

WALLISER APRIKOSEN.

DER SÜSSE GENUSS DES SOMMERS.



WALLISER
OBST &
GEMÜSE



INS HERZ GEMEISSELT.

Walliser Aprikosen im Porträt.



95%
der Schweizer Produktion



700ha
Obstgärten



Erntezeit Juli – August



Das Anbaugebiet erstreckt sich von Sierre bis Vernayaz, davon liegt die eine Hälfte an den Hängen des linken Rhoneufers und die andere im Rhonetal.

Köstliche Produkte.

Die Aprikose wird sorgfältig von Hand geerntet und von den Produzierenden zu erstklassigen Lebensmitteln veredelt, denen sie ein intensives Aroma verleiht.



Aprikosensirup



Aprikosensaft



Aprikoskonfitüre



Abricotine AOP



Aprikoskompott

Gut für die Haut.

Aprikosen haben nur 47 Kalorien pro 100 Gramm und können frisch, getrocknet oder gekocht verzehrt und auf viele verschiedene Arten zubereitet werden. Die besonders bekömmliche Sommerfrucht ist reich an Vitaminen, schmackhaft, voller Sonne und für ihre vielen Tugenden bekannt.

Dank ihres hohen Gehaltes an Antioxidantien hat sie eine glättende Wirkung auf die Haut.

Die Aprikose ist bekannt für ihr weiches Fruchtfleisch und ihre vielen Tugenden.

Als Nahrungsmittel oder in Kosmetikprodukten schützt die Aprikose die Haut vor negativen Umwelteinflüssen und wirkt gegen Hautinfektionen.

Als natürliche Mineralstoffquelle ist sie eine hervorragende Verbündete für Sporttreibende, da sie die richtigen Mengen an Kalium, Eisen, Kupfer und Magnesium liefert und somit zu einer besseren Regeneration beiträgt.

Ein Label als Auszeichnung für das Beste, was das Wallis zu bieten hat.

Das Label Marke Wallis bürgt für die Herkunft und die Qualität der angebotenen Aprikosen. Damit sie dieses Label erhalten, müssen die Aprikosen im Wallis unter Einhaltung der Umwelt- und Sozialnormen angebaut, verlesen und abgepackt werden. Zudem müssen sie Anforderungen in Bezug auf Durchmesser und Mindestzuckergehalt erfüllen.

Alle mit der Marke Wallis gekennzeichneten Produkte halten ein strenges Pflichtenheft ein und stammen von Unternehmen, die die Umwelt und die Sozialethik respektieren.

Garantie für die Konsumierenden:

- Kurze Transportwege und lokaler Konsum.
- Walliser Herkunft der Produkte oder Rohstoffe.
- Ausgezeichnete Qualität der Produkte.
- Verantwortung der Produzierenden.
- Unabhängige Kontrollen.




Ein starkes Engagement für eine lokale, nachhaltige und verantwortungsvolle Landwirtschaft.


Weitere Informationen unter:
wallis.ch/marke


Aprikosen-Carpaccio.



 Vorspeise

 leicht

 Zubereitungszeit: 20min

 Für 4 Personen

Zutaten


- 12 Walliser Aprikosen
- 200 g Walliser Zigerkäse
- 2 EL Olivenöl
- 1 Zitrone
- 1 Zweig Rosmarin
- 10 EL Balsamico-Essig
- Salz, Pfeffer

Aprikosen-Carpaccio mit Zigerkäse.


- Die Aprikosen halbieren und entsteinen.
- Aprikosen in Scheiben und Zigerkäse in Würfel schneiden, auf einen Teller anrichten und mit Zitronensaft beträufeln.
- Essig in eine kleine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Öl hinzufügen.
- Aprikosen würzen und mit etwas Rosmarin garnieren.


Walliser Sushi.



 Vorspeise

 mittel

 Zubereitungszeit: 20min
Kochzeit: 45min
Gesamtzeit: 75min

 Für 4 Personen

Zutaten

- 4 Noriblätter
- 250 g Sushi-Reis
- 3 Stück Walliser Aprikosen
- 25 g Tomaten
- 3 Scheiben Walliser Trockenfleisch IGP
- 1-2 gehackte Zitronenmelisseblätter
- 1-2 gehackte Basilikumblätter
- 1-2 gehackte Salbeiblätter
- Saft einer halben Zitrone
- Frischer Meerrettich oder Wasabi-Paste
- Salz

Walliser Sushi mit Aprikosen und Tomaten.

