Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

VZS-name

VZS-str
VZS-plz
VZS-tel
info@verbraucherzentrale.it

Grapefruit und Pampelmuse – was ist der Unterschied?

Mon, 03/06/2017 - 15:58

Häufig wird die Grapefruit als Pampelmuse bezeichnet, die beiden Früchte sind jedoch nicht identisch. Die Pampelmuse ist eine eigene Art, die Grapefruit dagegen eine spontane Kreuzung aus Pampelmuse und Orange.

Die Pampelmuse hat ihre Heimat im tropischen Südostasien. Sie ist rund bis birnenförmig, grün bis gelb gefärbt und erreicht ein Gewicht von bis zu 2 kg und einen Durchmesser von bis zu 30 cm. Echte Pampelmusen sind bei uns eher selten im Handel zu finden.

Die Grapefruit wurde zu Beginn des 18. Jahrhunderts auf der Insel Barbados entdeckt, heute wird sie weltweit in tropischen, subtropischen und mediterranen Gegenden angebaut. Ihr Name („Traubenfrucht“) weist darauf hin, dass die Früchte am Baum in dichten Trauben wachsen. Grapefruits sind leichter und kleiner als Pampelmusen. Ihre Schale ist glatt und hellgelb bis rötlichgelb.

Beide Früchte sind reich an Vitamin C und haben einen säuerlichen Geschmack mit Bitternote. Der bittere Geschmack stammt vom Pflanzenstoff Naringin, welcher eine antioxidative Wirkung hat. Zum Essen wird die Grapefruit meist halbiert, dann kann man sie nach Geschmack mit Zucker bestreuen und auslöffeln. Die rosa Sorten sind milder und süßer als die gelben.

Die Bitterstoffe der Grapefruit können übrigens die Wirkung von Arzneimitteln beeinflussen. Personen, die Medikamente einnehmen, sollten dies beachten.