

**ANGESAGTE
ESSGEWOHNHEITEN:**
Trendreport Ernährung 2025

**FRISCHE SCHREIBT
GESCHICHTE:**
100 Jahre Weihe GmbH

SOMMERFLAIR IN DER KÜCHE

Die Erdbeere bringt kulinarische Vielfalt

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer steht vor der Tür und bringt Frische, Genuss und neue Impulse!

In dieser Kopfsalat-Ausgabe erkunden wir die kulinarischen Highlights der warmen Monate. Von sonnengereiften Erdbeeren, die süße Kindheitserinnerungen wecken, bis hin zu erfrischend-saurem Rhabarber – wir feiern die Vielfalt der Saison.

Doch nicht nur auf dem Teller weht ein frischer Wind. Der Trendreport Ernährung 2025 zeigt: Die Zukunft der Ernährung ist gesund, nachhaltig und individuell – geprägt von pflanzenbetonter Kost, funktionellen Lebensmitteln und bewusstem Genuss. Diese spannende Entwicklung möchten wir gemeinsam mit Ihnen gestalten.

In dieser Ausgabe feiern wir stolz das 100-jährige Jubiläum unseres regionalen Lieferpartners Weihe GmbH – ein eindrucksvolles Beispiel dafür, wie Tradition und Innovation miteinander verbunden werden. Diese Erfolgsgeschichte zeigt, dass Beständigkeit und der Mut zur Veränderung die Grundlage für eine starke Zukunft bilden.

Lassen Sie sich von saisonalen Rezepten, faszinierenden Trends und unserem Frische-sortiment inspirieren. Ob Gastronomie, Gemeinschaftsverpflegung oder Catering – wir sind Ihr zuverlässiger Partner, wenn es darum geht, Frische auf den Teller zu bringen.

Genießen Sie den Sommer in all seinen Facetten – mit fruchtigen Highlights, innovativen Ideen und der gewohnten Qualität aus unserem Netzwerk.

Herzlichst, Ihr CF-Team

TRENDREPORT ERNÄHRUNG 2025

NEUE ESSGEWOHNHEITEN IM FOKUS

Der neue „Trendreport Ernährung 2025“ ist erschienen und liefert faszinierende Einblicke in die aktuellen Entwicklungen unserer Ernährungsgewohnheiten. Der Bericht basiert auf einer Umfrage von Experten aus Wissenschaft und Praxis und identifiziert die zehn wichtigsten Trends, die die Ernährungswelt in den nächsten Jahren maßgeblich prägen werden.

Ein Schwerpunkt des Reports liegt auf dem wachsenden Trend hin zu einer pflanzenbetonten und flexitarischen Ernährungsweise. Immer mehr Menschen setzen auf pflanzliche Lebensmittel, ohne dabei vollkommen auf tierische Produkte zu verzichten. Gleichzeitig rückt die Personalisierung der Ernährung zunehmend in den Vordergrund: Individuell abgestimmte Ernährungsweisen, die genetische Faktoren und persönliche Bedürfnisse berücksichtigen, gewinnen an Popularität.

Nachhaltigkeit spielt ebenfalls eine entscheidende Rolle. Immer mehr Verbraucher legen Wert auf klimafreundliche und nachhaltige Lebensmittel, um ihren ökologischen Fußabdruck zu reduzieren. Gleichzeitig rücken die gesundheitlichen Vorteile von Lebensmitteln in den Fokus: Funktionelle Produkte, die das Immunsystem stärken oder die Darmgesundheit fördern, werden immer beliebter.

Zu den weiteren Trends zählen der bewusste Verzicht auf Zucker, das wachsende Interesse an alkoholfreien Alternativen sowie die Rückbesinnung auf natürliche, wenig verarbeitete Lebensmittel. Zudem wird der klassische Mahlzeitenrhythmus zunehmend durch gesunde Snacks ersetzt, die über den Tag verteilt konsumiert werden.

Der „Trendreport Ernährung 2025“ verdeutlicht, dass **Gesundheit, Nachhaltigkeit und Individualität die zentralen Treiber moderner Ernährung sind. Er dient als wertvolle Orientierungshilfe für Verbraucher, Unternehmen und politische Entscheidungsträger, die die Zukunft der Ernährung aktiv mitgestalten möchten.**

LESERUMFRAGE

Ihr Geschmack zählt!

Wir möchten das Kopfsalat-Magazin noch besser machen – für Sie! Was gefällt Ihnen besonders? Was vermissen Sie? Nutzen Sie unser Magazin lieber online, in gedruckter Form oder in der Küche? Nehmen Sie sich 3 Minuten Zeit und helfen Sie uns mit Ihrer Meinung, unser Angebot weiterzuentwickeln. Nehmen Sie jetzt an der Umfrage teil – und mit etwas Glück können Sie eine kleine Überraschung gewinnen!

