

Grapefruit aus Korsika

„Eine gute Medizin schmeckt dem Gaumen bitter“
(chinesisches Sprichwort)



Herkunft und Anbau

Vermutlich aus einer **Kreuzung aus Orange und Pampelmuse** entstand eine Frucht, welche sich auch hierzulande immer größerer Beliebtheit erfreut: die Grapefruit. Ihrer Entdeckung im 18.



Jhd. auf Barbados folgte schon bald eine großflächige Kultivierung in den USA, später in fast allen subtropischen Ländern der Erde.

Wir erhalten unsere saftigen Früchte nicht nur aus Spanien, sondern zwischenzeitlich auch in immer größeren Mengen aus **Korsika**. Hier wurde **1990** mit dem Anbau dieser tropischen Frucht begonnen.



Unser Ansprechpartner auf Korsika ist „**Alimea**“, korsisch für „Zitrone“. Die Kooperative arbeitet von Anfang an zu **100% biologisch** und wurde **1986** von 7 Produzenten gegründet. Inzwischen erzeugen **27 Anbauer**

auf über 100 ha Land hauptsächlich Zitrusfrüchte, Mandeln, Nüsse und Kiwis.

Während sich Mandelbäume eher im Westen der Insel wohlfühlen, befinden sich sämtliche Zitrusplantagen als auch fast die gesamten, landwirtschaftlichen Flächen im **Osten**. Auf einem 1-10 km breiten Küstenstreifen, die einzige Ebene auf der Insel, beginnen die Anbauflächen am Strand und enden am Fuße des Mittelgebirges, gut geschützt vor Winden und allzu harten Winterfrösten.

Auf Korsika herrscht ein typisches **Mittelmeerklima**: die Sommer sind heiß und trocken, die Winter mild und feucht mit gelegentlichen Nachtfrösten. Die Böden sind **kalk- und mergelhaltig** und bieten viele Nährstoffe für gesunde Pflanzen.



Eigenschaften

An **5-6 Meter** hohen Bäumen wachsen die **10-15 cm** großen, gelb-orangefarbenen Früchte heran, oftmals wie Trauben eng zusammen. So entstand auch ihr Name (grape = Traube). Ihr Fruchtfleisch ist in der Regel **tiefrosa**. Die Farbe entsteht durch das **Lykopin**, welches ebenfalls für die Rotfärbung der Tomate verantwortlich ist. Die Segmente haften fest an der Schale und haben je nach Sorte **wenig bis keine Kerne**.

Das Fruchtfleisch ist **süß-säuerlich** mit einem herben, **leicht bitteren** Aroma und schmeckt hervorragend frisch, ausgepresst als Saft oder ganz dekadent: auch gegrillt.



Inhaltsstoffe und Medizin

Mit nur 38 kcal/100g ist die leckere Frucht sehr kalorienarm, weißt aber sehr viele **Nährstoffe**, ganz besonders Vitamin C, B-Vitamine, Kalium und Calcium, auf. Die **sekundären Pflanzenstoffe** der Grapefruit, welchen unter anderem krebsvorbeugende Wirkungen zugesagt werden, scheinen verantwortlich zu sein für **Wechselwirkungen** mit verschiedenen Medikamenten.

Renaud Dumont (Bild) und Daniel Barret heißen die Anbauer unserer Grapefruits. Beide haben ihre Plantagen nahe der Gemeinde „**Linguizzetta**“, einem 1000-Seelen-Dorf im Département „Haute-Corse“. Renaud kultiviert in 3. Generation neben Zitrusfrüchten auch Heu entlang des Flusses „Bravone“. Seine Familie hat **1965** mit der Landwirtschaft begonnen und arbeitet **seit 1983 rein biologisch**. Die Dumonts haben bereits **1989** ihr 1. Grapefruitbäumchen gepflanzt und gelten daher als Erzeuger der 1. Stunde.

Daniel betreibt seit **1990** Bioanbau und hat sich neben Grapefruit auch auf die Kultivierung von Heilpflanzen und Getreide spezialisiert.

