

Sharonfrucht-Kaki

Die Kaki ist eine süße orangefarbene Frucht, die einer Tomate ähnelt. Es ist die Frucht des Kakibaumes und die Früchte heißen auch "Götterfrucht". Die Kaki wächst auf Bäumen, die zur Gattung der Ebenholzbäume gehören.

Es gibt die verschiedensten Zuchtformen der Kaki, den Honigapfel, die Persimone und die Sharonfrucht. Die Sharonfrucht unterscheidet sich etwas im Aussehen und sie besitzt viel weniger Tannin.

Die Kaki sieht kugelig aus, die Persimone ist leicht oval und die Sharonfrucht ist tomatenartig. Dabei können die Früchte bis zu 500 g schwer werden.

Der Kakibaum wird bis zu zehn Meter hoch und er hat hellgrüne bis dunkelgrüne Blätter. Ab dem 2. bis 3. Jahr trägt der Baum Früchte.

Kakis werden in der Hauptsache in China, Japan und Korea angebaut. Die Sharonfrucht ist eine Züchtung aus Israel. Angebaut wird sie in Spanien, Südamerika und natürlich in Israel. Die Kaki hat durch ihren hohen



Tanningehalt einen pelzigen Geschmack, je reifer sie werden um so wenig ist dieser ausgeprägt.

Der Kaki wird viel Gutes nachgesagt, so soll sie fiebersenkend, blutdrucksenkend und Husten lindernd sein. Sie ent-

halten Beta-Karotin (Provitamin A), Vitamin C, Kalium, Phosphor und Folsäure.

Man löffelt die Kaki aus wie eine Kiwi, die Sharonfrucht zeigt aufgeschnitten ein sternförmiges Muster und schmeckt etwas nach Pfirsich

Man kann die Kaki und die Sharonfrucht mit herzhaften und süßen Speisen einsetzen wie Obstsalate, Quarkspeisen, Konfitüren, Chutneys und Kompott.

So esse ich die Sharonfrucht ersatzweise Kaki am liebsten: Ich esse sie ganz frisch und reif als Frucht oder klein geschnitten in Obstsalaten. Ebenso in Herbstsalaten mit Walnüssen. Geviertelte oder geachtelte Sharonfrüchte kann man mit Schale essen und verarbeiten. Sie werden in Butter angebraten und kommen oben auf den Salat. Man kann auch Parmaschinken um die Viertel legen und dann kurz in Butter anbraten, alles dann auf die Salatplatte legen. Das schmeckt köstlich!

pa