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

cf-foodservice.de/leserumfrage





Die im Trendreport dargestellten Entwicklungen verdeutlichen, wie facettenreich und dynamisch das Thema Ernährung geworden ist. Grund genug, einzelne Trends näher zu beleuchten und herauszufinden, was wirklich dahintersteckt.

ERNÄHRUNGSTREND FUNKTIONELLE ERNÄHRUNG

Mehr als nur Nahrungsaufnahme

Die Bedeutung funktioneller Ernährung nimmt stetig zu und stellt eine wichtige Entwicklung in der modernen Ernährungswissenschaft dar. Dabei geht es nicht nur um die Sättigung oder den Genuss von Lebensmitteln, sondern auch um ihren zusätzlichen gesundheitlichen Nutzen. Im Mittelpunkt dieses Trends stehen vor allem Lebensmittel, die körperliche Funktionen unterstützen oder das Wohlbefinden verbessern.

Was ist funktionelle Ernährung?

Funktionelle Lebensmittel enthalten Inhaltsstoffe, die einen positiven Effekt auf die Gesundheit haben. Dazu gehören zum Beispiel probiotische Joghurts, die die Darmflora fördern, angereicherte Getreideprodukte mit extra Vitaminen oder Omega-3-reiche Fischprodukte, die das Herz-Kreislauf-System schützen. Auch pflanzliche Lebensmittel mit natürlich vorkommenden bioaktiven Substanzen wie Polyphenolen oder Antioxidantien werden in diesem Zusammenhang immer wichtiger.

Vorteile funktioneller Lebensmittel

Unterstützung der Verdauung – Probiotische Produkte und Ballaststoffe tragen zur Darmgesundheit bei.

Stärkung des Immunsystems – Angereicherte Lebensmittel mit Vitaminen und Mineralstoffen können das Immunsystem stärken.

Herz-Kreislauf-Gesundheit – Omega-3-Fettsäuren in Fisch und Nüssen wirken sich positiv auf Herz und Gefäße aus.

Leistungssteigerung und Regeneration – Proteinreiche Lebensmittel und funktionelle Getränke helfen Sportlern bei der Erholung.

Blutzuckerregulierung – Bestimmte Ballaststoffe und Proteine können helfen, den Blutzuckerspiegel stabil zu halten.

Zukunft der funktionellen Ernährung

Die Nachfrage nach Lebensmitteln mit gesundheitlichem Mehrwert wird weiter steigen. Insbesondere personalisierte Ernährungskonzepte, die individuelle Bedürfnisse berücksichtigen, werden zunehmend beliebter. Technologische Innovationen wie intelligente Nahrungsergänzungsmittel oder personalisierte Ernährungspläne könnten diesen Trend weiter vorantreiben.

Funktionelle Ernährung ist also weit mehr als nur ein kurzfristiger Hype – sie stellt eine nachhaltige Veränderung in der Art und Weise dar, wie wir unsere Gesundheit durch bewusste Ernährung fördern können.



DOWNLOAD
Trendreport Ernährung 2025

cf-foodservice.de/Trendreport-Ernaehrung-2025

UNSER LIEFERPARTNER


 Weihe

100 JAHRE WEIHE GMBH

Eine Erfolgsgeschichte der Frische

Im Jahr 1925 begann Otto Weihe II. mit einer simplen, aber visionären Idee und legte in Berlin-Wedding den Grundstein für eine Unternehmensgeschichte, die ihresgleichen sucht. Heute, 100 Jahre später, ist die Weihe GmbH eine Institution in Berlin und Brandenburg. Als führender Frischwarenhändler und regionaler Lieferpartner im Netzwerk von CF – Customized Foodservice beliefert die Weihe GmbH Kunden aus Gastronomie, Einzelhandel und Catering sowie Krankenhäuser und Kindergärten. Doch was macht die Geschichte dieses Traditionsunternehmens so beeindruckend?

Ein mutiger Start in schwierigen Zeiten

Die Gründung der Weihe GmbH fiel in eine Zeit wirtschaftlicher Herausforderungen. Otto Weihe II. und seine Frau Johanna, ein Fleischer und eine Schneiderin, erkannten einen damals noch kaum wahrgenommenen Bedarf der Berliner Bevölkerung: frische Lebensmittel. Mit landwirtschaftlichen Beziehungen und einem Gespür für die Bedürfnisse der Stadtbevölkerung eröffneten sie ein kleines Geschäft in der Schwedenstraße, im heutigen Stadtteil Berlin-Mitte. Dank günstiger Mieten und strategischer Lage wuchs das Unternehmen rasant.

