



Der Umgang mit Bananen: Tipps



Bananen müssen mit Sorgfalt behandelt werden, da sie sehr druckempfindlich sind! Sie können bereits in ihrem Einkaufskorb oder -tasche auf dem Weg nach Hause Druckstellen bekommen oder gequetscht werden. Hier finden Sie ein paar nützliche Anregungen, wie sie mit Bananen am besten umgehen sollten:

Im Geschäft/Beim Einkauf

- Die Bananen immer an der Krone anfassen (das obere Ende der Bananen-Hand), um Verletzungen der Schale oder Quetschungen des Fruchttinneren zu vermeiden.
- Lassen Sie sich nicht von ein paar unansehnlichen leichten Narben/Kratzern auf der Schale abschrecken – die Schale ist das natürliche Schutzschild der Banane. Das Innere der Banane, ihr Fruchtfleisch, ist in der Regel nicht beschädigt und völlig in Ordnung.
- Vermeiden Sie es möglichst, in ihrem Einkaufskorb oder Einkaufswagen etwas auf die Bananen zu legen.
- Lassen Sie die Bananen nicht bei sehr heißem oder kaltem Wetter im Wagen liegen.

Zu Hause

- Fassen Sie die Bananen immer an der Krone an und legen Sie sie sanft und vorsichtig auf harten Oberflächen ab.
- Entfernen Sie alle Verpackungen (es sei denn, es handelt sich um die Bananen-Verpackung "ripen-at-home") zum Lagern.
- Lagern Sie Bananen separat von anderem Obst oder Gemüse. (Bananen geben eine Art Ethylen ab, dass die Reifung anderer Früchte sehr anregt).

- Falls vorhanden können Sie die Bananen auf einem kleinen so genannten Bananenbaum aufhängen. Dann kann die Luft gut zirkulieren und die Bananen liegen nicht auf einem harten Untergrund.
- Lagern Sie Bananen bei einer kühleren Raumtemperatur (ideal: 14 bis 16°C) und setzen Sie sie nicht dem direkten Sonnenlicht aus. Vorsicht auch bei Heizungs- und Zugluft!

Wenn Bananen reifen, wandelt sich u.a. Stärke in natürliche Zuckersorten um. Je gelber die Banane ist, desto süßer ist ihre Frucht. Da die Banane unentwegt weiter reift, zeigen sich nach einiger Zeit auch braune Flecken auf der Schale und sie färbt sich braun. Das hat nichts mit Beschädigungen oder Druckstellen zu tun. Die braunen Flecken zeigen lediglich, dass die Umwandlung von Stärke in Zucker soweit stattgefunden hat, dass es auf der Schale sichtbar wird.

Am Ende dreht sich alles um persönliche Vorlieben. Einige mögen Bananen, wenn sie gelb und fest sind und eine cremige Textur haben. Andere mögen sie extra weich und süß, wenn sie schon viele braune Flecken auf der Schale haben. Bananen sind wegen genau dieser Vielfalt auch so beliebt – das bezieht sich auch auf die unzähligen Genuss-Möglichkeiten. Probieren Sie auch mal die eine oder andere Rezeptidee von unserer Webseite aus...