

Wassermelonenschale einmachen



Tipp von Esther Kern



Bei meinen intensiven Recherchen zu speziellen Gemüseteilen im Rahmen meines Projektes «Leaf to Root» hat mich ein Gemüseteil sehr begeistert: die Schale der Wassermelone. Sie ist in vielen Ländern eine klassische Kochzutat.

Wer im Sommer Wassermelone schlemmt, hat meist ein Problem. Nämlich, dass danach der Komposteimer verstopft ist. Wassermelonenschale ist quantitativ sehr ergiebig. Und darum hat es mich auch sehr interessiert, ob sie essbar ist.

Erstaunlicherweise habe ich bei meinen Recherchen unzählige Verwendungsmöglichkeiten dafür gefunden. Im Süden der USA scheint es üblich zu sein, dass man Wassermelonenschale pickelt, denn ich habe unzählige Rezepte dafür gefunden aus dieser Region. Mittlerweile haben auch Kochbücher wie etwa das von US-Starkoch David Chang die Idee aufgegriffen. In Asien wiederum wird Wassermelonenschale für Salat oder auch für Kimchi verwendet. Und sogar historische Rezepte für eingemachte Wassermelonenschale habe ich gefunden.



Die Schale ist nicht nur essbar, sie schmeckt auch fantastisch. Wichtig: Die dunkelgrüne äussere Schale schält man weg, verwendet wird die hellgrüne Rinde. Beispielsweise so:

Zutaten (für 3 Einmachgläser à 200 ml):

200 ml Weissweinessig, 100 ml Wasser, 180 g Zucker und 1 TL Salz aufkochen. 400 g Wassermelonenschale (mit einem Rest vom Fruchtfleisch dran), 1 TL weisse Pfefferkörner und 10 g frischen Ingwer dazugeben und 3 Minuten köcheln. In Gläser abfüllen.

Die Pickles sind, wenn man die Gläser vorab sterilisiert, einige Monate haltbar. Jedoch verlieren sie nach 14 bis 20 Tagen ihren Biss, darum rate ich, sie rasch zu konsumieren. Ich schneide sie beispielsweise klein und gebe sie in einen Salat oder serviere sie zu einem Stück Käse. Natürlich kann man die Flüssigkeit auch nutzen um beispielsweise eine Salatsauce zu aromatisieren.