Bereits 1933 zog das Geschäft näher ins Herz von Berlin, unweit des Hauptbahnhofs. Die Expansion brachte nicht nur einen größeren Kundenstrom mit sich, sondern schuf auch die Grundlage für eine Diversifizierung des Sortiments. Haushaltswaren, Kaffee und Heringe ergänzten das Angebot an Obst und Gemüse.

Wachstum trotz Widerständen

Die Nachkriegszeit stellte auch Weihe vor Herausforderungen, doch die Familie meisterte sie mit Erfindungsreichtum. Mit dem Bau der Berliner Mauer brach ein Großteil der Laufkundschaft weg. Um darauf zu reagieren, konzentrierte sich

das Unternehmen stärker auf den Lieferservice. Krankenhäuser, Kindergärten und andere Institutionen wurden seinerzeit mit einem einzigen LKW beliefert. Dieser Schritt war der Beginn eines Geschäftszweigs, der bis heute einen der Kernbereiche der Firma Weihe bildet.

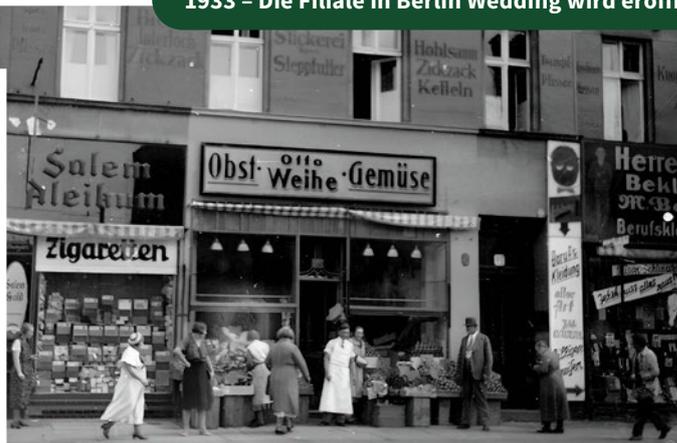
Die 1960er- und 70er-Jahre markierten weitere Meilensteine. Unter der Führung von Karin Jürgens, der Enkeltochter des Gründers, wurde eine weitere Filiale in der Arminiusmarkthalle in Berlin-Moabit eröffnet, bevor Otto Weihe IV., ein weiterer Enkel, die Unternehmensleitung übernahm. Mit ihm begann der systematische Ausbau des Liefergeschäfts. Der Mauerfall 1989 brachte schließlich nicht nur die Rückkehr der Laufkundschaft, sondern auch eine neue Dynamik in die innerdeutsche Vernetzung des Handels.

Innovation und Nachhaltigkeit als Erfolgsfaktoren

Die 1990er-Jahre waren geprägt von Modernisierungen. Der Einzelhandel wurde eingestellt, der Fokus auf den Großhandel und Lieferservice verstärkt. 1993 zog das Unternehmen in den Berliner Fruchthof, ein strategisch wichtiger Schritt, um näher an Zulieferern und Logistikpartnern zu sein.

1933 – Die Filiale in Berlin Wedding wird eröffnet.

Weihe GmbH – So schmeckt FRISCHE.



In dieser Zeit führte die Weihe GmbH ein Qualitätsmanagement-System ein, das 1997 erstmalig zertifiziert wurde.

Ein besonders wichtiger Schritt erfolgte 2002 mit der Partnerschaft mit der CF Gastro Service GmbH & Co. KG. Gemeinsam mit diesem spezialisierten Netzwerk konnte Weihe gleichzeitig seine Reichweite erhöhen und sein Sortiment erweitern. Heute gehört das Unternehmen zu den führenden Lieferpartnern und setzt die CF-Gastro-Philosophie „Qualität, die überzeugt“ mit Bravour in die Praxis um.

Doch damit nicht genug: Weihe zeigt regelmäßig, dass Wirtschaftlichkeit und Nachhaltigkeit Hand in Hand gehen können. Im Jahr 2020 stellte die Weihe GmbH ihre gesamte Kälteanlage auf umweltfreundliches Ammoniak um, wodurch die CO₂-Emissionen im Lager drastisch reduziert wurden. 2022 folgte die Installation einer Photovoltaikanlage, die das Unternehmen mit eigenem Strom versorgt.

Mit Innovation in die Zukunft

Die Weihe GmbH beweist bis heute, dass ihre Grundwerte – Frische, Qualität und unternehmerische Dynamik – zeitlos sind. Die Digitalisierung schreitet ebenso voran wie die Modernisie-

rung der internen Prozesse. Seit neuestem werden Warenbestellungen beleglos über Tablets kommissioniert – ein weiterer Beitrag zur Papiervermeidung. Dieser Ansatz zeigt, wie sich ein Unternehmen durch clevere und nachhaltige Innovationen an neue Herausforderungen anpasst.

