

## Farbenfrohes Herbstgemüse

Nach einem wettermäßig durchwachsenen Sommer startet jetzt die farbenfrohe Herbstsaison mit heimischen Leckereien wie Kürbis, Erdäpfeln, Schwammerln und Kohl. Der Eurogast Frischeexperte K. Nickel ist von Tirol über die Steiermark bis ins Waldviertel gehoppelt, um das regionale Gemüse genau zu inspizieren.



Österreichs beliebtestes Herbstgemüse ist die Kartoffel, bei uns auch Erdapfel genannt. Von Tirol bis ins niederösterreichische Waldviertel gibt es zahlreiche bäuerliche Produzenten, die das Knollengemüse an die elf Eurogast Betriebe liefern. Der freche Frischeexperte K. Nickel hat auf seiner Tour einige davon besucht: „Für euch war ich auf den heimischen Feldern vor Ort und habe unsere ‚Bodenschätze‘ genau unter die Lupe genommen.“ Und K. Nickel macht beim Gemüse keine Kompromisse: „Ich als Frischeexperte kontrolliere natürlich jede Knolle einzeln – denn nur die besten Erdäpfel landen nach der Ernte in meinen Eurogast Frischeabteilungen.“

### **Alleskönner und Vitaminbomben**

„Danach bin ich gleich in die Steiermark weitergehoppelt, um ein anderes typisches Herbstgemüse zu inspizieren: den Kürbis. Zu den beliebtesten Speisekürbissen zählen übrigens Muskat, Hokkaido, Butternuss und der Lange von Neapel“, weiß Frischeprofi K. Nickel. „Und übrigens: Kürbisse sind nicht nur g’schmackig, sondern auch noch g’sund!“ Apropos gesund: „Auch das allseits beliebte Kürbiskernöl ist voll mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen. Ein paar Tropfen vom erstklassigen Eurogast Kernöl übers Rührei am Frühstücksbuffet oder den Backhendlsalat, und eure Gäste schweben im siebten Kernöl-

Himmel.“ Und K. Nickel hat noch einen Geheimtipp parat: „Servierts das ‚grüne Gold‘ auf einer Kugel Vanilleeis als Nachtisch – einfach köstlich!“

### **Heimische Schwammerl**

„Meine persönlichen Lieblinge im Herbst sind ja die Schwammerln. Die sprießen dank dem feucht-warmen Sommer wie verrückt! Ich persönlich kenn‘ mich natürlich perfekt aus mit Steinpilz, Parasol, Eierschwammerl und Co. In meinen Eurogast Frischeabteilungen braucht ihr also keine Angst haben, da is‘ nix dabei, was narrisch macht! Ein wahres Pilzparadies – kommt doch mal vorbei!“

### **Wussten Sie, dass ...**

... es in Österreich 47 zugelassene Kartoffelsorten gibt?

...man für einen Liter Kürbiskernöl rund 2,5 Kilogramm getrocknete Kürbiskerne braucht?  
Das sind etwa 35 Kürbisse.

... es über 100 Sorten von „narrischen Schwammerln“ bzw. „Magic Mushrooms“ gibt?  
Bereits die Azteken verwendeten diese Pilze mit den Wirkstoffen Psilocybin und Psilocin, um sich in einen Rauschzustand zu versetzen.