

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 58 (2001)  
**Heft:** 12: Flechten : die unbekannten Winzlinge

**Rubrik:** Auf dem Speiseplan

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Allerlei mit Zitrusfrüchten

## Kumquat-Kürbis-Konfitüre

500 g Hokkaido-Kürbisfleisch

200 g Kumquats

ca. 3 dl (300 ml) frisch gepresster Orangensaft

500 g Extra-Gelierzucker 2 : 1

2 EL Orangenlikör

Kürbisfleisch und Kumquats klein schneiden und zusammen mit dem Orangensaft etwa 15 Minuten weich kochen. Pürrieren, abmessen auf 9,5 dl (950 ml) Flüssigkeit (eventuell mit Orangensaft auffüllen), mit Gelierzucker mischen. Aufkochen und 10 Minuten kochen lassen. Orangenlikör unterrühren, sofort in vorbereitete Gläser füllen, verschliessen und fünf Minuten auf den Kopf stellen.

## Zitronencreme

### Zutaten für 6 Portionen:

1/2 l Sahne, 4 EL Honig

Schale und Saft von 2 Bio-Zitronen

Agar-Agar n. Packungsbeschr. f.  $\frac{3}{4}$  l Flüssigkeit  
Sahne und Honig aufkochen, dabei die Zitronenschale hineinreiben. 10 Minuten ziehen lassen, durch ein feines Sieb gießen, Zitronensaft zufügen. Das Agar-Agar in der heißen Flüssigkeit auflösen. In 6 ausgespülte Förmchen gießen und ca. 6 Stunden kalt stellen. Zum Servieren aus den Förmchen lösen. Erinnert an «Panna cotta». Dazu passt:

## Kumquat-Kompott

300 g Kumquats, 60 g Honig

1 dl (100 ml) frisch gepresster Orangensaft

2 EL Zitronensaft, 2 EL Orangenlikör

1 Vanilleschote, 1 Zimtstange, 1 Sternanis

Gewaschene Kumquats vierteln. Honig in einem Topf erhitzen bis er schäumt, Kumquats dazugeben, mit dem Orangen- und Zitronensaft ablöschen. Die aufgeschlitzte Vanilleschote, die Zimtstange und das Sternanis zufügen und köcheln lassen bis die Masse dickflüssig

ist. Gewürze herausnehmen. Abkühlen lassen und zu obiger Zitronencreme geben. Tipp: Schmeckt auch solo.

## Marias Zitronenlikör

6 Bio-Zitronen

1/2 l Alkohol 70 %

350 g Rohrzucker, 1/2 l Wasser

Zitronenschale mit dem Kartoffelschäler dünn abschälen. Die Schale der 6 Zitronen mit dem Alkohol ansetzen und 3 Wochen in einem Glasgefäß ziehen lassen. Der Alkohol zieht die Farbe und das Aroma aus der Fruchtschale. Zucker im heißen Wasser auflösen. Zitronenschale aus dem Alkohol nehmen, mit dem Zuckerwasser mischen – fertig! In Flaschen füllen und gut gekühlt servieren. Der Zitronenlikör eignet sich auch zum Aromatisieren von Süßspeisen oder für Mixgetränke.

## Orangenfüllung f. Biskuitrolle

3 Bio-Orangen,

6 Blatt Gelatine oder Agar-Agar

Saft von 1/2 Zitrone

2 Eigelb, 50 g Honig

2 EL Orangenlikör, 1/4 l Rahm (Sahne)

Gelatine einweichen, Orangen waschen, die Schale abreiben. Eine Orange schälen, die weiße Haut entfernen, filetieren und in kleine Stücke schneiden. Die beiden restlichen Orangen auspressen. 1,5 dl Saft abmessen, den Zitronensaft dazugeben, aufgelöste Gelatine oder Agar-Agar dazugeben und kalt stellen. Eigelbe mit Honig schaumig rühren, Orangenlikör, Orangenschale zufügen und mit der Orangen-Gelatine mischen. Den Rahm steif schlagen, die Orangencreme löffelweise unterziehen und kalt stellen. Die Füllung auf die vorbereitete Biskuitrolle streichen, aufrollen und noch mindestens drei Stunden kühl stellen. Diese Orangenfüllung eignet sich auch als Dessert oder Parfait.

• MH