Schön anzuschauen, gut zu essen: zehn Verwendungsmöglichkeiten den Kürbis

Von Bier bis zu reinigenden Gesichtsmasken, von leckeren Rezepten bis hin zu festlichen. Kürbis ist der König des Herbstes

FIRENZE, TOSCANA, ITALIA, November 19, 2021 /EINPresswire.com/ -- Vom Bier bis zur reinigenden Gesichtsmaske, von köstlichen Rezepten über festliche Dekorationen bis hin zu Musikinstrumenten - der Kürbis gilt dank seiner Süße und Vielseitigkeit als König des Herbstes. Alle seine Teile werden verwendet: Schale,Fruchtfleisch, Kerne ... und das nicht nur in der Küche.

Hier ist unsere Top Ten der interessantesten Verwendungsmöglichkeiten für Kürbis.

Und der erste Platz geht an – das Kürbis-Bier, schmackhaft, würzig und mit so warmen herbstlichen Farben und Aromen. In den USA weit verbreitet, könnte sich Kürbis-Bier auch in Deutschland durchsetzten. Neben Kürbis werden spezielle Karamellmalze und eine Mischung aus Gewürzen wie Zimt, Muskatnuss, Pfeffer und Orangenschalen verwendet. Es sollte bei einer Temperatur von etwa 10 °C serviert werden und eignet sich hervorragend zu Desserts, vor allem zu cremigen, oder zu herzhaften Gerichten mit Kürbis wie Gnocchi und gefüllten Nudeln oder einfach als Aperitif zu Käse oder Vorspeisen.

schön anzusehen, gut zu essen

An zweiter Stelle steht das Kürbisöl, das aus den Kernen kalt gepresst wird. Dieses Pflanzenöl erfreut sich zunehmender Beliebtheit und ist durch das Gütesiegel der Europäischen Union für geschützte geografische Angaben (g.g.A.) geschützt. Es ist reich an Vitamin E und trägt zur Senkung des Cholesterinspiegels bei, da es Beta-Sterole enthält, Substanzen, die in ihrer Struktur den Androgenen und Östrogenen ähneln und sich positiv auf die Gesundheit von Herz und Kreislauf auswirken. Für die Herstellung einer Flasche Kernöl werden mindestens 35 Kürbisse benötigt.

An dritter Stelle stehen Schönheitsbehandlungen wie feuchtigkeitsspendende Anti-Aging-Masken, glättende Peelings und Haarwickel. Der nicht scheuernde pflanzliche Luffaschwamm wird aus dem Luffa-Kürbis gewonnen und eignet sich sowohl zum Geschirrspülen als auch zum Duschen. Schönheitsbehandlungen sind schnell und einfach zuzubereiten, nachhaltig, preiswert und gesund, denn Kürbis ist reich an Vitamin A, Vitamin C und Zink. Sie können eine Maske aus Kürbisfruchtfleisch und Aloe für Ihr Gesicht herstellen, die wie ein leichtes natürliches Lifting wirkt, oder ein Körperpeeling aus Kürbis und braunem Zucker, das Ihre Haut weicher und glatter macht, oder sogar eine Packung zur Revitalisierung Ihrer Haare mit gekochtem Kürbis, Kokosnussöl und Zitronensaft.

An vierter Stelle stehen die Zierkürbisse für Halloween: Ein Trend in diesem Jahr ist ein schwarz-weiß bemalter Kürbis, mit dem Sie Ihren Festtagstisch dekorieren können. Sie können sich mit Schablonen und Decoupage an den Stil Ihres Hauses anpassen oder "dunkle" Kürbisse kreieren, indem Sie den Stiel mit schwarzem Band umwickeln.

An fünfter Stelle steht der Kürbis in der Küche, mit vielen Rezepten von Vorspeisen bis zu Desserts, die jeden Geschmack zu treffen. Probieren Sie ein klassisches Risotto, bei dem Reis und Kürbis eine perfekte Kombination darstellen. Sie können etwas Wurst hinzufügen und vielleicht einen Weichkäse wie Taleggio einrühren, der ein wenig schmilzt. Oder eine cremige Suppe, ob in einer leichteren Version als Vorspeise oder angereichert mit Käse, Butter, Croutons als Hauptgericht. Kürbisgnocchi sind so einladend, oder lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf mit gefüllten Nudeln: Tortelli, Tortelloni, Ravioli, Cappellacci, gefüllt mit Kürbis, Amaretti und Senf oder mit Parmesan, Muskatnuss und Eiern oder mit Haselnüssen, Zitrone und einer Prise Zimt. Zum Nachtisch gibt es Kürbiskuchen und Amaretti, die mit den Sorten Mantua und Delica zubereitet werden, und natürlich Halloween-Desserts aus den

USA: Kürbiskuchen - auch zu Thanksgiving - karamellisierte Äpfel, Krapfen, Torten und Kekse mit Kürbis und Schokolade.

An sechster Stelle steht der Kürbis für medizinische Zwecke: Er ist reich an Wasser und hat eine harntreibende und beruhigende Wirkung. Darüber hinaus kann sein Fruchtfleisch zur Linderung von Hautentzündungen verwendet werden, während die Schale bei leichten Verbrennungen eingesetzt werden kann. Der hohe Gehalt an Ballaststoffen und Antioxidantien hilft beim Abnehmen und sorgt für eine klare und strahlende Haut. Und schließlich können die Kerne Blasenentzündungen vorbeugen, denn sie enthalten Cucurbitin, das zur Vorbeugung und Behandlung von Harnwegserkrankungen beitragen kann.

Niccolò Martinelli
I love fruit & veg from Europe
+39 328 328 2635
info@ilovefruitandvegfromeurope.com
Visit us on social media:
Facebook
Other

© 1995-2021 IPD Group, Inc. dba Affinity Group Publishing & Business Post Examiner. All Rights Reserved.

User Agreement Privacy Policy Copyright Policy