

Presse-Information

Ingwer als natürliches Wunder: gesund und schmackhaft

Ulm, August 2014 – Die Wunderwurzel Ingwer lässt sich vielseitig einsetzen: Mit seiner antibakteriellen Wirkung hilft Ingwer gegen verschiedene Krankheiten und Schmerzen, wärmt innerlich und sorgt in der Küche als fruchtig-scharfes Gewürz für Highlights. In Asien wird die Ingwerknolle als Heilmittel und Speisезutat schon seit über 5.000 Jahren verwendet. Auch in Deutschland gewinnt Ingwer zunehmend an Beliebtheit.

Vielen ist jedoch das Schälen der Ingwerknolle zu aufwändig. Praktischer zu handeln und länger haltbar als die frische Ingwerknolle ist der kandierte Ingwer von Seeberger. Die Ingwerstücke behalten auch kandiert ihre gesunden Eigenschaften und eignen sich als aromatische Zutat sowohl für Deftiges wie Fleisch- und Fischgerichte als auch in süßen Leckereien wie Pralinen, Plätzchen, Kuchen oder Konfitüre. Ingwer-Liebhaber genießen ihn aber auch einfach mit heißem Wasser übergossen als wärmenden und heilenden Tee oder als außergewöhnlichen Snack für Zwischendurch.

Ingwer als wahrer Abwehrexperte

Wer Ingwer isst, bemerkt sofort die enthaltenen Scharfstoffe, wie das Gingerol. Laut Gesundheitsexperten ist Gingerol neben den enthaltenen ätherischen Ölen auch Auslöser für verschiedene gesundheitsfördernde Wirkungen. Als zuverlässiges Magenmittel half Ingwer schon antiken Seefahrern über die schlimmsten Reisekrankheiten hinweg. Kauen auf der Ingwerwurzel beruhigt und bekämpft Übelkeit, Erbrechen und Schwindelgefühle. Zudem regt Ingwer die Verdauung und den Stoffwechsel an. Ingwer hilft bei Appetitlosigkeit und Blähungen sowie bei Hals-, Kopf- und Zahnschmerzen. Außerdem harmonisiert Ingwer den Cholesterinspiegel, regt die Tätigkeit des Herzmuskels an, verbessert die Fließfähigkeit des Blutes und kann dadurch vor Thrombosen und Infarkten schützen. Durch seine antibakterielle Wirkung unterstützt Ingwer das Immunsystem.



Anbau der Seeberger Ingwerstücke

Ingwer gehört zur botanischen Familie der Ingwergewächse. Seine knolligen Wurzelstücke können bis zu 20 Zentimeter lang werden. Die kandierten Ingwerstücke von Seeberger stammen unter anderem aus Australien. Durch den vulkanischen Boden, extreme Niederschläge und eine hohe Luftfeuchtigkeit herrschen dort beste Voraussetzungen für den Anbau der Ingwerwurzel. Der "Zingiber officinale" wird im September angebaut und schon im Februar geerntet. Durch die frühe Ernte erhält der Ingwer von Seeberger seine milde Schärfe.



Ingwerstücke von Seeberger als süß-scharfe Nascherei

Die hellen, gelbfarbigen Ingwerstücke von Seeberger sind ungefähr einen Zentimeter groß, geschält und annähernd faserfrei. Liebhaber schätzen die kandierten Ingwerstücke wegen der zart-weichen Konsistenz und des süß-scharfen Geschmacks. Die süß-scharfe Geschmacksmischung verdanken die Ingwerstücke dem Traubenzucker, der den Ingwer umhüllt. In Asien ist Ingwer als Gewürz seit vielen Jahrtausenden fester Bestandteil der Küche. In unseren Breiten wird das Gewürz auch immer beliebter und findet vielfältige Einsatzmöglichkeiten: als Ingwer-Tee oder sogar -Bier, als Gewürz für Fleisch- und Fischgerichte oder in verschiedenen süßen Speisen, wie etwa in Ingwer-Biscuits.

Pressekontakt:

Agentur BurckhardtPR – Verena Maedler – T +49 (0)89 890 468 12 – vm@burckhardtpr.de

Rezeptidee:

Ingwer-Biscuits

Zutaten für 36 Stück:

- ¾ Tasse Weizenmehl
- ¾ Tasse Haferflocken
- ¾ Tasse Seeberger Kokosnuss geraspelt
- ½ Tasse Seeberger Rohrzucker fein
- 124 g zerlassene Butter
- 50 g Seeberger Ingwerstücke kandiert
- 2 TL Zuckersirup
- 1TL Soda
- 2 TL Mineralwasser

Zubereitung:

1. Ofen auf 160 Grad vorheizen.
2. Mehl mit Haferflocken, geraspelter Kokosnuss und Zucker vermischen.
3. Ingwer ganz fein hacken.
4. Butter langsam in einem Topf erhitzen und Ingwer hinzufügen, verrühren.
5. Zuckersirup mit Soda und Mineralwasser vermischen und zum Schäumen bringen.
6. Butter-Ingwer-Mischung hinzufügen und im Anschluss gleich zur Mehl-Mischung geben. Gründlich miteinander vermischen.
7. Den Teig in 36 gleiche Portionen teilen (ungefähr in der Größe einer halben Walnuss) und daraus runde Kugeln formen.
8. Ein Backpapier auf ein Backblech auslegen und die Kugeln mit einem Abstand von ca. 2 cm darauf verteilen. Dann vorsichtig platt drücken.
9. Im vorgeheizten Ofen 15 bis 18 Minuten backen, bis sie eine goldbraune Farbe angenommen haben.
10. Danach aus dem Backofen nehmen und auf dem Backblech abkühlen lassen.
11. Gleich genießen oder in einem luftdichten Behälter für einen späteren Genuss aufbewahren.

Zubereitungsdauer: ca. 15-20 Minuten

Backzeit: ca. 15-18 Minuten

Ingwerstücke:

Inhaltsstoffe (Nährwerte pro 100 g):

Brennwert: 1312 kJ / 309 kcal

Fett: 0,1 g

Davon gesättigte Fettsäuren: 0,1 g

Kohlenhydrate: 76 g

Davon Zucker: 72 g

Eiweiß: 0,2

Salz*: 0,04 g

* Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

Unverbindliche Preisempfehlung (200 g): 3,59 Euro



Pressekontakt:

Agentur BurckhardtPR – Verena Maedler – T +49 (0)89 890 468 12 – vm@burckhardtpr.de