

Pitahaya oder Drachenfrucht

Pitahayas oder Drachenfrüchte egal ob in Rot/Pink oder in Gelb sind exotische Frucht und echte Augenweide zugleich. Ihr zackiges, futuristisches Erscheinungsbild, mit knalliger Optik von außen und weißem schwarz gepunktetem Fruchtfleisch im Inneren sorgen auf jeder Tafel für positive Stimmung und echte Genussmomente.



Pitahaya oder Drachenfrucht - Genuss- oder Designobjekt?

Die auch als Drachenfrucht bekannte Pitahaya gibt es in Rot (für manche mag es schon fast Pink sein) oder in Gelb. Schon von außen betrachtet ist diese, hierzulande eher weniger bekannte, exotische Frucht eine echte Augenweide. Dafür sorgen zum einen ihre glatte Haut mit den Agavenblättern ähnelnden spitzen Auswüchsen an der Außenseite, die sie fast ein wenig wild aussehen lassen. Zum anderen sorgt die spektakuläre Farbe, fast pink in der roten Variante, satt-gelb in der gelben, für Aufmerksamkeit aus jeder Perspektive. Die Pitahaya ist eigentlich von außen schon fast zu schön, um einfach so vernascht zu werden. Wäre da nicht, ja wäre da nicht das spektakuläre Innere. Schneidet man die Pitahaya (am besten der Länge nach) auf, so kommt das weiße, schwarz gepunktete Fruchtfleisch zum Vorschein. Es bildet auch optisch den perfekten Kontrast zum knalligen Äußeren. Fast wäre man versucht die aufgeschnittene Drachenfrucht als Designobjekt in die Vitrine zu stellen. Nicht umsonst wird die Drachenfrucht in Ihren Herkunftsländern zur Dekoration von Tischen und Buffets benutzt.



Pitahaya-Wissen und Pitahaya-Arten

Die Drachenfrucht oder Pitahaya stammt von den Kakteen ab. Hätte man bei der schroffen Optik schon fast vermuten können. Sie ist von ovaler Form und wird etwa zehn Zentimeter, in der Länge, groß. Es werden unterschiedliche Pitahaya-Arten angebaut. Zum einen die Varianten mit roter Haut und weißem oder rotem Fruchtfleisch zum anderen die Variante mit gelber Haut und weißem Fruchtfleisch. Zur Übersicht hier nochmal die drei Arten:

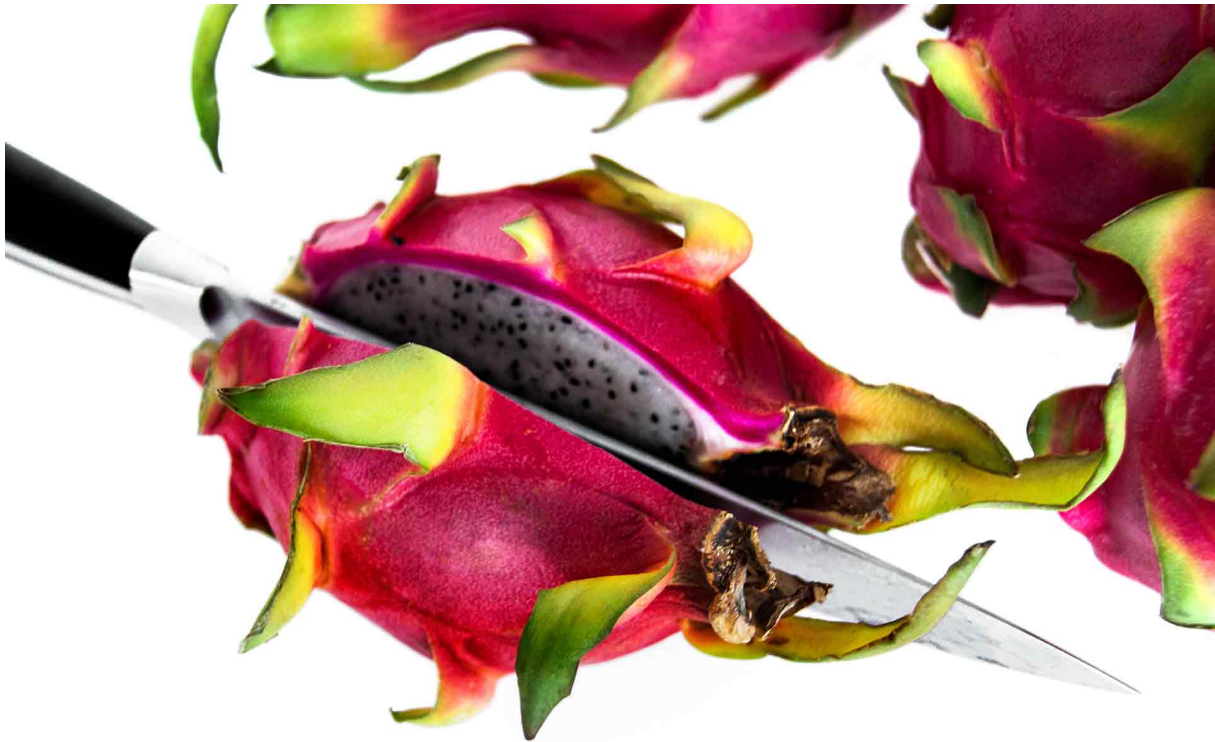
- Pitahaya mit roter/pinkfarbener Schale und weißem Fruchtfleisch
- Pitahaya mit roter/pinkfarbener Schale und rotem Fruchtfleisch
- Pitahaya mit gelber Schale und weißem Fruchtfleisch

