

Die Früchte aus der Fremde

Exotisch ist gut

Wie schön diese Namen doch klingen: Pitahaya, Papaya, Litschi! Diese Früchte präsentieren sich in den ungewöhnlichsten Farben zwischen unseren heimischen Äpfeln und Birnen. Zurzeit gibt es bei Coop eine besonders grosse Auswahl an exotischen Früchten. Sie kommen per Schiff und Flugzeug in die Schweiz.*

Probieren Sie doch einmal einen exotischen

Fruchtsalat: Die abgeriebene Schale

und den Saft von zwei Limetten

mit vier Esslöffeln Puderzucker

verrühren. Zehn Litschis

entkernen, drei Kumquats

in Scheiben schneiden, eine Pitaha-

ya vierteln und das weisse

Fleisch in Scheiben

schneiden. Das Fleisch

einer Papaya mit dem

Pariserlöffel in Kugeln

ausstechen. Drei Mini-Ba-

nanen in Scheibchen

schneiden. Die Früchte

mit der Hälfte des Limet-

tensafts vermischen und

zugedeckt 30 Minuten

stehen lassen. Hm, exo-

tisch ist gut!

bul

* Flugimporte sind mit einem «By-Air-Logo» gekennzeichnet, der CO₂-Ausstoss wird kompensiert.



Faszinierend Das Auge isst mit



Formen und Farben der exotischen Früchte sind eine Einladung fürs Auge.

Physalis oder die sternförmige Karambole machen sich als Deko auf einem Teller zu einem

Fleisch-, Fisch- oder Reisgericht ausgezeichnet. Beachten

Sie, dass die meisten exotischen Früchte nicht im Kühlschrank aufbewahrt werden sollten.

Die Creme Mit Limette und Ingwer

Die passende Creme zu einem exotischen Fruchtsalat ist mit wenigen Handgriffen zubereitet: Einen Becher (180 g) sauren Halbrahm mit dem restlichen Limetten-Zuckersaft (siehe

oben) verrühren, den

geschälten Ingwer

fein dazureiben und

als Sauce zum Salat

reichen. Ein Genuss

mit Überraschungseffekt.



ANDREAS C. «STUDI» STUDER
TV-Koch «al dente», «Lanz kocht»

Prächtiges Brauchtum

Am 31. Dezember reise ich früh am Morgen nach Urnäsch, am Fusse des Säntis im wunderschönen Appenzellerland. Die Silvester-Chläuse habe ich letztes Jahr zum ersten Mal erlebt und war total fasziniert von diesem Schauspiel – im wahrsten Sinne des Wortes. Sie ziehen von Hof zu Hof, machen einen Heidenlärm, trinken nicht wenig und machen dann im Dorf eine Show, wie sie nicht einmal der Cirque du Soleil hinkriegt. Die Stimmung ist aufgekratzt und heiter. Sogar die ganz Kleinen machen schon mit – die Mini-Chläuse. Einige sind kaum fünf Jahre alt, aber mit ihren riesigen Schellen vertreiben sie mit Sicherheit alle bösen Geister. Der Lärm lässt allen Ärger aus dem alten Jahr verschwinden und ich bin wie alle anderen Besucher geradezu euphorisiert. Es ist eine grossartige Art und Weise, das alte Jahr ausklingen zu lassen und ich bin stolz auf unser vielfältiges Brauchtum, vor allem, wenn es so lebendig gehalten wird wie in Appenzell Innerrhoden. Nach all dem Trubel freue ich mich auf einen einfachen Zmittag: Fleischkäse mit Kartoffelsalat. Auch das ist Brauchtum, das gepflegt, pardon, gegessen werden will. Ich wünsche Ihnen von Herzen ein gutes neues Jahr mit unvergesslichen kulinarischen Höhenflügen!