,2l
1x Aronia
Die feinste Essigvariation 250ml
1x Aronia B-Komplex 0,5l
1x Aronia Bio Fruchtaufstrich 210g
Art Nr. 47



ARONIA BUCH
Art Nr. 123



ARONIA Hautpflege
Art Nr. 124 100 ml



ARONIA Hautpflege
Art Nr. 125 250 ml



ARONIA Augenbalsam
Art Nr. 131 50 ml



ARONIA Balsam mit Zirbe
Art Nr. 126 100 ml



ARONIA Balsam mit Zirbe
Art Nr. 127 250 ml



ARONIA Sportbalsam
Art Nr. 128 100 ml



ARONIA Sportbalsam
Art Nr. 129 250 ml



BIO ARONIA STRAUCH 50 - 80 cm
Art Nr. 130



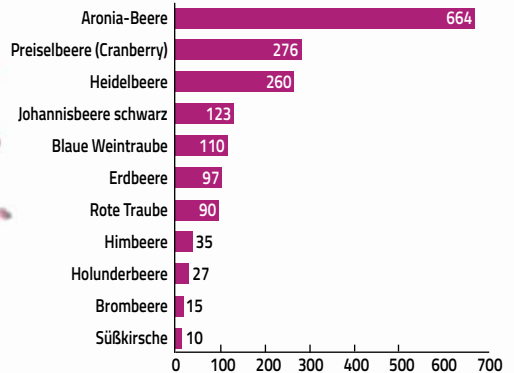
ARONIA-BEEREN
getrocknet für Joghurt,
Müsli, Smoothie usw.

ARONIA-DIREKTSAFT
20 - 50 ml täglich

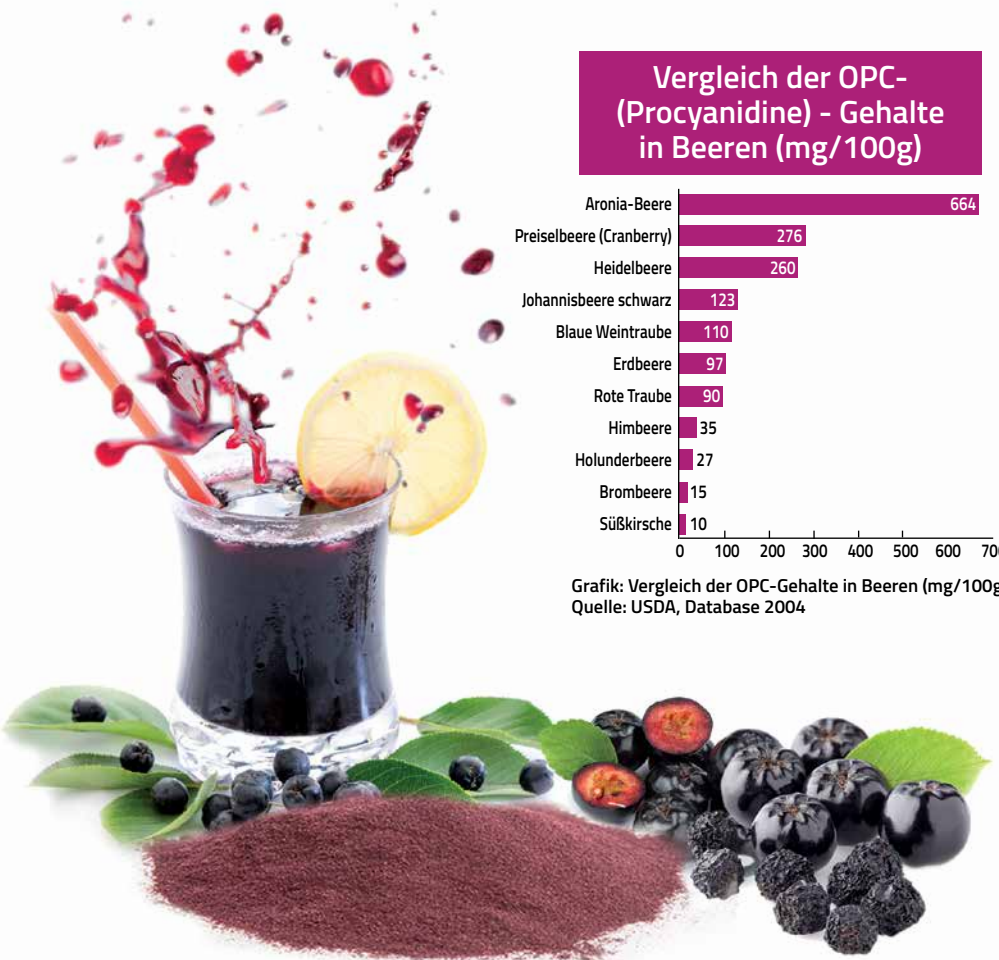
ARONIA-PULVER zum
Verfeinern von Speisen

ARONIA, die „GESUNDE BEERE“: Die Aroniapflanze stammt ursprünglich aus Nordamerika, dort wurde sie bereits von Indianern als Heilmittel und Winternahrung geschätzt. Um das Jahr 1900 erreichte die dunkelviolette Beere unsere Heimat. Diente die Beere früher vorwiegend als Farbstoff für die Lebensmittelindustrie, so ist heute ihr unschätzbare Wert für die Unterstützung des menschlichen Körpers von großer Bedeutung.

Vergleich der OPC- (Procyanidine) - Gehalte in Beeren (mg/100g)



Grafik: Vergleich der OPC-Gehalte in Beeren (mg/100g)
Quelle: USDA, Database 2004





Bestellungen unter:

bestellungen@aronialand.at

Mobil: +43 (0) 699 8168 5122 | **Alfred Glarcher**

Telefon : Österreich: +43 (0) 5373 20600

Telefon : Deutschland: +49 (0) 8033 6929 190

Fax: Österreich: +43 (0) 5373 20600-99

Fax: Deutschland: +49 (0) 80336929 199

ARONIALAND®

DAS ORIGINAL AUS ÖSTERREICH

Ebbs Bezirk Kufstein Tirol

Josef Lengauer Str. 14

A-6341 Ebbs

Mail: office@aronialand.at

www.aronialand.at