100 Jahre Frische und Leidenschaft

Mit aktuell über 300 Mitarbeitern und einer Flotte von 44 Fahrzeugen beliefert Weihe Berlin und Brandenburg. Die Leidenschaft für Frische, die Otto Weihe II. vor 100 Jahren antrieb, brennt bis heute. Geführt von Björn Weihe, der vierten Generation der Familie, bleibt das Unternehmen ein verlässlicher und innovativer Partner für seine Kunden und auch das CF-Lieferpartnernetzwerk. Diese 100 Jahre sind nicht nur ein Grund zum Feiern, sondern auch ein Anlass, voller Zuversicht in die Zukunft zu blicken.

Denn eines steht fest: Die Weihe GmbH wird auch in den kommenden Jahrzehnten mit frischen Ideen überzeugen. Herzlichen Glückwunsch zum 100-jährigen Jubiläum! Wir freuen uns auf die nächsten 100 Jahre.

ERDBEEREN

So schmeckt der Sommer

Kaum ein anderes Obst erfreut sich in Deutschland so großer Beliebtheit wie die Erdbeere. Ihre süßen, saftigen Früchte sind ein **Highlight des Frühlings und Sommers**. Mit der Erdbeersaison 2025 rückt der Anbau dieser vielseitigen Frucht nun noch stärker in den Fokus, denn neben den bekannten klassischen Sorten sorgen vor allem neue Trendprodukte, wie weiße Erdbeeren, für frischen Wind auf den Erdbeerfeldern. Aber wie sieht der Erdbeeranbau in Deutschland heute aus, welche Varianten dominieren unseren heimischen Markt, und mit welchen Herausforderungen haben unsere regionalen Erzeuger zu kämpfen?

Erdbeeren
bestehen zu
90 %
aus Wasser.

Wertvolle Inhaltsstoffe

Erdbeeren sind reich an **Vitamin C**,
enthalten **Antioxidantien** und
sind mit nur **wenigen Kalorien**
eine leichte Nascherei.



Eine reiche Vielfalt im Erdbeerbeet

Deutschland zählt zu den größten Erdbeerproduzenten Europas, und das nicht ohne Grund. Die Vielfalt der angebauten Sorten ist durchaus beeindruckend. Die klassische rote Erdbeere mit ihren bewährten Sorten Elsanta, Senga Sengana oder der süßen Sonata, dominiert auf vielen Feldern mit intensivem Geschmack und vielseitiger Verwendbarkeit. Besonders Senga Sengana gilt als die ideale Konfitüre-Erdbeere, während die Sorte Elsanta aufgrund ihrer Festigkeit vor allem für den Handel geschätzt wird.

Allein im Jahr 2024 wurden in Deutschland 13.150 Hektar für den Erdbeeranbau genutzt, wobei sich die deutschen Landwirte vor allem auf den Freilandanbau konzentrieren. Die Erntemengen beliefen sich national auf rund 78.600 Tonnen allein in diesem Bereich. Anhand dieser Zahlen wird deutlich, wie bedeutend der Erdbeeranbau hierzulande ist, sowohl für den Genuss der Verbraucher als auch für die Landwirtschaft.

Aber das Jahr 2025 setzt auch auf mehr Innovation im Erdbeerkorb. Gerade weiße Erdbeeren, bekannt als Ananas-Erdbeeren oder „Pineberries“, stehen aktuell hoch im Kurs. Ihre helle Färbung und ihr leicht tropisches Aroma, das an Ananas erinnert, machen sie zu einer beliebten Alternativfrucht. Besonders bei jüngeren Konsumenten kommt diese ungewöhnliche Variante sehr gut an. Durch ihre Resistenz gegen Schädlinge und ihre weitgehend unkomplizierte Pflege zeigen sich viele Betriebe experimentierfreudig, die weiße Erdbeere als Nischenprodukt zu etablieren.

Die Geschichte der Erdbeere – vom Wald auf die Felder

Die Erdbeere, in ihrer Urform klein, dunkelrot und aromatisch, stammt ursprünglich aus den Wäldern Europas. Bereits in der Antike war sie bekannt und geschätzt, vor allem wegen ihres intensiven Geschmacks und ihrer heilenden Wirkung. Erst im 18. Jahrhundert fusionierten europäische und amerikanische Sorten in Frankreich zur sogenannten Gartenerdbeere, wie wir sie heute kennen. Diese hybride Züchtung verband die Robustheit mit einer verbesserten Fruchtgröße, was den Anbau in größerem Stil ermöglichte.

Im Laufe der Zeit wurde die Erdbeere von einer Wildfrucht zu einer der am meisten angebauten Kulturen in Deutschland. Dies ist nicht nur der landwirtschaftlichen Entwicklung, sondern auch der Liebe der Deutschen zur regionalen und saisonalen Küche zu verdanken. Statistisch gesehen isst jeder Deutsche im Jahr etwa 3,5 Kilogramm dieser schmackhaften Früchte.

