Jackfrucht, getrocknet, bio kbA, 500g - das ganz besondere Aroma

Bio Jackfruit – getrocknete Streifen von reifen Bio Jackfrüchten – 100 % natürlich – ballaststoffreich

Getrocknete Bio Jackfrucht in Bioqualität ist ein echter Genuss für Liebhaber exotischer Trockenfrüchte. Diese tropische Trockenfrucht hat ein ganz besonderes, unvergleichlich volles Aroma, schmeckt herrlich süß und riecht wunderbar fruchtig. Im Gegensatz zur unreifen Jackfrucht in Dosen schmeckt die reife, getrocknete Jackfruit intensiver und man kann sie auch sehr gut pur essen. Unser Bio Jackfrucht getrocknet in Stücken ist 100 % Natur, ungeschwefelt und kommt ohne Zuckerzusatz aus. Das gesunde Trendfood ist nicht umsonst in aller Munde – die orangefarbenen Streifen ein echter Genuss für gesundheitsbewusste Menschen im Rahmen einer pflanzenbasierten Ernährung.

Vorteile der Topfruits Jackfrucht getrocknet

- 100 % reine Frucht, ohne Zusätze, ohne zusätzlichen Zucker, ungeschwefelt
- vollreif geerntet und aus kontrolliert biologischem Anbau
- köstliches natürliches Fruchtaroma
- reich an wertvollen Ballaststoffen
- vielseitig einsetzbar und perfekt als Snack für unterwegs

Besonderheiten der Bio Jackfruit getrocknet

Die Jackfrucht ist im doppelten Sinn eine wahre Exotin. Sie kommt nicht nur aus Sri Lanka, sondern ist hier in Deutschland zudem kaum als reife Frucht zu bekommen. Aufgrund ihres **ausgesprochenen tollen Aromas** ist sie aber hin und wieder in getrockneter Form zu finden. So gibt es die tollen getrockneten Jackfrucht-Streifen nun auch endlich bei uns :)

Die Jackfrüchte für unsere Bio Trockenfrüchte bleiben länger am Baum als der Durchschnitt. Die meisten im Handel erhältlichen Früchte werden unreif geerntet, weil sie auf diese Weise länge halten, während reife Früchte sehr schnell schlecht werden. Im Gegensatz zur im Handel erhältlichen Frischfrucht werden die für unsere Trockenfrüchte genutzten Jackfruits vollreif geerntet und haben daher ein besonders volles Aroma und einen höheren Mikronährstoffgehalt. Die Haltbarkeit erreichen wir auf natürliche Weise durch Wasserentzug im Rahmen einer schonenden Trocknung.

Durch den Wasserentzug hat die Jackfruit getrocknet einen **hohen Ballaststoffgehalt** und liefert dank fruchteigenem Zucker hochwertige Energie für aktive Menschen und Kopfdenker. Die Jackfrucht mit ihrem feinen, mildaromatischen, exotischen Aroma ist geschmacklich etwas ganz Besonderes unter den Exotenfrüchten. Probieren Sie die Tropfenfrucht als gesunden und sättigenden Snack oder Süßigkeitenalternative!

Verwendungshinweise und Tipps zur Zubereitung von getrockneter Jackfruit

Bio Jackfrucht lässt sich auch in getrockneter Form vielfältig in süßen und herzhaften Gerichten einbauen. Dank seines fruchtig-süßen Aromas ist der Exot ein idealer Snack für zwischendurch, passt aber auch kleingeschnitten ins Müsli, den Frühstücksbrei oder als Topping einer tollen Smoothie-Bowl. Aber das Fruchtfleisch schmeckt auch in warmen Gerichten und verleiht beispielsweise Currys, afrikanischen Gerichten oder Salaten eine exotische Note. So bereitet man auf der indonesischen Insel Java gerne die Spezialität *Gudeg* zu, ein traditionelles Gericht mit Jackfrucht und Kokosmilch. In anderen asiatischen Ländern legt man sie ein wie eine Art *pickle* oder trocknet sie zu krossen Jackfruit-Chips und nascht sie aus der Hand. In den Ursprungsländern werden übrigens auch oft die Kerne verarbeitet – entweder kommen sie als Mehl zum Einsatz oder werden geröstet und passen zu herzhaften Gerichten.

Wissenswertes rund um die Jackfrucht – ein Riese erobert die Welt

jackfrucht-am-baum

Bei der Jackfrucht handelt es sich um die größte bekannte Frucht, die an Bäumen wächst. Der Jackbaum (Artocarpus integrifolia L.), ein Maulbeerbaumgewächs, ist eine ursprüngliche, Jahrtausende alte Pflanzen, die in tropischen Ländern zu Hause ist. Sie braucht also ein warmes, feuchtes Klima zum optimalen Wachsen und Reifen. Wie viele tropische Gewächse ist der Jackfruchtbaum immergrün, hat einen kräftigen Stamm und ist dicht begrünt. Pro Jackfrucht Baum wachsen bis zu 700 Früchte heran. Die Jackfrüchte und wachsen direkt am Stamm der Bäume. Zunächst sehen sie aus wie kleine grüne Walnüsse und nehmen später deutlich an Größe zu. Die ausgewachsenen Früchte sind rundlich-oval, werden 40 - 50 kg schwer und bis zu einem Meter lang. In Brasilien nennt man die Jack Frucht auch *Jaca* und in Malaysia *Nangka*.