Sushi-Reis

- Reis mit klarem Wasser abspülen, um Verunreinigungen zu entfernen.
- 250 ml Wasser zum Kochen bringen und den Reis hinzufügen.
- Meerrettich fein reiben oder Wasabi-Paste zugeben, mit Zitronensaft und etwas Salz verrühren und in das Reiskochwasser geben.
- Ca. 45 Minuten bei schwacher Hitze quellen lassen. Mehrmals umrühren, damit der Reis nicht anbrennt.

Garnitur

- Den Ofen auf 220° vorheizen.
- Trockenfleischscheiben auf ein Backpapier legen und 5 bis 10 Minuten im Ofen backen. Danach auskühlen lassen.
- Aprikosen und Tomaten in 3 cm dicke Scheiben schneiden.

Sushi

- Auf ein Schneidebrett zuerst eine Sushimatte oder eine Klarsichtfolie legen und dann ein Noriblatt darauf auslegen.
- Reis mit einem Spachtel gleichmässig darauf austreichen. Auf der Oberseite (kürzeste Seite) des Blattes einen Rand von 1 cm freihalten.
- Aprikosen, Tomaten und Trockenfleisch der Breite nach, ca. 3 cm vom Rand entfernt und parallel zum unbelegten Rand auf dem Reis verteilen und mit gehackter Zitronenmelisse, Basilikum und Salbeiblättern garnieren.
- Reisfreien Rand des Noriblattes befeuchten und mithilfe der Strohmatte oder Folie fest aufrollen.
- In ca. 3 cm dicke Scheiben schneiden und servieren.

 Frisch servieren.

Rezept von: Peter Gschwendtner, Küchenchef im Restaurant Castle, Blitzingen

Risotto mit Aprikosen.



Hauptgang



leicht



Zubereitungszeit: 10min
Kochzeit: 20min
Gesamtzeit: 30min



Für 4 Personen

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 2 EL Olivenöl Extra Vergine
- 400g Carnaroli Risottoreis
- 1 unbehandelte Limette, Zesten
- einige Lavendelblüten
- 2 dl Muscat du Valais
- 9 dl Gemüsebouillon
- 4 Walliser Aprikosen
- 125 g Mascarpone
- Schwarzer Pfeffer
- Fleur de Sel
- Basilikum zum Dekorieren

Risotto mit Aprikosen.

- Die Zwiebeln fein hacken und im Öl andünsten.
- Den Reis hinzugeben und während 1 Minute leicht anschwitzen.
- Den Weisswein hinzugeben. Verdunsten lassen und nach und nach die heisse Bouillon zum Reis hinzugeben. Dieser sollte immer knapp mit Bouillon bedeckt sein.
- Den Risotto bei schwacher Hitze während 20 Minuten köcheln lassen, von Zeit zu Zeit umrühren.
- Den Mascarpone und einige Lavendelblüten hinzugeben. Je nach Konsistenz noch etwas Gemüsebouillon beimengen.
- Die Aprikosen in kleine Stücke schneiden und kurz vor dem Anrichten dem Risotto beigegeben.



Mit einigen Basilikumblättern und Limettenzesten dekorieren und sofort servieren.

Aprikosenkuchen.



Dessert



leicht



Zubereitungszeit: 20min
Kochzeit: 40min
Gesamtzeit: 60min



Für 4 Personen

Zutaten

- 1 rund ausgerollter Teig, 26 cm Durchmesser
- 60 g geriebene Mandeln
- 600-800 g Walliser Aprikosen, halbiert und entsteint
- 3 Eier
- 50 g Zucker
- 3 dl Rahm
- 1 Briefchen Vanillepulver
- 60 g Aprikosenglasur
- 50 g geröstete Mandelblättchen

Der traditionelle Walliser Aprikosenkuchen.

