



W KUCHNI

- 5 Suszona i świeża żurawina amerykańska świetnie sprawdza się jako przekąska, dodatek do płatków śniadaniowych lub do innych owoców.
- 6 Po ugotowaniu świeżych żurawin amerykańskich w wodzie z cukrem otrzymamy gęsty sos, który doskonale nadaje się do dań mięsnych, warzyw i deserów.
- 7 Nektar z żurawiny amerykańskiej o kwaskowym, owocowym smaku jest pyszny sam lub po wymieszaniu z innymi napojami.
- 8 Suszoną żurawinę amerykańską najlepiej przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku w temperaturze 18°C. Świeżą żurawinę można przechowywać do trzech miesięcy w lodówce lub przez maksymalnie rok w zamrażalniku w temperaturze -18°C.

CIEKAWOSTKI



- 9 Świeże jagody żurawiny amerykańskiej mają cztery komory powietrzne, dzięki czemu odbijają się od podłoża. Efekt ten jest kluczowy przy kontroli jakości – świeżo zebrane jagody, które nie odbijają się od taśmy sortownika, są odrzucane. Dzięki temu na rynek trafiają tylko najlepsze owoce.
- 10 Surowa żurawina amerykańska jest kwaśna i przed spożyciem należy ją ugotować. Suszone i gotowane owoce mają w kuchni wszechstronne zastosowanie.

ŻURAWINA Z USA

Więcej informacji i pomysłów na dania z żurawiną amerykańską można znaleźć na stronie:

www.cranberries-usa.eu

ŻURAWINA Z USA

*Przysmak na każdą okazję
podbija Europę*

FAKTY

- 1 Nazwę „cranberry” nadali tej odmianie żurawiny pierwsi europejscy osadnicy, którzy dotarli do wschodniego wybrzeża Ameryki w 1620 roku. Ponieważ kwiat żurawiny przypomina głowę i dziób żurawia, osadnicy nazwali owoc „Crane berry” – „żurawią jagodą”. Później na dobre przyjęła się krótsza wersja tej nazwy – „cranberry”.
- 2 Od jej europejskiej krewnej – borówki brusznicy – żurawinę amerykańską odróżnia dużo jaśniejszy i zbity miąższ oraz lekko kwaskowy smak z charakterystyczną delikatnie cierpką nutą.
- 3 Świeża żurawina amerykańska dostępna jest od października do stycznia. Suszone owoce, sok i inne produkty na bazie żurawiny amerykańskiej można kupić przez cały rok.
- 4 100g świeżej żurawiny amerykańskiej ma zaledwie 46 kcal / 193 kJ i zawiera wtórne substancje roślinne, witaminy C, A i K oraz potas i wapń.

żurawia jagoda

46 kcal

witamina C

potas i wapń

delikatnie cierpki smak

Wydawca:
CRANBERRY MARKETING COMMITTEE
www.cranberries-usa.eu
info@cranberries-usa.eu



WYJĄTKOWE ZBIORY

ZBIORY ZACZYNAJĄ SIĘ JESIENIĄ

Plantatorzy zbierają dojrzałe owoce żurawiny od połowy września do początku listopada. Istnieją dwie metody ich zbioru.

1 ZBIORY MOKRE

Owoce żurawiny mają w środku niewielkie komory powietrzne, dzięki którym unoszą się na powierzchni wody. Farmerzy wykorzystują ten efekt podczas tak zwanych zbiorów mokrych. Metoda ta polega na zalaniu wodą upraw i maszynowym odrywaniu owoców od krzaczków. Dzięki temu tworzy się niezwykle kolorowe widowisko – jesienią krajobraz północnych regionów USA urozmaicają czerwone żurawinowe „jeziora”. Po zerwaniu owoce są zasysane do wielkich pojemników i przewożone do zakładów przetwórczych w celu dalszej obróbki. 95% żurawin amerykańskich zbiera się na mokro.

2 ZBIORY SUCHE

Do suchego zbioru żurawin farmerzy używają przypominających kosiarki do trawy maszyn, wyposażonych w grabie obrotowe, które zbierają owoce prosto z krzaczków. Jagody opadają na taśmę, a następnie umieszczane są w worku. Ręcznie sortowane świeże żurawiny trafiają na rynek amerykański i zagraniczny.

