



Feiern Sie den Neujahrstag mit den frischen Geschmackserlebnissen von *I Love Fruit & Veg from Europe*

Berlin — 29. Dezember 2025 — Während Deutschland sich auf die Begrüßung des neuen Jahres vorbereitet, greifen Familien und Küchenchefs gleichermaßen gerne zu frischen Früchten und Gemüse, um ihren festlichen Tafeln Farbe, Geschmack, Nährstoffe und eine angenehme Frische zu verleihen — und so die Silvesterfeierlichkeiten unvergesslich zu machen.

Die reiche landwirtschaftliche Tradition Deutschlands biete eine Vielzahl an saisonalen Produkten, die sich perfekt für köstliche, gesunde Festtagsgerichte eignen und den Geist des Teilens und des Zusammenkommens widerspiegeln.

Im Dezember und Januar zeigen die Märkte in Deutschland bunte Farben, dank der Fülle an saisonalen Früchten wie Granatäpfeln, Zitrusfrüchten, Kiwis, Kakis, Äpfeln, Birnen und Maronen sowie Gemüse wie Kohl, Endivien, Wurzelgemüse und Artischocken — einige der wichtigsten Zutaten für traditionelle und moderne Rezepte zum Jahreswechsel.

Um Ihnen den Einstieg ins neue Jahr mit einem geschmackvollen Höhepunkt zu erleichtern, präsentieren wir Ihnen **zwei einfache, aber delikate Rezepte**, die einige dieser außergewöhnlichen Zutaten hervorheben. Die Kreationen stammen von *I Love Fruit & Veg from Europe*, der Kampagne, die den Konsum von frischen, saisonalen Obst- und Gemüsesorten in mehreren Ländern, darunter **Deutschland**, fördert. Diese Initiative wird durch die **Europäische Union** kofinanziert und von einer Gruppe italienischer Landwirtschaftsproduzenten (**Agritalia, A.O.A., La Deliziosa, Meridia und Terra Orti**) organisiert.

Gedünstete Birnen mit Granatapfel und Zimt

Dieses aromatische Gericht eignet sich hervorragend als elegantes Dessert oder leichter Abschluss für den Silvesterabend. Die zarten Birnen, die leuchtenden Granatapfelkerne und die wärmenden Gewürze verkörpern die elegante und festliche Stimmung des Anlasses.

Zutaten:

- 4 reife Birnen, geschält und entkernt
- 1 Granatapfel, Kerne herausgelöst
- 750 ml Rot- oder Weißwein (oder Apfelsaft für eine alkoholfreie Variante)
- 1 Zimtstange
- 3-4 Esslöffel Honig oder Zucker
- 1 Vanilleschote oder 1 Teelöffel Vanilleextrakt



Co-funded by
the European Union

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS.



- schale einer Orange
- frische Minzeblätter (zum Garnieren)

Zubereitung:

In einem großen Topf Wein (oder Saft), Honig (oder Zucker), Zimt, Vanille und Orangenschale vorsichtig erhitzen, bis sich der Honig aufgelöst hat — nicht aufkochen.

Die Birnen vorsichtig in die leicht siedende Flüssigkeit geben, den Topf zudecken und 20-25 Minuten köcheln lassen, bis die Birnen weich sind, aber ihre Form behalten. Gelegentlich wenden, damit sie gleichmäßig Farbe annehmen.

Die Birnen vorsichtig herausnehmen und beiseitelegen. Die Flüssigkeit im Topf etwas einkochen lassen, etwa 5 Minuten, dann durch ein Sieb gießen und die Sirup über die Birnen träufeln.

Die Birnen auf Tellern anrichten, mit Granatapfelkernen bestreuen, den Sirup darüber geben und mit Minzeblättern garnieren.



Geröstetes Wurzelgemüse mit Kräutern und gewürzten Äpfeln

Dieses herzhaftes Gemüsegericht passt hervorragend zu rustikalem Brot oder als Beilage zu festlichen Fleisch- oder Wurstgerichten und eignet sich perfekt für einen typisch deutschen Silvesterabend.

Zutaten:

- 3 Karotten, geschält und in Stücke geschnitten
- 3 Pastinaken, geschält und in Scheiben

- 2 große Kartoffeln, geschält und gewürfelt
- 1 rote Zwiebel, in Spalten
- 2 Äpfel, entkernt und in Scheiben
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL getrockneter Rosmarin oder Thymian
- 1 TL Zimtpulver (für die Äpfel)
- Salz und Pfeffer
- Frische Petersilie oder Schnittlauch zum Garnieren

Zubereitung:

Den Ofen auf 200 °C vorheizen.

Das Wurzelgemüse (Karotten, Pastinaken, Kartoffeln und Zwiebel) mit dem Olivenöl, den Kräutern, Salz und Pfeffer vermengen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen.

Ca. 35-40 Minuten rösten, dabei einmal wenden, bis das Gemüse weich und schön karamellisiert ist. Die Apfelscheiben mit etwas Zimt und einem Teelöffel Olivenöl vermengen und in den letzten 15 Minuten der Garzeit zusammen mit dem Wurzelgemüse auf das Blech geben. Alternativ können die Äpfel auch separat geröstet werden, um sie etwas weicher zu machen.

Das geröstete Gemüse auf einer Servierplatte anrichten, die Äpfel obenauf oder als Garnitur verwenden und mit frisch gehackter Petersilie oder Schnittlauch bestreuen.





Erfahren Sie mehr: <https://ilovefruitandvegfromeurope.com/de/>

Folgen Sie uns auf:

<https://www.facebook.com/ILoveFruitandVegfromEuropeGermany/>

<https://www.instagram.com/ilovefruitandvegfromeurope.de/>

<https://www.youtube.com/@ilovefruitvegfromeuropeger259>

Kontakt für die Medien: press@mbconsultingsrl.com



**Co-funded by
the European Union**

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS.



**ENJOY
IT'S FROM
EUROPE**