Herausforderungen auf dem Erdbeerfeld

Der Erdbeeranbau bringt jedoch viele Herausforderungen mit sich. Erdbeeren sind empfindliche Früchte, die sowohl beim Wachstum als auch bei der Ernte sorgfältige Behandlung erfordern. Die stark schwankenden Wetterbedingungen der letzten Jahre haben es den Landwirten erschwert, stabile Erträge zu erzielen. Ein früher Wärmeeinbruch im Frühling kann die Blütezeit verkürzen und die Ernte beeinträchtigen, während plötzliche Spätfröste die Pflanzen nachhaltig schädigen können.



Kürzere Transportwege

Ein weiterer Faktor ist der steigende Wasserbedarf. Gerade in Trockensommern müssen viele Betriebe erheblich in Bewässerungssysteme investieren, um die Früchte vor mangelnder Feuchtigkeit zu bewahren. Gleichzeitig zeigt sich eine zunehmende Mechanisierung im Erdbeeranbau. Im Gegensatz zum bisherigen arbeitsintensiven Pflücken von Hand setzen moderne Höfe immer häufiger auf Pflückroboter, die die Früchte schonend ernten können.

Auch regional variiert der Anbau zudem stark. Während die sandigen Böden in Brandenburg und Niedersachsen als ideal für die Erdbeere gelten, setzen Regionen wie Bayern und Baden-Württemberg auf den Anbau in Folientunneln, um die empfindlichen Pflanzen vor Witterungseinflüssen zu schützen.

Nachhaltigkeit und innovative Trends

Für Kundinnen und Kunden ist Nachhaltigkeit auch im Erdbeeranbau ein an Bedeutung wachsendes Thema. Kurze Transportwege und der direkte Verkauf auf Hofläden oder Wochenmärkten werden Jahr für Jahr stärker nachgefragt. Darüber hinaus greifen immer mehr Verbraucher zu Erdbeeren aus regenerativer Landwirtschaft, bei der auf chemischen Pflanzenschutz verzichtet wird.

Ein weiterer Trend zeigt sich auch bei der Zucht mehrjähriger Erdbeerfelder, die durch Fruchtwechsel und schonende Pflege länger nutzbar bleiben. Innovative Technologien wie der vertikale Erdbeeranbau in Gewächshäusern helfen dabei, den Flächenverbrauch zu reduzieren und Erntezeiten zu verlängern. Dabei werden die Pflanzen in mehreren Ebenen übereinander angebaut, sodass die verfügbare Anbaufläche maximal effizient genutzt wird. Diese Methode bringt nicht nur höhere Erträge auf kleinem Raum, sondern spart zudem Ressourcen wie Wasser und Dünger, da diese gezielt eingesetzt werden können.

Kulinarischer Liebling mit Zukunft

Ob als frischer Snack, im Kuchen, als Dessert oder zu Konfitüre verarbeitet – Erdbeeren sind aus dem deutschen Speiseplan nicht wegzudenken. Trendprodukte wie weiße Erdbeeren erweitern das Portfolio und bieten nicht nur optisch, sondern auch geschmacklich neue spannende Möglichkeiten.

Mit Blick auf die Zukunft wird klar, dass die Erdbeere in Deutschland nicht nur eine Frucht mit Geschichte ist, sondern auch Symbol für Innovation und Anpassungsfähigkeit. Sie bleibt ein Genuss, der die Menschen Jahr für Jahr begeistert und sowohl Tradition als auch moderne Anbaumethoden in sich vereint. Der Geschmack einer selbstgeernteten oder frisch gekauften Erdbeere scheint daher mehr als nur ein Gaumenschmaus zu sein – er ist ein Erlebnis, das uns verbindet.



Saisonaler Genuss



Unterstützung lokaler Bauern

ERDBEEREN REINIGEN: DIE BESTEN TIPPS



Kurz vor dem Essen waschen

Erdbeeren sollten möglichst frisch gegessen werden. Werden sie zu früh gewaschen, können sie schneller verderben.

Stiele und Blätter erst nach dem Waschen entfernen

Die Blätter und der Stiel schützen die Frucht beim Waschen vor zu viel Wasseraufnahme. Entfernt man sie vorher, saugen sich die Erdbeeren mit Wasser voll und verlieren ihr Aroma.

Sanft waschen

Am besten werden Erdbeeren in einer Schüssel mit kaltem Wasser eingelegt und vorsichtig bewegt. So werden Schmutz und kleine Insekten entfernt, ohne die zarte Haut zu verletzen.

Essigwasser gegen Keime

Eine Mischung aus 1 Teil Essig und 3 Teilen Wasser entfernt Keime und Pestizidrückstände. Einfach die Erdbeeren 5 Minuten einlegen, danach gut mit klarem Wasser abspülen.

