

Quitten – nicht nur für Süßes ein Hit

Quitten muss man rüsten, denn sie sind mit einem pelzigen Flaum überzogen. Man muss ihn mit einem weichen Tuch abreiben, denn er schmeckt bitter. Danach die Früchte waschen, zerteilen und das Kerngehäuse entfernen. Die Schale kann man zwar essen. Weil sie hart und oft fleckig ist, entfernt man sie aber meistens.

Tipp: Quitten lassen sich gut einfrieren. Die Frucht halbieren, schälen und Kerngehäuse entfernen. Etwa 3 Minuten in kochendem Wasser blanchieren. Sehr kalt abspülen, abtropfen lassen und portionenweise tiefkühlen. Vor dem Verwenden auftauen und wie frische Früchte verarbeiten.

Quitten-Linsen-Eintopf

(4 Portionen)

- ▶ 2 kleine Quitten
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 2 Zwiebeln, gehackt
- ▶ 2 Knoblauchzehen, gehackt
- ▶ 250 g passierte Tomaten
- ▶ 2,5 dl Kokosmilch
- ▶ 6 dl Gemüsebouillon
- ▶ 180 g Linsen
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ Zimt
- ▶ Kreuzkümmel

Die gerüsteten und geschälten Quitten in schmale Schnitze schneiden.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Quitten begeben und ein paar Minuten dünsten. Dann Tomaten, Kokosmilch und Bouillon begeben. Linsen hinzufügen und rund 20 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt und Kreuzkümmel abschmecken.

Gefüllte Quitten nach Ottolenghi

(4 Portionen)

- ▶ 300 g Hackfleisch
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 1 rote Chilischote, gehackt
- ▶ 1½ EL Koriander oder glatte Petersilie, gehackt
- ▶ 50 g Paniermehl
- ▶ evtl. 1 TL Piment/Nelkenpfeffer
- ▶ 40 g Ingwer, fein gerieben
- ▶ 2 Zwiebeln, gehackt
- ▶ 1 Ei
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 4 Quitten (ca. 1,3 kg)
- ▶ Wasser mit Zitronensaft
- ▶ 3 EL Olivenöl
- ▶ evtl. 8 Kardamomkapseln
- ▶ 2 TL Zucker
- ▶ 1 EL Zitronensaft
- ▶ evtl. 2 TL Granatapfelsirup
- ▶ 5 dl Hühnerbouillon
- ▶ ½ Granatapfel, nur Kerne

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Knoblauch dazupressen. Chili, 1 EL Koriander und Paniermehl begeben. Mit Piment, der Hälfte des Ingwers und der Hälfte der Zwiebeln, dem Ei, ¾ TL Salz und frisch gemahlenem Pfeffer gut verkneten.

Quitten schälen und halbieren. Das Kerngehäuse mit einem Kugelausstecher herauslösen. Die Quittenhälften in Zitronenwasser legen, damit sie sich nicht braun verfärben. Nun das verbleibende Fruchtfleisch so weit ausstechen, dass noch ein schmaler Rand stehen bleibt. Das Fruchtfleisch fein hacken oder im Mixer zerkleinern.

Olivenöl im Bräter erhitzen. Fruchtfleisch, restliche Zwiebeln, den Ingwer und evtl. Kardamomkapseln begeben. Alles 10 Minuten dünsten. Zucker, Zitronensaft und evtl. Granatapfelsirup begeben. Mit der Bouillon ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Quittenhälften mit dem Hackfleisch füllen. In den Bräter setzen und zugedeckt bei milder Hitze etwa 30 bis 40 Minuten garen. Mit Granatapfelkernen und etwas Koriander oder Petersilie garnieren.

Tipp: Wer das Fleisch angebräunt mag, kocht die Quitten im Backofen bei 170 Grad, die letzten 10 bis 15 Minuten ohne Deckel, evtl. mit Grillfunktion.

