

Kiwi



Kiwis sind die Beerenfrüchte einer chinesischen Kletterpflanze und hießen daher früher auch Chinesische Stachelbeere. Inzwischen werden Kiwis extensiv in Neuseeland, Australien, Südamerika und sogar in Italien und Frankreich angebaut. Ihr heutiger Name Kiwi stammt aus Neuseeland: dafür stand der kleine, braune Kiwi-Vogel, das National- und Wappentier Neuseelands, Pate.

Kiwis sind die Beerenfrüchte einer strauchartigen Pflanze, deren bis zu mehreren Metern lange Ranken an Gerüsten oder Pfählen gezogen werden. Die Kiwi ist zweihäusig, d. h. weibliche Pflanzen benötigen eine männliche Pflanze zur Bestäubung und Befruchtung.

Die eiförmigen oder länglich ovalen Früchte hängen traubenartig an den Trieben. Sie besitzen eine anfänglich grüne, später dann rostbraune, dünne, harte, raue und behaarte Haut. Das Fruchtfleisch ist grasgrün mit einer weißen Mitte, in der sich viele kleine schwärzliche Samenkerne befinden, die mitgegessen werden.

Am besten schmecken die Früchte, wenn ihre Schale auf leichten Fingerdruck nachgibt, dies ist auch ein Zeichen dafür, dass die Früchte reif sind. Unreife Früchte können Zuhause nachreifen, sollten aber nicht in der Nähe von anderen Früchten gelagert werden, da sie deren Reifeprozess beschleunigen würden.

Sie sind eine beliebte Zutat in Obstsalat und Obstkuchen, harmonisieren gut mit weißem Fleisch, Geflügel und Fisch.

Kiwis enthalten eiweißspaltende Enzyme, die das Festwerden von Gelatine verhindern und in Verbindung mit Proteinen Bitterkeit bewirken können, beispielsweise bei einer Kiwi-Quarkspeise, beim morgendlichen Müsli mit Milch oder bei Eiscreme aus rohen Kiwis.

Da die zartgrüne Farbe der Kiwifrüchte sehr empfindlich ist, sollte ein Kiwiauflstrich lieber öfter, in kleinen Mengen zubereitet werden.

Auch wenn das Fruchtfleisch relativ weich ist, empfiehlt es sich bei Konfitüren mit Stückchen, das sehr klein geschnittene Fruchtfleisch mit dem Gelierzucker vermischt, mindestens 3 Stunden zugedeckt ziehen zu lassen.