



Pflaumenobst

Pflaumenobst wird unterteilt in Pflaumen, Zwetschgen, Renekloden und Mirabellen. Botanisch gehören sie der gleichen Gattung und Art an (*Prunus domestica*), nur die Unterarten sind unterschiedlich. Weiterhin sind noch viele Übergangsformen und ca. 2000 Sorten bekannt. Zu den näheren Verwandten der Pflaumen gehören übrigens Kirschen, Äpfel, Birnen, Rosen und zahlreiche Ziersträucher. Sie werden alle zu der großen Pflanzenfamilie der Rosengewächse gezählt.

Kultiviert wird Pflaumenobst schon seit dem Altertum, ursprünglich stammt es aus Vorderasien, Turkestan und dem Kaukasus.

Pflaumen: Sie reifen etwas früher als Zwetschgen, sind rundlich bis oval mit einer Furche, die Schale zeigt Farbschattierungen von gelb über rot bis violett und ist leicht bereift. Das Fruchtfleisch ist grünlichgelb bis goldgelb, saftig und süß. Da das Fruchtfleisch beim Kochen zerfällt, eignen sich Pflaumen gut zur Kompott- und Marmeladenherstellung. Der Stein löst sich schwer vom Fruchtfleisch.

Zwetschgen: Sie zeigen eine länglich- ovale, plattrunde Form mit spitzem Ende und weisen keine Furche auf. Die Schale ist mittel- schwarzblau oder violett und typisch weiß bereift. Bei dieser natürlichen Bereifung handelt es sich um wachsartige Ausscheidungen zum Schutz vor Austrocknung. Das Fruchtfleisch ist weißlich-grüngelb und fest, beim Kochen bleibt es stabil. Deshalb eignen sich Zwetschgen gut zum Kuchenbacken. Der Stein löst sich bei reifen Früchten ganz leicht aus dem Fruchtfleisch.

Renekloden: Sie sind mittelgroß bis groß, rund und gefurcht. Die Farbpalette der Schale reicht von Grün und Grüngelb über Rot bis Violett. Das Fruchtfleisch ist grün bis gelb, fest, saftig, süß und aromatisch, allerdings schlecht steinlösend.

Mirabellen: Diese kleine Pflaumenunterart ist kugelförmig, meist goldgelb mit roten Pünktchen oder Backen. Das Fruchtfleisch ist grünlich- gelb bis goldgelb, süß und gut steinlösend.

Ernährungsphysiologisch am bekanntesten sind Pflaumen wegen ihrer darmanregenden Wirkung, auch im gedörrten Zustand. An Vitaminen sind Provitamin A, B1, B2 und C bedeutsam. Sind sie noch sehr fest, dann können sie relativ lange bei Temperaturen um 2°C gelagert werden. Sollten sie aber schon etwas reifer sein, sind höhere Lagertemperaturen um 8–10°C besser, damit sich das Aroma optimal entwickeln kann. Sie sollten dann aber auch schnell gegessen werden.