

Kiwi

Die hellbraunen, behaarten Kiwi-Früchte stammen ursprünglich aus dem Gebiet des Jangtsekiang-Flusses in China, wo sie "Yang-Tao" genannt wurden: die "chinesische Stachelbeer" war zunächst kleinfruchtig. Sie wurde bereits Ende des letzten Jahrhunderts als Zierpflanze nach Europa gebracht und um die Jahrhundertwende auch nach Neuseeland. Dort scheint sie zusagende Bedingungen gefunden zu haben, die Kiwis wurden zur großfruchtigen Actinidia weiterentwickelt und nach dem neuseeländischen Urvogel Kiwi benannt, und zwar erst im Jahre 1959.

Kiwis wurden immer mehr zur Nationalfrucht Neuseelands. Die meisten importierten Kiwis kommen von dort, obschon sich auch in Kalifornien große Anbaugelände befinden. Die Kiwi wird aber auch im Mittelmeergebiet und sogar in der West- und Südschweiz angebaut: sie gedeiht an exponierten Südlagen (Weinbauklima) als dünnstämmige, bis 4 m hohe Schlingpflanze mit langen Seitentrieben, die zum Halt ein stabiles Gerüst benötigen. Kiwis können auch als Spalier an Hauswänden, als Pergola gepflanzt werden.

Zum erfolgreichen Kultivieren benötigt man auf 6 bis 8 weibliche eine männliche Pflanze als Pollenspender. Die etwa hühnereigroßen Früchte sind bräunlich und mit zahlreichen braunroten Härchen besetzt, so dass die französische Bezeichnung "souris vegetale" (pflanzliche Maus) gut zutrifft. Beim Aufschneiden der Frucht kommt das grüne Fleisch zum Vorschein mit dem cremefarbenen Zentralzylinder. Zahlreiche braune Samen sind strahlenförmig darum im Fleisch verteilt. Mit Ausnahme der Haut ist die Frucht als Ganzes genießbar.

Der säuerlich-süßer Geschmack erinnert an Stachelbeere, Melone und Brombeere. Ihr Vitamin-C-Gehalt liegt weit höher als bei Zitrusfrüchten, und zwar bis zu 300 mg pro 100 g Fruchtfleisch. In subtropischen Gebieten (Südeuropa ums Mittelmeer, Israel) reifen die Kiwifrüchte im September bis Oktober, unter unseren klimatischen Bedingungen jedoch eher in November. Häufig müssen sie noch gelagert werden, bis sie genussreif sind, d.h. auf leichten Fingerdruck nachgeben. Bei unreifen Kiwis kann das Lagern mit Äpfeln den Reifeprozess beschleunigen.

Achtung: beim Mischen mit Milchprodukten entwickeln Kiwis nach kurzer Zeit Bitterstoffe. Kiwis enthalten ein Enzym (Actinidin), das Eiweiß spaltet und so alle Milchprodukte (Quark, Milch, Joghurt) bitter macht. Auch Gelatine wird mit frischen Kiwis nicht fest: die geschnittenen Kiwis sind deshalb vor der Verwendung mit heißem Wasser rasch zu überbrühen, so dass das Enzym unschädlich gemacht wird. Dies ist ebenfalls zu empfehlen, wenn Kiwis mit Milchprodukten verarbeitet werden: sonst müssen diese Speisen sofort gegessen werden. Mit ihrem säuerlich-süßen Geschmack bieten sich Kiwis für eigenwillige Desserts, gutschmeckende Konfitüren und Chutney an, und aus ihrem Saft lässt sich ein vollaromatischer Fruchtwein keltern.