



Ein Projekt der Grundschule
Taufkirchen (Vils)

Kachkiste

Warenkunde Kürbis

Schon bekannt, dass der Kürbis die größte Beere der Welt ist? Wie Gurken oder Himbeeren kennzeichnet sich eine Beerenfrucht durch im Fruchtfleisch eingelegte Samen. Und die Riesenbeeren mit dem runden Stiel und der harten Schale lassen sich auf Vorrat kaufen, denn an einem kühlen dunklen Ort halten sie sich mehrere Monate.

Große Sortenvielfalt beim Kürbis

Der Kürbis ist nicht nur in der Küche vielfältig, auch in Größe, Form und Farbe hat er viel zu bieten. Die Beere kann rund, oval oder birnenförmig sein und verschiedene Farben und Musterungen aufweisen: von typisch orange bis gelb und grün, sogar schwarz. Zu den beliebtesten Kürbissorten zählen u. a. Butternut, Ambercup, Muscade de Provence sowie der Hokkaido-Kürbis.

Den Reifegrad des Kürbisses testen Sie, in dem Sie mit der Faust leicht auf den Kürbis klopfen. Ist ein hohles Geräusch zu hören, dann ist er reif. Auch der leicht vertrocknete Stiel ist ein Zeichen dafür, dass der Kürbis essreif ist.

Insgesamt gibt es übrigens mehr als 800 Kürbissorten - Speise- und Zierkürbisse. Aus Kürbiskernen wird in der Steiermark das dunkelgrüne Kürbiskernöl gemacht, köstlich zu Suppen und Salaten.

Patisson und andere Gartenkürbisse



Patissons, im Foto ein Patisson blanc, auch Ufo, Courgette oder Squash genannt. Die Schale der jungen Früchte ist weich und dünn, bei älteren Früchten wird sie hart. Patissons blancs werden mit einem Durchmesser von 10 bis 20 cm und einem Gewicht von 500 bis 1000 g geerntet. Die anderen Patisson-Sorten schmecken ganz jung und klein am besten (Mini-Patissons), man isst sie sogar dann mit Schale und

Kernen, zum Beispiel sauer eingelegt.



Sweet Dumpling, auch Patidou genannt, stammt aus Mexiko. Die Früchte werden 300 bis 600 g schwer und schmecken süß und sehr aromatisch nach Esskastanien, besonders wenn sie im Ganzen gegart werden. Das Fruchtfleisch ist fest und knackig.



Jack be Little ist sehr dekorativ, die Früchte wiegen 150 bis 300 g und haben ein festes, orangefarbenes Fruchtfleisch, das auch roh gut schmeckt. Gegart hat auch dieser Kürbis das Aroma von Esskastanien. Sweet Dumpling und Jack be Little gehören zu den Mini-Gartenkürbissen und werden oft auch als essbare Zierkürbisse angeboten.

Butternut und andere Moschus-Kürbisse

Sie riechen angeschnitten leicht nach Moschus und wachsen nur im warmen Klima. Am besten schmecken sie, wenn sie noch grün, also leicht unreif sind. Reife Früchte haben eine cremefarbene bis braune Schale.



Butternuss, auch Butternut genannt, ist birnenförmig und wird etwa 1 bis 2 kg schwer. Diese Sorte hat nur wenig Kerne und liefert daher sehr viel Fruchtfleisch. Der Kürbis hat ein feines Butteraroma, daher sein Name. Er schmeckt roh oder gegart.



Muskatkürbis, auch Muscade de Provence, wird bis zu 20 kg schwer und ist stark gerippt. Er schmeckt sehr saftig und aromatisch. Das Fruchtfleisch kann auch roh gegessen werden, gegart verwendet man ihn als Gemüse oder in Füllungen.

Hokkaido und andere Riesenkürbisse

Riesenkürbisse können gigantische Ausmaße annehmen. Bekannt ist zum Beispiel der "Deutsche gelbe Zentner", der tatsächlich mehr als 50 Kilogramm auf die Waage bringen kann und in vielen Bauerngärten zu bestaunen ist. Es gibt aber auch viele Sorten mit kleineren Früchten, die deutlich aromatischer schmecken als die großen Sorten.



Hokkaido, auch Zwiebelkürbis, Maroni-Kürbis oder Potimarron genannt, ist eine der beliebtesten und schmackhaftesten Riesenkürbissorten. Die Früchte werden mit 1 bis 2 kg Gewicht angeboten und haben eine an Zwiebeln erinnernde Form. Die Schale ist leuchtend orange und kann mitgegart und -gegessen werden. Dadurch ist er unkompliziert vorzubereiten. Der Hokkaido ist durch sein feines Esskastanien-Aroma ein "Einsteigerkürbis", der überall zu bekommen ist. Er schmeckt als Suppe, Auflauf oder Tarte.



Türkenturban, auch Bischofsmütze genannt, fällt durch sein ungewöhnliches Aussehen auf. Beim Wachstum bleibt der Blütenansatz als Ring stehen, um den sich wulstiges, oft andersfarbendes Fruchtfleisch bildet. Da der Kürbis durch diese Verwachsung schwer zu schneiden ist, wird er meist ausgehöhlt und mit Suppe gefüllt. Er schmeckt aromatisch und wird als 1 bis 2 kg schwere Frucht angeboten.

Geschichte

Die verschiedenen Arten wurden großteils unabhängig für die gleiche Verwendung domestiziert. Als Zeitpunkt wurde lange etwa 5000 v. Chr. angenommen, was nach *Phaseolus* und *Capsicum* wäre. Neuere Funde von Samen domestizierter Kürbisse sind jedoch auf 8000 bis 10.000 v. Chr. zu datieren. Der Garten-Kürbis wurde in Mexiko und im Süden der USA domestiziert, der Moschus-Kürbis in Zentral-Amerika und der Riesen-Kürbis in Südamerika. Es wird angenommen, dass ursprünglich die nahrhaften Samen genutzt wurden, da diese frei von Bitterstoffen sind, während alle Wildformen bittere Früchte besitzen. Durch die Auslese nichtbitterer Formen wurde auch die Nutzung als Gemüse möglich. Schon in präkolumbischer Zeit gab es eine große Sortenvielfalt. Bereits früh kamen Samen auch nach Europa, wo die Kürbisse gerne kultiviert wurden

Giftigkeit

Bitter schmeckende Kürbis(-gerichte) sollten entsorgt und nicht verzehrt werden! Für den bitteren Geschmack verantwortlich sind die giftigen Bitterstoffe Cucurbitacine, die auch durch Kochen nicht zerstört werden und die die Magen- und Darmschleimhaut angreifen. Besonders durch Rückkreuzung (selbstgezogener Samen) oder Kreuzung mit anderen Kürbispflanzen (Zucchini) kann ein erhöhter Gehalt an Cucurbitacinen entstehen.



Das Netzwerk in Taufkirchen (Vils) und Umgebung

www.gemeinsamtafeln.de