Wie sieht eine Jackfrucht aus? Die äußere Schale der Frucht ist von gummiartigen Noppen besetzt, welche der geschlossenen Frucht ihre typische warzige Haptik verleiht. So sehen ganze Jackfrüchte aus wie große, grüne

Litschis. Im Fruchtinneren verbirgt sich das gelbe, essbare Fruchtfleisch – sechseckige einzelne Segmente, die sich zur Gesamtfrucht zusammenfügen – und braune, 2-5 cm lange Kerne, welche vom Fruchtfleisch umhüllt sind. Ihr Anteil entspricht etwa 30 % des Gesamtgewichtes. Jeder Kern ist von dicht aneinander gedrängten Einzelfrüchten umgeben, die zusammen den Eindruck einer einzigen Frucht erwecken. Diese wiederum sind umhüllt von faserigen Strängen, welche von Schale bis Kern innerlich alles verbinden und zusammenhalten. Beim Aufschneiden sind Jackfrüchte sehr klebrig. Bei der Jackfrucht ist der Name "Fruchtfleisch" wirklich passend, denn erhitzt oder gekocht erinnert ihre charakteristische Konsistenz an Fleisch. Natürlich kann die Jackfrucht getrocknet und roh ebenfalls gegessen werden.

Anbau, Ernte & Verarbeitung von Jackfrucht in Bioqualität

Unsere getrocknete Jackfruit stammt aus kontrolliert biologischem Anbau in Sri Lanka und bietet Ihnen den puren Genuss der Natur. Die Frucht wird in vielen tropischen Regionen der Erde angebaut, insbesondere in Indien, Südostasien, Mittel- und Südamerika sowie Zentralafrika. Die Bäume bevorzugen nicht nur Wärme, viel Wasser und Licht, sondern auch nährstoffreiche Böden mit breitem Nährstoffprofil. Sobald es Zeit für die Ernte ist, werden die großen Fruchtkörper an den Stielen abgeschnitten und vom Baum geholt. Die anschließende Herstellung der getrockneten Jackfruchtstücke erfolgt in sorgfältiger Handarbeit. Dafür werden die Früchte geschält, ihre Kerne aus den Fruchtsegmenten entfernt, das Fruchtfleisch geschnitten und zum Schluss der reine Fruchtanteil schonend getrocknet. Auf diese Weise entstehen unsere 100 % natürlichen Jackfrucht getrocknet mit hohem Ballaststoffgehalt und intensivem Fruchtaroma.

Jackfrucht gibt es auch unreif

Relativ neu auf dem Markt und mit wachsender Beliebtheit gibt es nun auch das **unreife Fruchtfleisch der Jackfruit** zu kaufen. Jung und grün eignet sich die Jackfrucht aufgrund ihrer faserigen Konsistenz besonders gut als **Fleischersatz für Veganer und Vegetarier**. Denn wenn man sie kocht, brät oder anderweitig erhitzt, verändert sich ihre Konsistenz und ähnelt der von Fleisch. Das unreife Fruchtfleisch ist nahezu geschmacksneutral und lässt sich so mit der geeigneten Marinade ideal in verschiedenen Gerichten unterbringen. Die junge Jackfrucht ist auch in Salzlake eingelegt erhältlich. In dieser Form kann sie aber nur als veganer Fleischersatz genutzt werden, da sie pur nicht so gut schmeckt. Unsere getrocknete Bio Jackfrucht schmeckt hingegen auch einfach so!

Allgemeine Informationen zu unserer Bio Jackfruit getrocknet

Zutaten: 100 % Jackfrucht* getrocknet - *aus kontrolliert biologischem Anbau
Herkunft: Sri Lanka
Lagerung: kühl und trocken lagern, in einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: PP-Beutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Jackfrucht, getrocknet, bio kbA, 500g - das ganz besondere Aroma"

Unzubereitet pro 100 g	
Brennwert kj	1110 kj
Brennwert kcal	265 kcal
Fett	1.6 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.4 g
Kohlenhydrate	55 g
davon Zucker	54 g
Ballaststoffe	15 g
Eiweiß	3.9 g
Salz	<0.1 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte der Bio Jackfrucht unterliegen natürlichen Schwankungen.
Ohne zugesetzten Zucker - Enthält von Natur aus Zucker.