

MEDIENINFORMATION

Kürbis, ein beerenstarkes Gemüse: 15 Sorten auf 3.500 Quadratmetern – Saisonstart auf dem Hofgut Dagobertshausen bereits im August

Frankfurt am Main / Marburg, 02. August 2022 – Er gehört zu den Stars auf den Feldern des Hofguts Dagobertshausen: Jedes Jahr werden auf einer rund 3.500 Quadratmeter großen Ackerfläche 15 Sorten Kürbis geerntet. Ein Teil davon kommt in den Verkauf, der andere Part landet auf dem Teller der Gäste in den Restaurants von VILA VITA Marburg. Und die können sich freuen, schließlich ist das Superfood sehr gesund. Laut aktueller Studie der „American Heart Association“ hilft der regelmäßige Verzehr von Kürbisfleisch und -kernen gegen Bluthochdruck.

Kürbisse bei VILA VITA Marburg

Bereits seit 2015 baut Helfried Eden, der sich um die Landwirtschaft des Hofguts kümmert, auf den Feldern um Dagobertshausen Kürbisse an. Der Verkauf sei von Anfang an sehr erfolgreich gewesen, wobei der Hokkaido nach wie vor am beliebtesten sei, so der Landwirt. Insgesamt leuchten auf den Feldern um Dagobertshausen die rund 15 Kürbis-Sorten in allen Nuancen von Orange, Grün oder Gelb. Neben mehreren Arten Halloween- und Zierkürbissen, finden sich hier auch vier Speise-Kürbisse – Hokkaido, Butternut, Spaghetti- und Muskatkürbis. „Das Fruchtgemüse hat besonders bei unserem Herbstmarkt auf dem Hofgut seinen großen Auftritt. In diesem Jahr findet er am 1. und 2. Oktober statt“, so Eden. Die Kürbissaison an sich startet in diesem Jahr etwas früher als sonst. Denn durch die trockene Hitze würden wahrscheinlich die ersten bereits im August reif, weiß der Experte.

Superfood und kulinarischer Knaller

Neue Studien der American Heart Association beweisen: Kürbisse helfen bei zu hohem Blutdruck. Weltweit leidet ein Viertel der Bevölkerung am Bluthochdruck, in Deutschland sind es zwischen 20 bis 30 Millionen Deutsche. Dem könnte der Verzehr von etwa 200 Gramm

Pressekontakt

Global Communication Experts GmbH, Ulrike Hahn | Carla Marconi, Hanauer Landstr. 184,
60314 Frankfurt, Tel.: + 49 (69) 175371 -064/-046, Mail: presse.vilavita@gce-agency.com, www.gce-agency.com

MEDIENINFORMATION

Kürbisfleisch am Tag und rund 40 Gramm Kürbiskernen schon entgegenwirken, wie in der Studie nachgewiesen wurde.

Zudem enthält die kalorienarme Beere, die wie Gurke und Wassermelone zu den Kürbisgewächsen gehört, viele Vitamine und Mineralstoffe. Kürbisse sind reich an Ballaststoffen und damit gut für die Verdauung und gegen Diabetes. Sie enthalten Beta-Carotin und viel Vitamin A, was die Sehkraft fördert. Schließlich sind Kürbiskerne vollgepackt mit Vitamin C und B sowie mit heilsamen Stoffen für Prostata und Blase.

Haltbarkeit

Kürbisse sind bei richtiger Aufbewahrung mehrere Monate haltbar. Bei kühler Lagerung zwischen 10 bis 13 Grad hält sich das Superfood sogar bis in die Frühlingsmonate. Einzelne Kürbisstücke kann man blanchieren und eingefroren bis zu vier Monate verwerten. Wichtig vor der Zubereitung ist der sogenannte Klopfest: Klingt das Gemüse hohl und gibt die Schale auf leichten Druck nicht nach, ist der Kürbis reif.

Kürbis-Risotto – Rezept von Chefkoch Leo Sauer

Zutaten

1 Hokkaidokürbis, 100 Gramm Risottoreis, 1 Schalotte, 4 Thymian-Zweige, 1 Schluck Weißwein, 300ml Gemüfefond, 40g Butter, 200g Parmesan, Prise Salz.

Zubereitung

Hokkaidokürbis waschen und mit Schale in Würfel schneiden. Die Hälfte der Würfel in Salzwasser kochen; wenn sie gar sind, abgießen und pürieren. Eine Schalotte in kleine Würfel schneiden und mit den Thymianzweigen und den ungekochten Kürbiswürfel in einem Topf anbraten. Den Risottoreis dazugeben und anrösten. Anschließend mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Unter stetigem Rühren den Gemüfefond aufgießen, sodass das Risotto immer leicht bedeckt ist. Auf kleiner Hitze köcheln bis das Risotto fast gar ist. Butter, Parmesan und den pürierten Kürbis unterheben und fertigkochen.

Pressekontakt

Global Communication Experts GmbH, Ulrike Hahn | Carla Marconi, Hanauer Landstr. 184,
60314 Frankfurt, Tel.: + 49 (69) 175371 -064/-046, Mail: presse.vilavita@gce-agency.com, www.gce-agency.com

MEDIENINFORMATION

Weitere Informationen sind unter www.vilavitamarburg.de zu finden.

Über VILA VITA Marburg

Gerade einmal 45 Minuten von der Finanzmetropole Frankfurt entfernt, bietet VILA VITA am Standort Marburg ein einzigartig vielfältiges Portfolio: Das **VILA VITA Rosenpark** ist ein mehrfach ausgezeichnetes Tagungs- und Wellnesshotel mit 196 Zimmern, 12 Tagungsräumen, zwei Restaurants, einer Bar sowie einem 1.000 Quadratmeter großen Wellnessbereich mit Pool. Das **Congresszentrum Marburg** für bis zu 500 Teilnehmer sowie das **Hofgut Dagobertshausen** mit Event- und Tagungskapazitäten für bis zu 300 Personen bieten den idealen Rahmen für jede Veranstaltung. Zur **VILA VITA Kulinarik** gehören vier weitere Restaurants, zwei Cafés, ein Bistro & Eisbar sowie ein Feinkostgeschäft. Das **Weingut am Nil** in der Pfalz bereichert die VILA VITA-Welt mit ausgezeichneten Weinen. Die VILA VITA Marburg ist eine Tochtergesellschaft der **VILA VITA Hotel & Touristik GmbH**. Zu den VILA VITA Hotels gehören drei Hotels in Deutschland, eins in Österreich und eins in Portugal.

Pressekontakt

Global Communication Experts GmbH, Ulrike Hahn | Carla Marconi, Hanauer Landstr. 184,
60314 Frankfurt, Tel.: + 49 (69) 175371 -064/-046, Mail: presse.vilavita@gce-agency.com, www.gce-agency.com