

Pepino– Birnenmelone

Die Frucht der Pepino erinnert im Geschmack an eine Mischung aus Birne und Melone und schmeckt süß, deshalb wird sie auch Birnenmelone genannt. Ausserdem enthält sie sehr viel Vitamin C und ist damit für den menschlichen Verzehr denkbar gut geeignet. Die Frucht wird je nach Art 10 bis 20 cm gross. Herkunftsgegend der Pepino sind die Anden, von dort aus hat sie sich weltweit verbreitet und wird in Australien und Neuseeland, den USA, Israel, Europa und Japan angebaut. Sie gehört zu den Nachtschattengewächsen sowie auch die Kartoffel und die Tomate.

Die reife Pepino wird als Frischobst roh verzehrt, mit Schale. Sie kann auch wie ein Kürbis zubereitet werden. Oder man löffelt sie nach dem Aufschneiden aus wie eine Kiwi.

Verwendung in der Küche

Die Pepino bringt als aussergewöhnliche Frucht, wie andere exotische Früchte auch, Abwechslung auf den Obstteller. Genau wie diese wird sie gern für Obstsalat verwendet, in Desserts, Crêmen, Glace oder Joghurt. All die interessanten süssen Sachen, die wir uns so ausdenken, können ebenfalls mit der Pepino angefertigt werden. Sie bringt in alle Süssspeisen ihre besondere Note ein. Als Fruchtmus kann sie ebenso gut verwendet werden wie in einem Milchshake. Die Pepino kann auch mit Schokolade umhüllt werden und auf diese Weise eine Art exklusive Praline ergeben.

Den Rezepten und Gestaltungsmöglichkeiten sind wirklich kaum Grenzen gesetzt. Die Pepino kann auch in herzhaften Zubereitungen Anwendung finden. Beispielsweise zusammen mit Schinken, herzhaftem Käse oder in Gerichten mit Fisch. Sie ist ebenfalls sehr dekorativ in Cocktails und auch geschmacklich sehr gut. Wegen ihrer guten Lagerfähigkeit ist sie auch gut geeignet als Dekoration auf kalten Buffets, kalten Platten oder als Tischdekoration. Auch hier sind den Ideen kaum Grenzen gesetzt. Der kreative Küchenchef kann mit der Pepino jede Festtafel exotisch aufpeppen. Zusammen mit anderen fremdartigen Früchten kann jedes Festmahl sowohl optisch als auch geschmacklich exklusiv gestaltet werden. Davon kann letztlich auch die Hausfrau profitieren.



Pepino-Kompott

Pepinos schälen, halbieren und entkernen.

Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden und mit der gleichen Menge (vorzugsweise blauer) Weintrauben mischen. Einen Sirup aus Weisswein, Zucker und Honig, einigen Tropfen Zitronensaft, etwas abgeriebener Schale und Zimt kochen.

Die Früchte dazugeben und kurz darin ziehen lassen.

Wahlweise warm oder kalt servieren!

Fleischsuppe oder Hühnerbouillon mit Pepinos

Die gehackte Zwiebel in Butter goldgelb braten,

das Currypulver darüberstreuen und die Fleischbrühe (selbst gekocht oder aus Suppenpaste zubereitet) aufgiessen.

Weissen und grünen Teil einer Lauchstange in Streifen und Kartoffel in Würfel geschnitten dazugeben und 30 Minuten leicht köcheln lassen.

Mit dem Stabmixer pürieren oder durch ein Sieb streichen, würzen.

Die Pepinos geschält und entkernt in Würfel geschnitten, einrühren und mit Schnittlauch bestreuen.

Geröstete Mandelblättchen drüberstreuen und servieren.

Gefüllte Pepinos

Die Pepinos halbieren und Kerne entfernen

Schinkenwürfel,

2 gehäutete und entkernte Tomaten

1 kleingeschnittene Frühlingszwiebel

Gehackte Champignons sowie

Mayonnaise

Alles zusammen vermischen und in die Pepinos füllen.

Pepino in Parmaschinken

Pepinos (als Vorspeise eine halbe pro Person) schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und in Streifen schneiden.

Mit Pfeffer und Zitronensaft würzen

Jeden Streifen in eine Scheibe Parmaschinken einwickeln

In feingehackter Petersilie wenden

Auf einem Salatbett anrichten

Dazu Baguette oder Grissini und Butter servieren.



Gefüllte Crêpes mit Pepino

Zutaten für 2 Portionen:

80 g Mehl
2 Eier
1 Prise Salz
160 ml Milch

- 2 reife Pepinos
- 2 EL Zucker
- 3 EL Weisswein
- 1 EL Limettensaft
- 1 EL Honig
- 1 TL Speisestärke
Puderzucker

Das Mehl, die Eier, Salz und die Milch zu einem Crêpesteig verrühren. Die Pepinos schälen, vierteln und die Kerne entfernen. Anschliessend die Fruchtstücke fein würfeln und mit Weisswein, Zucker, Honig und Limettensaft aufkochen. Mit Speisestärke andicken. Nun die Crêpes in der Pfanne backen und die Pepinos noch warm oder erkaltet in die Crêpes füllen. Mit Puderzucker bestäuben.

Wer möchte, kann dazu noch eine Kugel Vanilleglace servieren. Tipp:

Bitte unbedingt auf reife Pepinos achten! Die Schale sollte am zugespitzten Ende der Pepino zartgelb und mit einer violetten bis purpurfarbenen Musterung verziert sein. Auf leichten Fingerdruck sollte die Frucht nachgeben. So entfaltet sich das Aroma am besten.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spass und "E Guete".

Elisabeth Brändli-Bärtschi

Mexikanische Originalrezepte mit Dahlienknollen: Klicken Sie [hier](#)

Chili-Peperoni-Rezepte: Klicken Sie [hier](#)