ŻURAWINOWA TRADYCJA

AMERYKAŃSKIE JAGODY

Rdzenni mieszkańcy Ameryki doskonale wiedzieli, jak uniwersalnym owocem jest żurawina. Indianie jedli czerwone jagody na surowo, używali ich do opatrywania ran oraz do ochrony dziczyzny przed zepsuciem, a sok wykorzystywali do barwienia ubrań. Żeglarze zabierali ze sobą żurawinę do dalekich podróży jako środek chroniący przed szkorbutem.

ŚWIĘTO DZIĘKCZYNIENIA POD ZNAKIEM CZERWIENI

Żurawina amerykańska ściśle związana jest z historią Święta Dziękczynienia. Tradycja tego ważnego dla Amerykanów święta obchodzonego w czwarty czwartek listopada sięga początków Ameryki i wiąże się z przybyciem pierwszych osadników z Europy. Rdzenni mieszkańcy Ameryki pokazali przybyłym, jak przygotowywać smaczne dania z nieznanych Europejczykom wcześniej składników, takich jak kukurydza i żurawina amerykańska. Od tamtej pory na każdym świątecznym stole oprócz indyka obowiązkowo muszą się znaleźć dania z żurawiną.



UNIWERSALNY OWOC W SZEŚCIU POSTACIACH

6

Żurawina amerykańska dostępna jest w wielu postaciach i niezależnie od sposobu podania zawsze zachwyca swoim niepowtarzalnym smakiem.

ŚWIEŻA ŻURAWINA AMERYKAŃSKA dostępna jest w Europie od października do stycznia. Jej niezwykle smaczny i zdrowy smak znakomicie komponuje się z daniami mięsnymi, warzywami i deserami.

SUSZONA ŻURAWINA AMERYKAŃSKA dostępna jest przez cały rok. Świetnie sprawdza się jako przekąska oraz dodatek do sałatek, zup, ciast i sera.

MROŻONA ŻURAWINA AMERYKAŃSKA może być używana w taki sam sposób, jak świeże owoce. Mrożone jagody żurawiny wystarczy opłukać i stosować tak, jak świeże owoce.

PROSZEK ŻURAWINOWY dostępny jest w aptekach jako suplement diety.



NEKTAR ŻURAWINOWY świetnie smakuje po rozcieńczeniu z wodą, sokiem lub sam. Znakomicie nadaje się do drinków – zarówno alkoholowych, jak i bezalkoholowych.

SOK ŻURAWINOWY Prawdziwi smakosze uwielbiają głęboki smak niesłodzonego soku żurawinowego.



PRZEPISY



SOS ŻURAWINOWY

SKŁADNIKI NA CZTERY PORCJE:
200 g świeżej żurawiny amerykańskiej
75 g cukru
100 ml wody
1/2 łyżeczki tartej skórki z pomarańczy
z uprawy ekologicznej

Żurawinę umieścić w rondelku z cukrem, wodą i skórką pomarańczy. Gotować na średnim ogniu przez 6-8 minut, stale mieszając. Przyprawić solą i odstawić do ostygnięcia.

CZAS PRZYGOTOWANIA: 10 minut

RADA: Sos można przechowywać w lodówce do tygodnia

SALAATA RZYMSKA Z JABŁKIEM I DRESSINGIEM ŻURAWINOWYM



SKŁADNIKI NA CZTERY PORCJE:
200 ml czerwonego wina
3 łyżki brązowego cukru
100 g suszonych żurawin w całości
1 opakowanie (125 g) boczku
1 jabłko (około 200 g)
1-2 małe sałaty rzymskie
40 g parmezanu

Czerwone wino gotować na średnim ogniu z cukrem przez około 10 minut, aż zgęstnieje. Dodać żurawiny amerykańskie. Przyprawić solą i pieprzem. Pozostawić do ostygnięcia.

Na patelni podsmażyć boczek na chrupiąco. Zdjąć z patelni, przełożyć na ręcznik papierowy i zostawić do ostygnięcia.

Jabłko pokroić na plasterki. Sałatę umyć, poszarpać na kawałki i pozostawić do wyschnięcia. Parmezan zetrzeć na tarce.

Wymieszać sałatę z dressingiem żurawinowym, plasterkami jabłka i boczkiem. Posypać tartym parmezanem.

CZAS PRZYGOTOWANIA: około 30 minut



SZPRYCER ŻURAWINOWY

Wymieszać nektar żurawinowy z wodą mineralną wedle uznania.