



Zucker- Melonen

Aussehen und Geschmack

In Europa unterscheiden wir hauptsächlich zwischen **Wasser- und Zuckermelonen**. Botanisch gesehen gehören die Zuckermelonen zu Gattung der Gurken. Es gibt viele verschiedene Arten von Zuckermelonen – darunter die uns sehr bekannte „**Galia**“, die „**Charentais**“ und die „**Canari**“ (**Honigmelone**). Ihre Früchte können die Größe eines Kopfes erreichen und duften fruchtig. Die Schale ist, je nach Sorte, glatt oder genetzt, das gelb bis orangefarbene Fruchtfleisch schmeckt **süß und sehr saftig**. In der Mitte der Frucht sind kleine Kerne, die aber mit einem Löffel leicht zu entfernen sind.

Melonen haben ihren Preis. Grund dafür ist, dass die Pflanzen einjährig sind und ihre Früchte von Hand geerntet werden müssen.

Die Melone kann sehr vielseitig eingesetzt werden: im Süden wird sie aufgrund ihres **hohen Wassergehaltes (bis zu 95%)** gerne als Durststiller verzehrt. Wir verwenden sie auch für deftige und süße Speisen oder in flüssiger Form als Getränk.

Nährwertangaben pro 100 g

- **Brennwert:** 54 kcal/231 kJ
- **Protein:** 0,5 g
- **Kohlenhydrate:** 12 g
- **Fett:** 0,1 g
- **Ballaststoffe:** 0,8 g
- **Kalium:** 300 mg
- **Außerdem:** Vitamin A,C,E

Der hohe Kaliumgehalt erfüllt nicht nur wichtige Aufgaben im Nerven- und Muskelstoffwechsel, sondern stabilisiert auch den Blutdruck und reguliert den Säure-Basen-Haushalt.

Anbauer

Wir erhalten **Zuckermelonen**, je nach Saison, von unterschiedlichen Anbauern.

- **Spanien**, z.B. BioSol, Cuevas-Bio S.A.T., Greenfood und Ecosur, baut sämtliche Sorten unserer Bio-Melonen an
- Aus **Marokko** von Sidi Production SCA kommt ab Mitte Mai hauptsächlich die Charentais
- Von **französischen Anbauern** wie ProNatura erhalten wir Charentais -und Galia-Melonen

Dieses Jahr erhalten wir erstmalig Charentais- Melonen von **Chatelard** aus Frankreich. Unten abgebildet einige Impressionen des Anbauers. Ein Erzeugerportrait folgt zeitnah.

Ernte und Verpackung

- **Leergut:** Karton
- **Einheit:** i.d.R. ca. 5 kg
6-8 Stück je nach Sorte
- **Lieferzeit:** i.d.R. Mai – Sept.
je nach Erzeugerland und Sorte
- **Anbauland:** Marokko
Spanien
Frankreich