Herkunft und Anbauländer

Die Heimat der Pitahaya sind die subtropischen Regionen von Süd- und Mittelamerika. Neben Hauptanbauländern wie Nicaragua, Kolumbien und Guatemala wird die Drachenfrucht heutzutage auch in Vietnam, Israel und Teilen von China angebaut. Dieser internationale Anbau sorgt dafür das Pitahayas als Importfrucht fast das ganze Jahr über im gut sortierten Handel verfügbar sind.

Pitahaya Saison

Wie schon erwähnt ist die Pitahaya eine Importfrucht. Zudem ist sie druckempfindlich und muss dementsprechend zum idealen Zeitpunkt transportiert werden. Der größte Teil der Importe nach Deutschland findet in den Zeiträumen Juli bis Dezember aus Mittelamerika statt und im Zeitraum Januar bis Juni aus Vietnam.

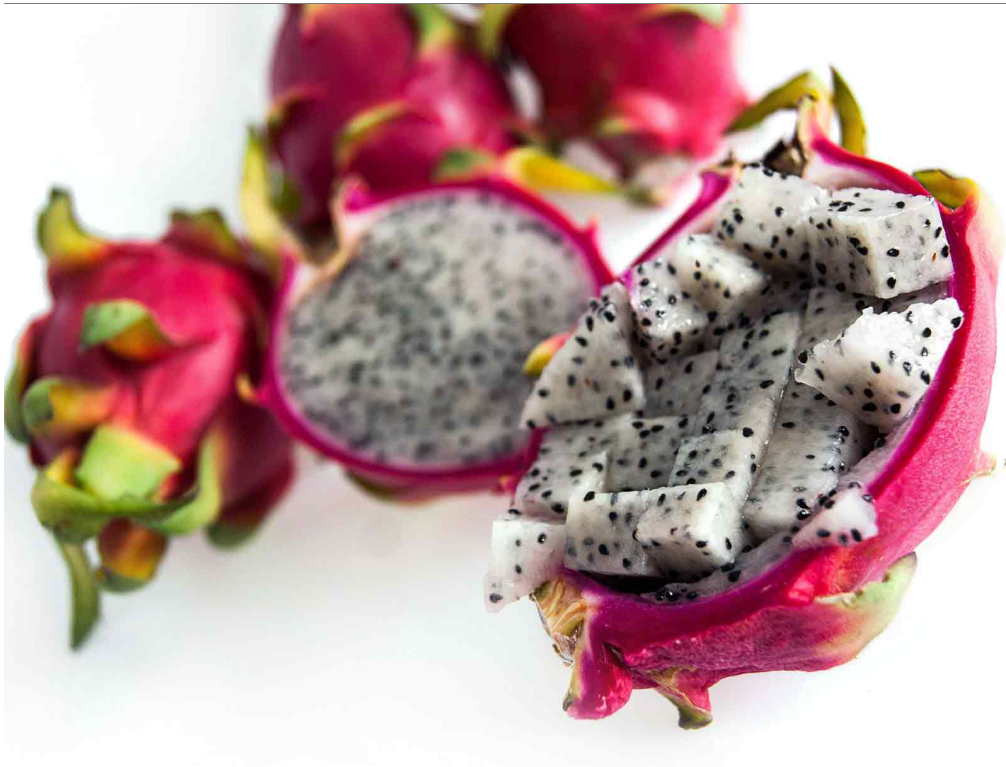


Wie schmeckt eigentlich eine Drachenfrucht oder Pitahaya?

Wenn die Schale der Pitahaya leicht weich wird und bei Druck etwas nachgibt so ist dies das Signal sie zu verzehren. Die Drachenfrucht ist nun reif und hat ihr perfektes Aroma erreicht. Nun schmeckt sie süßlich, intensiv und voll. Rote Pitahayas mit rotem Fruchtfleisch sind dagegen weniger intensiv im Geschmack. Ein wahrer Genuss, auch pur, direkt aus der Fruchtschale. Nicht umsonst sind die bunten Pitahayas, auch bei Kindern, sehr beliebt.

Pitahaya Nährwerte

Die Drachenfrucht hat einen hohen Anteil an Kalzium, Eisen und Phosphor. Vorsicht! Auch wenn Sie Euch besonders gut schmeckt, verzehrt lieber nicht zu viel auf einmal von ihr. Es könnte sonst zu einer abführenden Wirkung kommen. Neben Ihrer schönen Optik weist die Pitahaya einen niedrigen Kalorien- und Fettgehalt auf. Zudem ist die Drachenfrucht reich an Antioxidantien und hat somit einen zellschützenden Effekt. Sie wird daher gerne gegessen.