Schonend trocknen

Die gewaschenen Erdbeeren am besten auf Küchenpapier ausbreiten und vorsichtig trocken tupfen. So bleiben sie frisch und lecker.

Wie bleiben sie länger frisch?

Erdbeeren auf einem Teller oder in einer flachen Schale **locker lagern**, damit sie sich nicht gegenseitig zerdrücken. Je nach Reifegrad bleiben sie im **Kühlschrank** 1–3 Tage frisch.

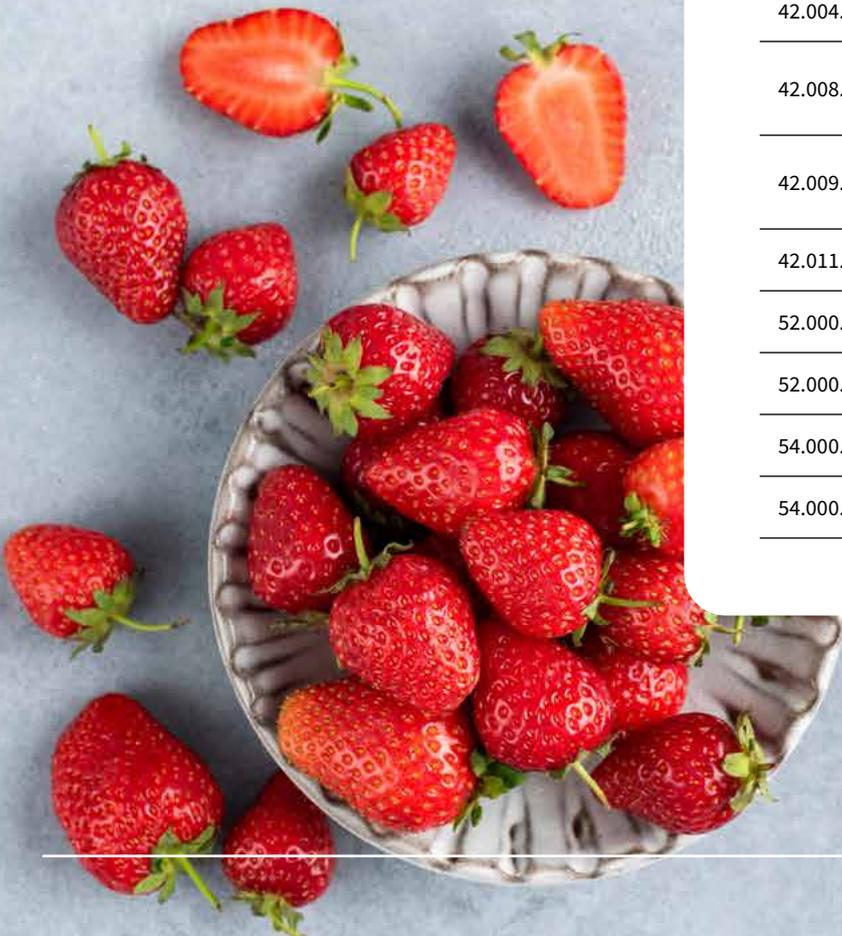


UNSER ERDBEERSORTIMENT



Unsere Vielfalt rund um die rote Frucht

Art.-Nr.	Bezeichnung	Marke
11.425.510	Erdbeeren 1 kg	
11.425.515	Erdbeeren Holzkiste 1 kg	
11.425.520	Erdbeeren D/NL/BE 1 kg	
21.490.336	Smoothie Erdbeer 3,05 l	Elka
24.262.000	Erdbeeren geputzt ganz 1 kg (RC)	CF RCB
24.263.000	Erdbeeren geputzt halbiert 1 kg (RC)	CF RCB
24.264.000	Erdbeeren geputzt geviertelt 1 kg (RC)	CF RCB
42.004.002	Quark Erdbeere 20 % 15 x 75 g	Frankenland
42.004.010	Quark Frucht Erdbeer 20 % 5 kg	Vogtland
42.008.050	Joghurt Frucht Erdbeer 3,5 % 5 kg	frischli
42.009.085	Joghurt Frucht Erdbeer-Rhabarber 1,5 % 5 kg	Milram
42.011.058	H-Pudding Erdbeer 3,5 % 20 x 125 g	Rottaler
52.000.221	Konfitüre Erdbeere 50 % 8 x 450 g	Mühlhäuser
52.000.224	Konfitüre Erdbeere 45 % 3 kg	Obstland
54.000.008	Erdbeer-Kuchenrolle 5 x 400 g	Kuchenmeister
54.000.016	Erdbeerkuchen 6 x 400 g	Kuchenmeister



RHABARBER

– süß trifft sauer

Mit dem Beginn der Rhabarber-Saison kommt frischer Wind in die Küche! Die leuchtend roten Stangen und die **erfrischende Säure** verleihen Kuchen, Desserts und sogar herzhaften Gerichten eine besondere Note. Ob klassisch als Kompott, in spritzigen Getränken oder in kreativen Rezepten – Rhabarber ist ein wahres Multitalent und sorgt für eine perfekte Balance zwischen Süße und Säure.

