

Eine Aubergine namens Viola

Gertrud Sandner schätzt Obst und Gemüse mit Biss

Ingolstadt (zm) Nicht jeder weiß vielleicht in diesem speziellen Fall sofort, welche zwei Gemüsesorten vor ihm liegen: Die eine ist groß und rund, die andere lang und schmal, und beide sind violett. Wenn es jetzt immer noch nicht klingelt, kein Problem. Gertrud Sandner weiß die Antwort. Denn an ihrem Stand auf dem Ingolstädter Wochenmarkt gibt es sie, die etwas anderen Auberginen.

„Die runde ist die Melanzane

viola und bei der länglichen handelt es sich um die Melanzane lungo.“ Die beiden sind traditionelle Sorten, also keine Neuzüchtungen, die unter der Sonne Siziliens reifen. Gertrud Sandner verrät nicht nur die melodios klingenden Namen, sondern auch, wie sie die Auberginen zubereitet. „Die Melanzane viola haben innen kaum Kerne und eignen sich daher toll zum Grillen. Einfach alles in dicke Scheiben schneiden, mit Olivenöl bestreichen und auf den Grill legen. Oder wie ein Schnitzel auf jeder Seite zirka sieben Minuten in der Pfanne braten.“

Doch dafür muss man eine Raffinesse kennen: „Zum Panieren nehme ich anstatt von Semmelbröseln lieber Sesamkörner. Das verleiht den Auberginenschnitzeln einen nussigen Geschmack und macht sie schön knusprig.“ Übrigens muss man der Marktfrau zufolge die Melanzane viola nicht schälen, weil sie eine zarte Haut hat. Das Gleiche gilt für die Melanzane lungo. Sie verarbeitet Sandner in einem Omelett. „Ich schneide die Auberginen in kleine Ringe, dünste sie in Olivenöl kurz an und gebe dann die geschlagenen Eier darüber.“

Gerne präsentiert die Expertin auch zwei Obstsorten, die ebenfalls nicht jeder kennen dürfte: Mapo und Miyagawa. „Sie gehören zu den ersten Zitrusfrüchten, die auf Sizilien reifen. Es gibt sie zirka zwei Monate“, weiß Gertrud Sandner. Der Name Mapo sei übrigens aus den beiden Namen Mandarine und Pomelo, eine Grapefruitart, entstanden.

Nachdem sie von der Schale befreit ist, zeigt sie ihr gelbes Fruchtfleisch mit einem leichten Stich ins Orange. Ein Biss in die Mapo, und schon entfaltet sich ein frisches Aroma auf der Zunge. Ähnlich, aber süßer, schmeckt die Miyagawa mit ihrem kräftigen, orangefarbenen Fruchtfleisch. „Man kann sie toll auspressen. Es ergibt einen wunderbaren Saft“, schwärmt Gertrud Sandner.

Sie rät daher allen Obst-Freunden: „Es brauchen nicht immer nur Orangen und Mandarinen zu sein, die jetzt so langsam daheim auf den Obstteller kommen. Einfach alles mal mit anderen Zitrusfrüchten mischen.“

PREISE

(pro 100 g, 1000 g oder Stück)

Melanzane viola	5,95
Melanzane lungo	9,95
Mapo	5,95
Miyagawa	5,95
Lauch	2,50 – 2,95
Zucchini	2,50 – 5,95
Gelbe Rüben	1,50 – 2,40
Zwiebeln	1,80 – 2,95
Mangold	3,00 – 3,95
Romanesco	2,50 – 3,95
Sellerie	1,50 – 2,40
Blumenkohl	2,00 – 2,95
Mandarinen	5,50 – 5,95
Birnen	2,20 – 3,95
Äpfel	2,10 – 3,50
Trauben	3,95 – 6,95

Die Preisspannen erklären sich aus den Produktionsmethoden. Auch wenn es sich um Waren handelt, die von Betrieben stammen, die über kein Bio- oder Öko-Siegel verfügen, wird dennoch oft auf den Einsatz von chemischen Schädlingsbekämpfungsmitteln und Kunstdünger verzichtet. Die Preise sind nicht vollständig und können nur als Orientierung dienen.



Obst und Gemüse aus Italien gibt es bei Gertrud Sandner in Hülle und Fülle. Foto: Benz