Wie solltet Ihr Pitahayas lagern und wie lange kann man sie essen?

Beim Kauf der Frucht stellt man die Frische, wie bei den meisten Früchten, durch einen leichten Drucktest fest. Finger weg, wenn die Pitahaya schon weich ist und die Haut anfängt leicht schrumpelig zu werden. Da die Pitahaya eine Importfrucht ist hat sie einen recht hohen Preis- Auf Frische zu achten ist dementsprechend wichtig. Zuhause solltet Ihr diese exotische Frucht nicht länger als eine Woche bei Zimmertemperatur lagern. Besser ihr legt sie in den Kühlschrank, dann ist sie etwas länger haltbar.

Pitahaya Genuss- und Rezepttipps

Pitahayas werden wie schon erwähnt in Ihren Herkunftsländern als Dekoration benutzt. Man kann die Drachenfrucht pur genießen. Schneidet sie dazu in der Mitte der Länge nach auf. Nun schneidet ihr mit einem spitzen Messer, wie bei einem Schachbrett, Würfel. Vorsichtig arbeiten und nur soweit hinein schneiden bis Ihr die Schale von Innen spürt. Nun könnt ihr die lustigen Pitahaya-Würfel mit Ihren vielen kleinen schwarzen Samen einfach aus der Frucht löffeln. So schnell kreiert Ihr ein tolles Dessert, welches lecker schmeckt und toll aussieht. Natürlich könnt Ihr die Pitahaya auch mit Eis oder einer Fruchtsauce kombinieren. In exotischen Salaten macht die Drachenfrucht ebenfalls eine gute Figur. Auch Pitahaya-Smoothies sind eine genussvolle Idee und Augenweide.



Veröffentlicht von Gourmet Magazin

Gourmet Magazin | Mike Aßmann & Dirk Heß GbR
Bleichstraße 77 A | 33607 Bielefeld | Deutschland
+49 (0)521-58497757 | info@gourmet-magazin.de | www.gourmet-magazin.de