Je später die Ernte, desto saurer

Rhabarber wird typischerweise von **April bis Juni** geerntet. In den ersten Wochen ist er besonders zart und mild, während ältere Stangen oft mehr Säure enthalten.

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Erdbeeren, tiefgekühlt
- 3 EL Zucker, braun
- 3 Stangen Rhabarber
- 250 g Mascarpone
- 250 g Quark
- 1 Vanilleschote
- 150 g Waffeln
- 1 EL Minze

RHABARBER

1 kg
Artikel-Nr.:
14.700.510

FRISCH-EI-WAFFEL

12x250 g
Artikel-Nr.:
54.002.263

MINZE

1 kg
Artikel-Nr.:
13.298.142

ERDBEEREN

1 kg
Artikel-Nr.:
11.428.520

MASCARPONE 82 %

6x500 g
Artikel-Nr.:
46.010.050

QUARK NATUR 40 %

5 kg
Artikel-Nr.:
42.003.054

REZEPT

Erdbeer-Rhabarber-Tiramisu

1 Erdbeeren verarbeiten

Die Erdbeeren mit 2 EL braunem Zucker in einem Topf bei niedriger Hitze erwärmen. Mit dem Mixstab pürieren und abkühlen lassen.

2 Rhabarber vorbereiten

Den Rhabarber schälen und in kleine Stücke schneiden. In einem Topf mit etwas Wasser und 1 EL braunem Zucker kurz aufkochen und anschließend abkühlen lassen.

3 Creme herstellen

Den Mascarpone mit dem Quark verrühren. Falls die Masse zu fest sein sollte, kann noch Naturjoghurt hinzugefügt werden. Die Vanilleschote auskratzen und unterrühren.

4 Alles zusammenfügen

In einer großen Schale oder mehreren kleinen Gläsern die Waffeln so verteilen, dass der Boden bedeckt ist. Die Hälfte des Erdbeerpürees darüber verteilen. Anschließend die Hälfte der Mascarpone-Quark-Creme darüberstreichen. Anschließend wieder mit den Waffeln fortfahren und die Reihenfolge wiederholen. Die oberste Schicht sollten Rhabarber-Stückchen sein.

5 Optimierung

Das Tiramisu für mindestens 1 Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen.

Kein Obst, sondern Gemüse

Auch wenn er oft in süßen Gerichten landet, gehört Rhabarber botanisch gesehen zum **Gemüse**.

Perfekte Partner

Wegen seiner Säure wird Rhabarber oft mit Zucker oder süßen Früchten wie **Erdbeeren** kombiniert.

SAISONKALENDER

Ob während der Saison oder danach, bei uns finden Sie immer saftiges Obst und knackiges Gemüse. Garantiert beste Qualität mit höchstem Nachhaltigkeitsanspruch. Immer frisch. Immer lecker. Lassen Sie's sich schmecken.

MAI/ JUNI



Blumenkohl



Chinakohl



Eisbergsalat



Erdbeeren



Feldsalat



Fenchel



Frühlingszwiebeln



Gurken



Kirschen



Kopfsalat



Porree



Radieschen



Rettich



Rhabarber



Rucola



Spargel



Spinat



Tomaten

Freilandware

Passend zur Saison finden Sie bei uns frisches Obst und Gemüse aus nachhaltigem Anbau. Regional und direkt vom Feld. Ganz in Ihrer Nähe. Ideal für kurze Lieferwege und besten Genuss.



Chicorée



Kartoffeln



Möhren



Rothkohl



Knollensellerie



Weißkohl



Wirsing



Zwiebeln

Lagerware

Auch außerhalb der Saison versorgen wir Sie mit frischem Obst und Gemüse. Unser Frische-Netzwerk macht es möglich. Wir liefern schnell und zuverlässig. Alles frisch dank höchsten Qualitätsstandards.