Quittensuppe mit Süßkartoffeln

(2 Portionen als Vorspeise)

- ▶ 250 g Quitten
- ▶ 200 g Süßkartoffeln
- ▶ ¼ Knollensellerie
- ▶ 1 kleine Zwiebel
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 1 EL Olivenöl
- ▶ 1 dl trockener Weisswein
- ▶ 4 dl Gemüsebouillon
- ▶ ½ dl Halbrahm
- ▶ Pfeffer aus der Mühle
- ▶ 1 EL gehackte Petersilie
- ▶ 2 EL saurer Halbrahm

Die gerüsteten und geschälten Quitten in kleine Würfel schneiden. Süßkartoffeln und Knollensellerie schälen und würfeln. Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Alle Zutaten bis und mit Knoblauch begeben und kurz andünsten. Mit Weisswein ablöschen. Gemüsebouillon zugeben, leicht köcheln lassen, bis alles gar ist. Suppe pürieren, Halbrahm beifügen, evtl. mit Bouillon etwas verdünnen und mit Pfeffer abschmecken.

Anrichten und mit gehackter Petersilie und saurem Halbrahm garnieren.

Grünkohlsuppe mit Quitten und Orecchiette

(4 Portionen)

- ▶ 1 grosse Quitte
- ▶ 30 g Butter
- ▶ 1 EL Zucker
- ▶ 1 dl Orangensaft
- ▶ 1 TL Zitronensaft
- ▶ 2 EL Dijon- oder Honigsenf
- ▶ 500 g Grünkohl
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 1,5 l Gemüsebouillon
- ▶ 1 bis 2 Rüebli
- ▶ 100 g Orecchiette oder andere Teigwaren
- ▶ Salz, Pfeffer

Die gerüstete Quitte in 1 cm breite Stücke schneiden.

In einer Pfanne Butter und Zucker schmelzen. Orangensaft, Zitronensaft und Senf unterrühren und auf $\frac{1}{3}$ einkochen. Quittenstücke zugeben, zugedeckt ca. 15 Minuten garen, beiseitestellen.

Grünkohl rüsten, die harten Stiele entfernen. In kochendem Salzwasser 3 bis 4 Minuten kochen, mit kaltem Wasser abschrecken, gut ausdrücken und grob hacken.

Zwiebeln schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Grünkohl andünsten. Mit Bouillon auffüllen, aufkochen und 20 Minuten köcheln lassen. Rüebli schälen, in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Orecchiette begeben. 10 bis 15 Minuten weiterköcheln, bis die Orecchiette gar sind. Für die letzten 5 Minuten die Quittenstücke begeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Chicorée-Salat mit Quitten und Käse

(4 Portionen)

- ▶ 1 Quitte
- ▶ 2 TL Quittengelee (Rezept siehe unten), erwärmt
- ▶ $\frac{1}{2}$ TL Senf
- ▶ 2 EL weisser Balsamico-Essig
- ▶ 4 bis 5 EL Rapsöl
- ▶ $\frac{1}{2}$ Schalotte, fein gehackt
- ▶ 1 EL geschnittener Schnittlauch
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 6 Blätter Cicorino rosso
- ▶ 3 mittelgrosse Chicorée, gerüstet, in feine Streifen geschnitten
- ▶ 120 g Camembert oder Brie, in Stücke geschnitten
- ▶ Schnittlauch zum Garnieren

Die geschälten Quitten vierteln und im Dämpfkorbchen 25 bis 30 Minuten knapp weich dämpfen, leicht auskühlen lassen, würfeln.

Quittengelee, Senf, Essig, Öl, Schalotte und Schnittlauch zu einer Sauce verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte der Quittenwürfel begeben.

Cicorino-rosso-Blätter auf vier Teller legen. Chicoréestreifen mit der Sauce mischen und in den Cicorino-Blättern anrichten.

