

## Sharon, Physalis & Co. - Exotische Früchte

Herzlich willkommen zum letzten Benimmtipp des Jahres 2006. Wundern Sie sich auch, dass wir schon am Ende des Jahres angekommen sind? Und trotzdem steht wieder einmal Weihnachten vor der Tür. Die Zeit des guten und reichhaltigen Essens naht. Auf so manchem Büffet werden sie Ihnen begegnen, die feinen Früchte, von denen man nie weiß: "Was kann ich hier wie essen?" Mit diesem Benimmtipp biete ich Ihnen Unterstützung an. Ich habe die gängigsten exotischen Früchte mit einer kleinen Verzehranleitung versehen und lade Sie zu einem Ausflug in die Welt von Sharon, Physalis & Co. Ein.



Im Restaurant werden die wenigsten Früchte direkt aus der Hand gegessen. In den meisten Fällen benötigen Sie ein Obstbesteck, um Ihren Apfel, Ihre Apfelsine oder Ihre Banane stilgerecht zu verspeisen. Ja, Sie haben richtig gelesen, auch eine Banane wird mit dem Obstbesteck gegessen. Es sorgt immer wieder für Heiterkeit, wenn ich dies in meinen Seminaren demonstriere. Und ehrlich gesagt, verzichte ich im Restaurant meistens darauf, eine Banane zu essen, weil ich das Gefühl habe, ziemlich affektiert zu wirken, wenn ich das Besteck benutze. Zu Hause geht das viel problemloser auf die gute alte "Affenart".

Nun aber zu einer Auswahl der Exoten:

**Ananas:** Wird meistens vorbereitet serviert und mit dem Besteck gegessen.

**Avocado:** Werden Sie selten als ganze Frucht vorfinden. Der Stein wird entfernt und das Fruchtfleisch wird mit Zitronensaft beträufelt. Dann kann die Avocado ausgelöffelt werden. Werden Ihnen Avocadospalten serviert, essen Sie diese mit dem Besteck.



Ananas



Avocado



Dattel



Feige

**Datteln:** Gehören zu den Trockenfrüchten und werden entkernt und geschält serviert. Sie dürfen - wie alle Trockenfrüchte - mit der Hand gegessen werden.

**Feigen:** Werden in frischer Form entweder halbiert und ausgelöffelt, oder mit dem Obstbesteck geschnitten und verzehrt.

**Granatapfel:** Hier sind nur die Kerne essbar. Meist finden Sie sie herausgelöst im Dessert. Hierfür ist der Löffel das richtige Werkzeug.

**Grapefruit:** Frucht quer durchschneiden und die Kammern mit einem Grapefruitbesteck auslöffeln.



Granatapfel



Grapefruit



Kaki



Karambole

**Kaki:** Den Kelch mit dem Messer großzügig ausschneiden und das Fruchtfleisch auslöffeln. Kerne und Schale sind nicht zum Verzehr geeignet. Kakis werden oft mit der verwandten Sharonfrucht verwechselt.

**Karambole:** Wird auch Sternfrucht genannt und sieht - in Scheiben geschnitten - sehr dekorativ aus. Die kleinen Sternenscheiben werden mit dem Besteck gegessen.

**Kiwi:** Können halbiert und ausgelöffelt werden oder es wird mit dem Messer die Schale entfernt – dabei halten Sie die Frucht mit der Gabel fest und das Fruchtfleisch wird mit dem Besteck verzehrt.

**Kumquat:** Sieht aus wie eine Miniorange, wird aber nicht geschält, sondern im Ganzen gegessen und zwar aus der Hand.



Kiwi



Kumquat



Litschi



Mango

**Litschi:** Wird wie ein Ei gepellt und dann in den Mund gesteckt. Der Kern wird entweder mit dem Löffel auf den Teller transportiert oder er verschwindet diskret in der Faust der linken Hand und wird auf dem Teller abgelegt. Übrigens geht das genau so bei Kirsch- oder Olivenkernen.

**Mango:** Werden meist vorbereitet serviert und mit dem Besteck verspeist.

**Melone:** Werden in Spalten geschnitten serviert. Mit dem Messer an der Schale entlang schneiden und das Fruchtfleisch stückchenweise essen. Die Kerne dürfen liegen bleiben.

**Nashi:** Wird auch Apfelbirne genannt und genau wie Apfel oder Birne mit dem Messer halbiert und in Viertel geschnitten. Das Kerngehäuse wird entfernt und die Spalten aus der Hand gegessen.



Melone



Nashi



Papaya



Passionsfrucht

**Papaya:** Werden der Länge nach halbiert und die Samenkörner mit dem Löffel entfernt. Dann wird sie mit Zitrone beträufelt und ausgelöffelt. Wird die Papaya geschält serviert, isst man sie mit dem Besteck.

**Passionsfrucht:** Die Früchte werden quer durchgeschnitten und das geleeartige Fruchtfleisch wird ausgelöffelt.

**Physalis:** Wieder eine Frucht, die aus der Hand gegessen wird. Entfernen Sie die trockenen Blätter und genießen Sie.

**Pitahaya:** Sieht sehr dekorativ aus und wird meist in Scheiben geschnitten serviert. Die Schale ist nicht zum Verzehr geeignet, das Fruchtfleisch wird mit dem Besteck gegessen.



Physalis



Pitahaya



Sharon



Sternfrucht

**Sharon;** Sieht der Kaki zum Verwechseln ähnlich, ist aber viel schmackhafter. Die Schale der Sharon ist glänzend, die der Kaki ist stumpf. Auch hier wird der Blütenansatz mit einem Messer entfernt. Dann wird die Frucht in Spalten geschnitten und mit dem Besteck verspeist. Die Schale wird mitgegessen.

**Sternfrucht:** Siehe Karambole.

Von 19 exotischen Früchten kennen Sie nun zumindest die Handhabung. Den Geschmack müssen Sie selbst testen, seien Sie ruhig experimentierfreudig!

Natürlich ist diese kleine Übersicht nicht vollständig, es gibt noch eine Fülle von Früchten, von denen wir noch nie etwas gehört haben.

Eine gute Auswahl finden Sie in dem Buch "Exotische Früchte – Der besondere Ratgeber", erschienen in der Edition XXL. Auch für mich war dieses Buch sehr hilfreich. Einige der Fotos stammen aus diesem Band.

Zum Schluss noch ein kleiner Geschenktipp: Verschenken Sie doch einmal eine Auswahl von besonderen Früchten in einer Schale oder einem Korb dekorativ verpackt.

Auch eine Auswahl von getrockneten Früchten - auf einem Silberteller arrangiert - findet sicher Liebhaber.

Und auf die Frage: "Wie isst man das denn?" können Sie dann gut (aber nicht als Besserwisser) Auskunft geben.



Ich wünsche Ihnen nun eine entspannte und fröhliche (Vor)-Weihnachtszeit und einen guten Start ins Jahr 2007. Freuen Sie sich auch im nächsten Jahr auf interessante und nützliche Tipps.



Es grüßt Sie herzlich

Ihre *Marlies Smits*