UNSERE HIGHLIGHTS IM FRÜHSOMMER

FREILANDWARE



BLUMENKOHL

1 kg
Artikel-Nr.:
12.805.510



RADIESCHEN

Bund
Artikel-Nr.:
14.600.510

RADIESCHEN OHNE GRÜN

1 kg
Artikel-Nr.:
14.581.510



FENCHEL

1 kg
Artikel-Nr.:
13.300.510



KOPFSALAT

1 kg
Artikel-Nr.:
15.084.510
12 St. Kiste
Artikel-Nr.:
15.082.522



ERDBEEREN

1 kg
Artikel-Nr.:
11.428.510

LAGERWARE



Unser Saisonkalender –
nicht nur in jeder KOPFSALAT-Ausgabe,
sondern auch online:
cf-foodservice.de/saisonkalender

TREND

Chili Crunch: KNUSPRIG, WÜRZIG, SCHARF

Chili Crunch erobert die Welt der Gewürze! Die knusprige, aromatische Chili-Öl-Mischung aus Asien verleiht jedem Gericht einen intensiven Kick – mit perfekter Balance aus Schärfe, Umami und Crunch.

Ob als Topping für Reis- und Nudelgerichte, auf Avocado-Toast oder sogar über Eiscreme gestreut – Chili Crunch sorgt für wahre Geschmacksexplosionen. Die Basis bilden geröstete Knoblauch- und Zwiebelstücke in würzigem Chili-Öl, oft verfeinert mit Soja, Sesam oder Sichuan-Pfeffer.

Kein Wunder, dass Foodies weltweit auf den Trend setzen. Ob hausgemacht oder als fertiges Produkt – ein Löffel Chili Crunch macht jedes Gericht aufregender. Zeit, die Würzrevolution auszuprobieren!

**Weltweiter
Würztrend
– ein Löffel Chili
Crunch peppt jedes
Gericht auf**



WO FRISCHE AUF DEM TELLER LANDET – WIR MACHEN ES MÖGLICH



ÜBER 30
REGIONALE
LIEFER-
PARTNER



UMFANG-
REICHES
FRISCHE-
SORTIMENT



HEUTE
BESTELLT,
MORGEN
GELIEFERT



LIEFERUNG AN
BIS ZU 6 TAGEN
DIE WOCHE

DAS FRISCHE-NETZWERK VON CUSTOMIZED FOODSERVICE

A+S Frucht GmbH & Co. KG
www.as-frucht.de

Abels Früchte Welt GmbH
www.abelsfruechtewelt.de

Andreas Kupfer & Sohn GmbH
www.kupfer-sohn.de

CF Gastro Service GmbH & Co. KG
www.cf-foodservice.de

**C. v. Schoonhoven & Sohn
GmbH & Co. KG**
www.schoonhoven-rheine.de

Denseilmann + Wellein GmbH
www.de-we.de

**Dieter Fuhrmann Obst & Gemüse
Großhandels GmbH**
www.dieter-fuhrmann.de

Frisch Frucht Erfurt GmbH
www.frischfruchterfurt.de

Friweika eG
www.friweika.de

Frucht Hartmann GmbH
www.fruchthartmann.de

Fruchthof Northeim GmbH & Co. KG
www.fruchthof-northeim.de

Früchte Feldbrach GmbH
www.fruechte-feldbrach.de

Grafetstetter GmbH
www.fruechteexpress.de

Häusler Frischeservice GmbH
www.haeusler-frischeservice.de

Henning Broscheit GmbH
www.broscheit.de

JHG GastroExpress
www.gastro-express.info

Josef Ochs GmbH

**Kai Brüning Obst- und
Gemüsegroßhandel GmbH**
www.bruening-nortorf.de

Köhra – Frische GmbH
www.koehra.de

Lindner GmbH
www.lindnerfood.de

Manss GmbH Frischeservice
www.manss.nrw

Marker oHG
www.unternehmen-frische.de

**Matthies & Söhne Fruchtimport
GmbH**
www.msfrucht.de

Oliver Fruchthandels GmbH
www.oliver-fruchthandel.de

Peter Blessing GmbH
www.blessingmarkt.de

**Rothenburger Marktfrisch Verarbei-
tungs- und Handelsgesellschaft mbH**
www.marktfrisch-rothenburg.de

Sapros GmbH
www.sapros.de

Sapros Handels- und Vertriebs GmbH
www.sapros-ka.de

Schwabfrucht Gastro GmbH
www.schwabfrucht.de

**Steinkrüger Frucht- & Frischehandel
GmbH**
www.steinkrueger.de

Töpfer GmbH
www.toepfer-salate.de

Weihe GmbH
www.weihe.de

Werder Frucht Gastroservice GmbH
www.werder-frucht.de



CUSTOMIZED
FOODSERVICE

FRESH!

WO FRISCHE AUF
DEM TELLER LANDET –
WIR MACHEN ES MÖGLICH.

CF – Customized Foodservice

Individuelle Foodservice-Konzepte, die genau zu Ihnen passen. Rufen Sie jetzt an und sichern Sie sich Ihren persönlichen Beratungstermin – für maßgeschneiderte Lösungen, die wirklich überzeugen!

+49 30 394 06 40-357 | vertrieb@cf-foodservice.de

