



Wassermelonen

Die neben den Kürbissen wahrscheinlich größten Beerenfrüchte der Welt, die Wassermelonen, stammen aus den Steppengebieten Süd- und Zentralafrikas. Sie werden heute weltweit angebaut, sodass sie theoretisch das ganze Jahr über auf dem Markt erhältlich sind. In Nordeuropa allerdings ist die Nachfrage aufgrund der Witterung nur in den Sommermonaten nennenswert. Sie werden in die gleiche botanische Familie wie die Zuckermelonen eingeordnet, gehören aber einer anderen Art und Gattung an. Während Zuckermelonen ihre Kerne in einem Kerngehäuse versammeln, sind diese bei den Wassermelonen über das gesamte Fruchtfleisch verteilt. Die Sortenzüchtung hat aber auch schon kernarme und -lose Sorten hervorgebracht. Ebenso werden vom Nordeuropäischen Markt eher kleine Früchte nachgefragt, deshalb wird mit Nachdruck an der Züchtung von kleinen Wassermelonen gearbeitet, die nur 1–2 kg wiegen – die sogenannten Mini-Wassermelonen. Die größeren Kaliber haben in südeuropäischen Ländern eine größere Marktbedeutung und werden hier meistens zerteilt angeboten. An einem heißen Tag regt eine aufgeschnittene Wassermelone mit ihrem roten Fruchtfleisch mit Sicherheit zum Kauf an.

Der Wassergehalt von 95 % trägt genauso zur Erfrischung bei, wie der nicht zu süße, milde Geschmack. Der Kaloriengehalt liegt bei der Wassermelone niedriger als bei der Zuckermelone, allerdings betrifft das auch die Gehalte an Mineralstoffen und Vitaminen. Wassermelonen vertragen bei der Lagerung tiefere Temperaturen als ihre süßen Verwandten, sie können langfristig bei 0–3 °C gelagert werden. Zum Nachreifen benötigen sie Temperaturen von 7–10°C. Eine reife Frucht klingt beim Abklopfen hohl.

Allgemein sind Melonen am bekömmlichsten, wenn sie als Vorspeise ca. eine halbe Stunde vor den anderen Speisen genossen werden, z.B. auf italienische Art mit zartem Parmaschinken.

Litchi

Im alten China hatte diese süße und aromatische Frucht, auch Litschipflaume, Lychee oder Chinesische Haselnuss genannt, ein so hohes Ansehen, dass einige Herrscher sich die Steuern der Provinzen in Litchis auszahlen ließen. Auch heute gilt die Litchi in ihrer Heimat China als „Liebesfrucht“ und „Spenderin der Lebensfreude“. Als subtropische Frucht wird sie mittlerweile in diesen entsprechenden Klimaten angebaut, vorwiegend in Südchina, Indien, Thailand, Südafrika, Australien, Brasilien, Israel und auf den tropischen Inseln Madagaskar, Mauritius und Reunion. Der immergrüne Litchibaum wird 10–20m hoch. Die 2,5–4cm großen Früchte hängen in Rispen zu 30Stück zusammen. Die ledrige Schale ist bei Vollreife rosa bis dunkelpurpurrot, wird aber nach der Ernte schnell stumpfbraun, was aber die innere Qualität nicht beeinflusst und keinen Qualitätsmangel darstellt. Im konventionellen Handel wird die Schale im Nachernteverfahren mit Schwefel behandelt, damit sie ihre rote Farbe behält. Diese Praktik ist im Bio-Handel nicht erlaubt. Sie erkennen also die unbehandelten Früchte an der bräunlich verfärbten Schale. Das weißliche, nach Rosen duftende Fruchtfleisch schmeckt süßsauerlich und hat ein leichtes Muskataroma. Es enthält viel Zucker, Kalium und Vitamin C. Da Litchis nahe der Vollreife gepflückt werden, muss auf eine geschlossene Kühlkette geachtet werden. Obwohl sie aus den Tropen stammen, kann man sie 3–5 Wochen bei Temperaturen um 1,5°C und hoher Luftfeuchte lagern. Bei Zimmertemperatur müssen sie innerhalb einer Woche verbraucht werden.