Shrub: süss, sauer, erfrischend

Nicht nur die Schweizer besinnen sich auf ihre kulinarischen Traditionen. Auch in den USA gräbt man alte Rezepte aus. Unter anderem hat sich so der Shrub wieder einen Platz in den Küchen erobert.

Das ist ein Sirup, der nebst den klassischen Ingredienzien – Fruchtsaft, Zucker – auch Essig beinhaltet. Und er macht sich, gerade im Sommer, auch in Schweizer Gläsern gut. Für einen Shrub kann man überreife Früchte verwenden, beispielsweise aus dem Garten. Als Grundrezept verwendet man je 1 Tasse gehackte Früchte/Beeren, Essig, Zucker.

Die gehackten Früchte oder Beeren in ein Glas geben. Den Essig aufkochen, dazugiessen, dann das Glas verschliessen und einige Tage im Kühlschrank ruhen lassen. Danach absieben – das Fruchtfleisch kann man beispielsweise für Chutney verwenden. Nun einfach die Flüssigkeit mit Zucker aufkochen. Fertig ist der Shrub.

Da sowohl Essig als auch Zucker konservierende Wirkung haben, lässt er sich gut mehrere Wochen im Kühlschrank aufbewahren. Mit viel Wasser verdünnt ergibt er im Sommer ein erfrischendes Getränk. Er sorgt aber auch für schöne, fruchtig-saure Aromen in der Salatsauce oder in der Grillmarinade.

Zug, July 2016 © by V-ZUG