

## **Exotische Früchte**

Liebe Leserin, lieber Leser,

Die Ratschläge in diesem Handout sind sorgfältig erwogen, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Die private Nutzung des aufgerufenen Textes ist möglich. Die professionelle Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne Zustimmung des Autors urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmung und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen. Bitte nehmen Sie bei Verwertungswunsch Kontakt mit uns auf [info@knigge-seminare.de](mailto:info@knigge-seminare.de). Vielen Dank.

Wir wünschen gute Erkenntnisse beim Lesen der folgenden Zeilen.

Ihr Knigge-Seminare Team aus Bonn



### Cherimoya



Sie ist reif, wenn sie bräunlich ist. Halbieren, Fruchtfleisch auslöffeln. Sahnig-fruchtig, leicht nach Erdbeere mit Zimt schmeckend. Püriert zum Verfeinern süßer Cremespeisen geeignet. Die Kerne sind ungenießbar.

### Durian



Wenn sie reif ist, stinkt sie. Die Durian muss schnell verbraucht werden. Die Samenmäntel bilden das essbare Fruchtfleisch. Würzig und fruchtig, nach Vanille, Mandeln und Zwiebeln schmeckend. Roh genießbar oder in asiatischen Gerichten

### Granatapfel



Die roten Beeren sind essbar. Sie haben ein süßlich-herbes Johannisbeeraroma. In Fruchtsalaten, zu Fisch und Fleisch. Beerensaft pur oder mit Weißwein genießen. Achtung: der rote Farbstoff ist sehr intensiv!

### Guave



Reif duftet sie angenehm, die Schale ist gelblich und gibt leicht nach. Das Fruchtfleisch ist grünlich bis rosarot. Sie schmeckt leicht säuerlich, etwas nach Birne und Feige. Das ausgelöste Fleisch durchs Sieb streichen. Gut zu Desserts.

### Kaki



Reif ist sie, wenn sie weich und das Fruchtfleisch geleeartig ist. Fruchtig-süß, Kerne sind essbar. Roh oder in Cremespeisen. Die Züchtung ‚Sharonfrucht‘ kann auch fest zum Beispiel zu Käse gegessen werden.

### Karambole



Erfrischend, säuerlich schmeckend. Die Schale ist essbar. Roh oder gedünstet zu Fisch und Fleisch geeignet. Als Dekoration bei Obstsalaten oder Cocktails gerne eingesetzt. Auch als Sternfrucht bekannt.

Kiwano



Orangefarben ist sie reif.  
Dornige Schale.  
Fruchtfleisch gallertartig,  
leuchtendgrün. Erfrischend  
nach Gurke, Banane und  
Zitrone schmeckend. Die  
Kerne sind essbar. Kühl  
gelagert ist sie lang haltbar.  
In Desserts und roh  
genießbar.

Kumquat



Beerengroße Früchte aus der  
Zitrusfamilie. Bittersüß-  
orangig. Für Obstsalate,  
Füllungen, Marmelade. Die  
weichen Früchte verderben  
schnell. Ungewöhnlich - aber:  
die Schale wird komplett  
mitgegessen.

Litschi



Reife Früchte haben eine  
rosarote Schale und  
Perlmutterfarbenes Fleisch.  
Süßsauer-würzig, etwas  
nach Muskat schmeckend.  
Die Litschi stellt ein  
herzhaftes Dessert da. Wie  
ein Ei pellen und den Kern  
entfernen.

Mango



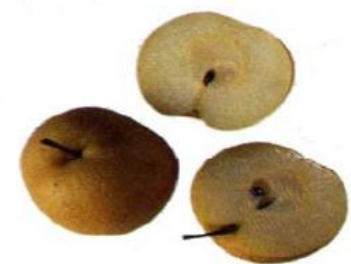
Reif, wenn sie duftet und  
beim Drücken leicht  
nachgibt. Schale und Stein  
entfernen. Roh genießbar,  
herzhaft in Currys, als  
Chutney zu Geflügel,  
Schinken und Lachs.

Mangostan



Delikater süßer Geschmack  
als Frischobst. Das  
Fruchtfleisch und die Kerne  
sind essbar. Vorsicht: der Saft  
macht hartnäckige Flecken!