Je ein bis zwei Stück Käse dazulegen. Die restlichen Quittenwürfel darüberstreuen, mit etwas Schnittlauch garnieren.

Quitten-Gelee

- ▶ 1,5 kg Quitten
- ▶ 1 Zitrone, Saft
- ▶ 1 kg Gelierzucker

Quitten ungeschält und mit Kerngehäuse in Stücke schneiden. Mit 1,5 Liter Wasser und dem Zitronensaft in einen Topf geben und ca. 45 Minuten weich kochen.

Ein feines Tuch über eine Schüssel spannen und die Quitten mit der

Flüssigkeit hineingeben. Gut abtropfen lassen, aber nicht zu stark ausdrücken. Dies ergibt ca. 1,2 Liter Saft. Mit Gelierzucker aufkochen und 4 Minuten unter gelegentlichem Rühren sprudelnd kochen lassen. Sofort randvoll in vorgewärmte Konfigläser füllen, gut verschliessen und abkühlen lassen.

Quittencreme

(4 Portionen)

- ▶ 1 kg Quitten
- ▶ 1 dl Weisswein
- ▶ 1 Vanillestängel
- ▶ 4 EL Quittengelee (Rezept siehe links unten)
- ▶ 2 EL Zucker
- ▶ 1 dl Halbrahm
- ▶ 3 EL Zucker
- ▶ 20 g Butter

800 g der Quitten rüsten, schälen und in Stücke schneiden. Wein und 3 dl Wasser mit den ausgekratzten Samen des Vanillestängels aufkochen. Quitten begeben, Hitze reduzieren, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Min. weich köcheln. Gelee und Zucker begeben. Quitten pürieren, durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Eine Klarsichtfolie direkt auf die Creme legen, auskühlen lassen.

Halbrahm steif schlagen, unter die Creme ziehen und in Schälchen verteilen. Zugedeckt kühl stellen.

Die restlichen 200 g der Quitten rüsten und in kleine Würfel schneiden. Zucker und 2 EL Wasser ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Bewegen der Pfanne köcheln, bis ein hellbraunes Caramel entsteht. Butter und Quittenwürfel begeben, umrühren und zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln, etwas abkühlen lassen.

Die karamellisierten Quitten auf der Creme verteilen und servieren.

Bohnen-Quitten-Gemüse

(6 Portionen als Beilage)

- ▶ 500 g grüne Bohnen
- ▶ Salz
- ▶ 1 grosse Quitte
- ▶ 1 EL Zitronensaft
- ▶ 3 rote Zwiebeln
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ etwas Bohnenkraut, frisch oder getrocknet
- ▶ Salz, Pfeffer

Bohnen in Salzwasser ca. 5 Minuten knackig kochen. Die gerüstete und geschälte Quitte in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Mit Zitronensaft vermischen, damit die Quitte nicht braun wird.

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Zusammen mit den Quittenwürfeln in Olivenöl 5 bis 10 Minuten dünsten. Bohnen und Bohnenkraut begeben und weitere 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quitte mit Nussfüllung

(6 Portionen)

- ▶ 200 g Baumnüsse
- ▶ 4 EL Honig
- ▶ 4 EL flüssige Butter
- ▶ 200 g Rosinen
- ▶ 6 Quitten, gerüstet

Die Nüsse im Ofen etwas rösten, dann grob hacken. In einer Schüssel Honig, Butter, Rosinen und Nüsse miteinander vermischen.

Bei den Quitten jeweils oben einen Deckel abschneiden und das Kerngehäuse grosszügig mit einem Kugelausstecher entfernen. Früchte mit der Nussmischung füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Ofenblech setzen.

Mit Aluminiumfolie abdecken und die Quitten für 30 bis 40 Minuten bei 150 Grad im Ofen backen. Auf einem Teller anrichten und den im Blech angesammelten Quittensaft über die Früchte giessen.

