

Die Quittenfrucht enthält viel Vitamin C, Kalium, Natrium, Zink, Eisen, Kupfer, Mangan und Fluor. Durch das reichlich enthaltene Pektin geliert Quittenmus auch gut. Bei Marmeladen braucht man, wenn man sie in kleinen Mengen kocht, häufig kein Geliermittel hinzufügen. Unter Hildegard von Bingen-Freunden ist die Quitte aus der Küche nicht wegzudenken und in manchen Ländern wird sie als so gen. Quittenbrot (bei uns Quittenkonfekt), bei Kindern sehr beliebt, oft angeboten.



Rezepte

Gebratene Quitten:

Quitten waschen, auf ein befettetes (oder mit Backpapier ausgelegtes) Backblech legen und bei 180°C ca 45 Minuten braten. Früchte halbieren, Kerngehäuse entfernen und mit Honig oder Ahornsirup übergossen (+ eventuell Schlagobers) auf einem Teller servieren.

Übriggebliebene gebratene Quitten können auch eingefroren oder zu Mus verarbeitet werden.

Quittenkompott:

Quitten vierteln, Kerngehäuse entfernen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Mit etwas Wasser und Rohrzucker nach Geschmack, ein wenig Zimt und ganz wenig Nelkenpulver aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Ausgekühlt in Kompottschüssel servieren.

Apfel-Quittenmus:

3 Äpfel und eine Quitte waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, die Viertel kleinschneiden und mit ¼ l Wasser und 3 EL Rohrzucker aufkochen und 15 Minuten köcheln lassen. Pürieren und ausgekühlt in Dessertschalen servieren.

Quittenschaum:

Quitten vierteln, Kerngehäuse entfernen. Die Viertel klein schneiden, mit etwas Wasser und Rohrzucker nach Geschmack aufkochen und 15 Minuten köcheln lassen. Pürieren, dass ein Muss entsteht. Danach ¼ l Schlagobers aufschlagen, Quittenmus unterheben und in Dessertschalen servieren.

Quittenkonfekt:

1 kg rohe Quitten grob raspeln und mit 1 kg Rohrzucker in einem großen Topf unter ständigem Rühren so lange kochen, bis sich Masse ansetzt. Masse auf Backpapier ca. 1 cm dick aufstreichen und im Backrohr bei 50°C ca. 3 Stunden trocknen lassen. Ausgekühlt in Würfel schneiden und Würfel in Zucker wälzen.

Quitte in der pikanten Küche:

Quitte vierteln, Kerngehäuse entfernen, die Viertel in Stücke oder Streifen schneiden und mit Braten (Schweinzbraten oder Brathähnchen) im Backofen mitbraten. Wie den Braten auch die Quitte mit Fleischsaft aufgießen. Kann nach dem Braten auch noch mit 1 EL Honig übergossen werden.