- Die Form mit Butter einfetten, den Teig hineinlegen und mit der Gabel ein paar mal einstechen. Teigboden gleichmässig mit den geriebenen Mandeln bestreuen. Im Kühlschrank 30 Minuten ruhen lassen.
- Backofen auf 190°C vorheizen.
- Teigboden mit den Aprikosenhälften belegen. Form auf der untersten Schiene in den vorgeheizten Ofen schieben, Aprikosenkuchen bei 190°C 20 Minuten backen.
- Eier, Zucker, Rahm und Vanillepulver verquirlen. Guss in die Zwischenräume giessen. Den Aprikosenkuchen nochmals 20 Minuten backen. Glasur erwärmen, den Kuchen damit überziehen und mit Mandelblättchen bestreuen.



Der Aprikosenkuchen schmeckt am besten, wenn er noch leicht warm ist.

Aprikosenspiesse.



Dessert



leicht



Zubereitungszeit: 20min
Ruhezeit: 10min
Kochzeit: 2 min
Gesamtzeit: 32min



Für 4 Personen

Zutaten

Aprikosenspiesse

- 8 Spiesse
- 12 Walliser Aprikosen
- 10 Zweige Feldthymian
- 100 g brauner Zucker
- 50 g Butter

Creme

- 4 dl Vollrahm
- 1 Zitrone
- 4 Blätter Sauerampfer

Streusel

- 50 g brauner Zucker
- 50 g Butter
- 100 g Haselnüsse

Aprikosenspiesse mit Feldthymian, Haselnuss-Streuseln und Sauerrahm.

Spiesse

- Den Grill vorwärmen.
- Die Aprikosen halbieren und den Kern entfernen.
- Die Aprikosen, den braunen Zucker und den Feldthymian in eine Schüssel geben und vermischen.
- Die Zubereitung 10 Minuten ruhen lassen.
- 3 Aprikosenhälften auf jeden Spieß stecken.

Creme

- Den Sauerampfer klein schneiden.
- Den Vollrahm steif schlagen.
- Den Zitronensaft und den zerkleinerten Sauerampfer hinzufügen und alles vermischen.

Streusel

- Mit den Fingerspitzen die kalte Butter, den braunen Zucker und die Haselnüsse verkneten, bis sich grosse Stücke bilden.

Fertigstellung

- Die Aprikosenspiesse auf jeder Seite circa 1 Minute lang grillen, bis sie goldbraun sind.
- Die Streusel in einer Form unter Rühren circa 1 Minute grillen.
- Die gegrillten Spiesse auf einen Teller legen, mit den Streuseln bestreuen und mit dem Schlagrahm servieren.



Für maximalen Geschmack wild wachsenden Feldthymian und Sauerampfer pflücken.

Aprikosenkonfitüre.



Dessert



leicht



Zubereitungszeit: 10min
Kochzeit: 30min
Gesamtzeit: 40min



Für 4 Personen

Zutaten

- 1 kg Walliser Aprikosen
- 800 g Kristallzucker

Konfitüre aus Walliser Aprikosen.

- Die Aprikosen waschen, halbieren und entsteinen.
- Die Aprikosen und den Zucker in eine Pfanne geben und die Mischung zum Kochen bringen. Ständig umrühren, damit sie nicht anbrennt. Bei schwacher Hitze rund 30 Minuten köcheln lassen.
- Anschliessend die Mischung pürieren, um eine geschmeidige Masse zu erhalten.
- Die Konfitüre noch heiss in Gläser abfüllen.



Damit die Haltbarkeit gewährleistet ist, müssen zusätzlich zur Heissabfüllung die Konfitüregläser und die Deckel vor dem Abfüllen ausgekocht werden.



Schweiz. Natürlich.

DER GESCHMACK DES SOMMERS.

In ihrem Königreich der sonnigen Walliser Hänge wartet die Prinzessin des Obstgartens auf die Ankunft des Sommers, um mit ihrem samtigen Kleid und dem zarten Fruchtfleisch den Gaumen zu umschmeicheln wie ein sanfter Sonnenstrahl die Haut.



Weitere Informationen unter
wallis.ch/aprikosen

INS HERZ GEMEISSELT.