Nashi



Es gibt eine chinesische und  
eine japanische Variante.  
Die Nashi schmeckt saftig-  
süß, leicht nach Birne. Roh  
als Snack, in Salaten.  
Geschmort zu Wildgerichten  
geeignet.

Papaya



Wenn die Frucht reif ist, zeigt sie gelbe Flecken und gibt leicht nach. Schmeckt süßlich, etwas nach Melone. Kerne sind ungenießbar. Wenig Säure, roh und gut zu Limettensaft. Gut zu Geflügel, Schinken und Meeresfrüchten.

Passionsfrucht



Schale von gelb bis purpur, von lila bis braun. Die Frucht aufschneiden und das Fruchtfleisch auslöffeln. Ideal für Desserts und Getränke. Achtung: sehr intensiv im Geschmack. Deshalb sparsam verwenden, sonst dominiert ihr Aroma.

Pepino



Die Pepino ist reif, wenn die Schale cremig-gelblich ist. Süß, intensiv nach Birne und Melone schmeckend. Roh, in Salaten, mit Käse oder Schinken.

Physalis



Die Physalis (Kapstachelbeere) aus der Hülle entfernen, am Stiel halten. Trocken und luftig lagern, da sie schnell schimmelt. Süß-säuerlich, erfrischend. Roh genießbar, in Fruchtsalaten, als Kompott und als Tortenbelag.

Pitahaya



Gelbe oder knallrote Kaktusfrucht mit weißlichem oder rotem Fleisch. Zart-aromatisch. Längs aufschneiden, auslöffeln. Oder geschält in feine Scheiben schneiden. Die vielen, kleinen Kerne sind essbar.

Rambutan



Die Schale mit den weichen Stacheln lässt sich einfach durch leichten Druck öffnen. Süß-fruchtig, etwas nach Muskat schmeckend, ähnelt der Litschi. Schmeckt am besten roh. Der Kern ist ungenießbar.

### Sapodilla



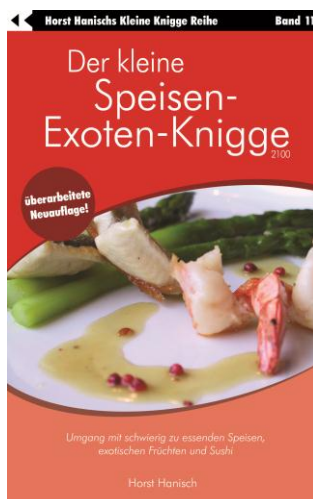
Das zarte, geleeartige Fruchtfleisch schmeckt süßlich, leicht nach Birne und Aprikose. Schale, Fasern und Kerne sind ungenießbar. Roh oder in Salaten und Cremespeisen einsetzbar.

### Tamarillo



Sehr aromatisch und fruchtig. Tamarillo halbieren und auslöffeln. Die Kerne sind essbar. Frisch oder gedünstet zu Fleisch oder in Salaten. Wird auch Baumtomate genannt.

Teilweise aus: „Der kleine Speisen-Exoten-Knigge“<sup>2100</sup>, ISBN 978-3-8334-1310-0  
© Horst Hanisch Bonn, Horst Hanisch Seminar Bonn, www.Knigge-Seminare.de

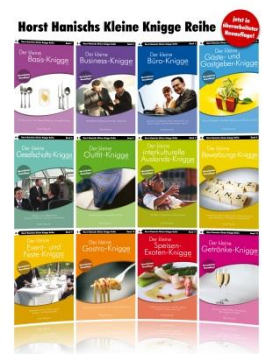


### Der kleine Speisen-Exoten-Knigge<sup>2100</sup>

ISBN 978-3-8334-1310-0  
88 Seiten, broschiert,  
Libri Books on Demand  
2. Auflage, € 9,70

Ein Ratgeber als der Kleinen Knigge Reihe

### Horst Hanischs Kleine Knigge Reihe



Horst Hanisch Seminare  
Basteistraße 82  
53173 Bonn  
Tel 02 28 - 37 92 41  
Fax 02 28 - 30 89 93 84  
[www.knigge-seminare.de](http://www.knigge-seminare.de)  
[info@knigge-seminare.de](mailto:info@knigge-seminare.de)