Quitten-Chutney

(6 Portionen)

- ▶ 1 Zitrone, Saft
- ▶ 3 Quitten
- ▶ 4 Zwiebeln
- ▶ 1 Stück Ingwer, ca. 1 cm
- ▶ 2 bis 3 EL Pflanzenöl
- ▶ 100 g Zucker
- ▶ 1 dl Apfelessig
- ▶ 2,5 dl Apfelsaft
- ▶ Salz, Pfeffer

4 dl Wasser und den Zitronensaft in eine Schüssel geben. Die geschälten Quitten in kleine Würfel schneiden und sofort ins Zitronenwasser legen. Zwiebeln hacken. Ingwer schälen und fein hacken. Quitten in ein Sieb giesen und abtropfen lassen.

Öl in einem weiten Topf erhitzen, Zwiebeln und Ingwer darin andünsten. Quittenwürfeli zufügen, kurz mitdünsten. Zucker dazugeben, unter Wenden leicht karamellisieren lassen. Mit Essig und Apfelsaft ablöschen, aufkochen. Bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 40 Minuten einkochen lassen und würzen.

Passt gut zu Käse.

Quittenschnitze im Sud

(2 Einmachgläser à 500 g)

- ▶ 1 kg Quitten
- ▶ 5 dl Süsswein (Moscato)
- ▶ 2 EL Zucker
- ▶ 1 Vanillestängel

Die gerüsteten und geschälten Quitten in Schnitze schneiden.

Wein mit 3 dl Wasser, Zucker und den ausgekratzten Samen des Vanillestängels aufkochen. Quitten begeben und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln, bis sie gar sind. Schnitze in die vorgewärmten Gläser füllen. Den Sud nochmals aufkochen und bis zum Überlaufen über die Früchte giessen. Gläser sofort gut verschliessen.

Quitten-Crumble

(4 Portionen)

- ▶ 60 g Baumnusskerne
- ▶ 60 g grobe Haferflocken
- ▶ 60 g brauner Zucker
- ▶ 1 TL Zimt
- ▶ 60 g Butter
- ▶ 2 Quitten (ca. 500 g)
- ▶ ca. 8 EL Ahornsirup
- ▶ 2 Lorbeerblätter
- ▶ 2,5 dl Apfelsaft

Für die Streusel die Nüsse grob hacken. Zusammen mit Haferflocken, Zucker, Zimt und 40 g Butter in einer Pfanne ca. 5 Minuten erhitzen, bis die Masse knusprig wird und karamellisiert. Die Masse auf einen Teller geben.

Die Quitten rüsten und quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Das Kerngehäuse herausschneiden.

Die restliche Butter in zwei Pfannen erhitzen. Die Quittenscheiben hineingeben und von beiden Seiten je 2 Minuten langsam anbraten. Ahornsirup und Lorbeerblätter hinzufügen. Die Quitten kurz karamellisieren lassen, dann den Apfelsaft dazugiessen. Alles 6 bis 8 Minuten offen einkochen lassen, bis die Quitten weich, aber noch kompakt sind. Lorbeerblätter entfernen.

Quittenscheiben samt Sud abwechselnd mit der Streuselmasse auf Teller schichten.

Quellen

Quitten-Linsen-Eintopf, Bohnen-Quitten-Gemüse: Chefkoch.de

Gefüllte Quitten nach Ottolenghi:

Sugarprincess-juschka.blogspot.com

Quittensuppe mit Süsskartoffeln:

Beatrice Fischer, Ernährungsberaterin

Grünkohlsuppe mit Quitten und

Orecchiette: Essen-und-trinken.de

Chicorée-Salat mit Quitten und Käse:

Swissmilk.ch

Quitten-Gelee: Eatsmarter.de

Quittenschnitze im

Sud: Bettybossi.ch

Quitte mit Nussfüllung: Gutekueche.ch

Quitten-Chutney: Lecker.de

Quitten-Crumble: Kuechengoetter.de