Quitte

cydonia oblonga

safarjal (arab.), quince (eng.), coing (franz.), mela cotogna (ital.), melimelum (lat.), membrillo (span.), ayva (türk.)

Kategorie

Obst, Kernobstgewächse (pyrinae)

Beschreibung



cydonia oblonga

Die Quitte (Cydonia oblonga; Synonym: Cydonia vulgaris) ist die einzige Pflanzenart der Gattung Cydonia und gehört zur Untertribus der Kernobstgewächse (Pyrinae) innerhalb der Familie der Rosengewächse (Rosaceae). Sie wird als Obstbaum (Quittenbaum) kultiviert.
Cydonia oblonga ist ein laubabwerfender Strauch oder kleiner Baum, der Wuchshöhen von 4 bis 8 Meter erreicht. Die Rinde junger Zweige ist violett und behaart (Indument) - später bräunlich violett und glatt. Die kleinen, behaarten Knospen sind nur von wenigen Schuppen geschützt.Die Quitte blüht nur in einem kurzen Zeitraum im Mai und Juni. Die gelbe, duftende, kurz behaarte, vielsamige Frucht weist bei der Wildform einen Durchmesser von 3 cm bis 5 cm auf, kultivierte Sorten können deutlich größere Früchte bilden. Die größten Früchte trägt die Sorte 'Lescovac' mit bis zu 1,5 kg.

Nährwerte von Quitten pro 100 g

Kalorien	38
Eiweiß	0,4 g
Fett	0,5 g
Kohlenhydrate	7,3 g
Ballaststoffe	6 g

Herkunft

Die ursprüngliche Heimat liegt im östlichen Kaukasus und im Transkaukasus. Populationen in der Türkei, in Iran, Turkmenistan, Syrien und Afghanistan könnten durch die schon lange zurückliegende Verbreitung durch Menschen entstanden sein. Erste Nachweise über kultivierte Quitten aus dem Kaukasus reichen 4000 Jahre zurück, in Griechenland findet man sie ab 600 v. Chr., bei den Römern ab 200 v. Chr. In Mitteleuropa wird sie erst seit dem 9. Jahrhundert angebaut, als wärmeliebende Pflanze dort bevorzugt in Weinbaugebieten.
Heute werden die Sorten vor allem in Asien und Europa angepflanzt. In West- und Mitteleuropa spielt sie eher eine untergeordnete Rolle. Der erwerbsmäßige Anbau ist in Deutschland selten. In Baden-Württemberg, in der Pfalz und im Rheinland werden gute Fruchtqualitäten erzielt.

Aroma

Die Quitte ist meist mattgelb oder mattgolden und sieht wie eine große, pralle Birne aus. Das Fleisch ist fest, sauer und duftend zugleich, mit vielen kleinen Kernen. Die rohe Frucht hat die Eigenart, dass man meint, es zöge den ganzen Gaumen zusammen, doch mit Zucker gekocht

© 2026 coquina.de

wird sie wunderschön rosa und verströmt einen köstlich blumigen Duft.

Verwendung

Bei der Zubereitung mitteleuropäischer Sorten muss in jedem Fall vor dem Verarbeiten der Früchte der Flaum oder Pelz der Quitten mit Hilfe eines (groben) Tuches gründlich abgerieben werden, da er reichlich Bitterstoffe enthält. Dann kann die Frucht geschält oder ungeschält verwendet werden. Erprobt ist auch das Abbürsten des Flaums mit einer Messingbürste. Da dabei die Schale aber kleine Kratzer bekommt, wird diese erheblich schnellere Methode nur angewandt, wenn die Früchte sofort weiterverarbeitet werden.

Quitten werden zum Verzehr gekocht, gedünstet, gedämpft oder gebacken. Aus Quitten kann man Marmelade, Kompott, Mus, Chutney, Quittensuppe, Quittenbrot, Saft und daraus Gelee (»Quittenkäs«), Likör, Wein, Schnaps sowie Secco (»Perlwein«) herstellen.

Im Vorderen Orient werden Quitten mit Zitronen- oder Limettensaft in Zuckersirup eingemacht bzw. gewürfelt oder grob geraffelt zu einem süßen Mus eingekocht, das manchmal mit Nelken oder Kardamom gewürzt wird. Mit Zucker gedünstet ergeben sie ein duftendes rosafarbenes Dessert, das mit dicker Sahne gereicht wird. Gekochte Quitten werden zu einer fruchtigen Paste püriert, die man, mit abgezogenen Mandeln dekoriert, als Fruchtkonfekt anbietet. Die Armenier kombinieren Quitten mit Gemüse in Suppen und Eintöpfen, oder sie dünsten sie mit Zucker und Zimt und reichen sie als Beilage zu Geflügel oder Lamm. Im Iran und in der Türkei werden Quitten sogar oft im Eintopf zusammen mit Fleisch oder Geflügel gekocht oder mit Hackfleisch gefüllt.

Einkauf / Aufbewahrung

Frischen Früchte finden Sie in gut sortierten Obst- und Gemüseläden von Oktober bis Februar. Eingemacht halten sich Quitten monatelang, bis zu einem Jahr.

Zum Einlagern über einen längeren Zeitraum ist Vorsicht geboten: Quitten sind sehr druckempfindlich. Damit die Früchte nicht vorzeitig verderben, sollten sie in einer mit Zeitung oder Holzwolle ausgelegten Kiste einlagig aufbewahrt werden. Bei niedrigen Temperaturen von 12 bis 15 Grad können sie monatelang gelagert werden.

Gesundheit

Die Samen enthalten Schleimstoffe, giftige cyanogene Glycoside und Öl. Die Quittenfrucht selber enthält viel Vitamin C, Kalium, Natrium, Zink, Eisen, Kupfer, Mangan und Fluor, Tannine (Catechin und Epicatechin), Gerbsäure, organische Säuren, viel Pektin und Schleimstoffe. Die in der Quittenfrucht enthaltenen Gerbstoffe wie vor allem Tannin und Apfel- sowie Weinsäure, besitzen eine antibakterielle Wirkung.

Als Heildroge dienen die reifen Quittensamen. Sie enthalten als Wirkstoffe etwa 20% Schleimstoffe (überwiegend Pentosane), bis 1,5% Amygdalin und fettes Öl.

Quittensamen werden unzerkleinert, da sonst Blausäure aus Amygdalin frei wird, in der Volksheilkunde noch gelegentlich zur Bereitung eines Schleimes verwendet, der als Hustenreiz linderndes und mild abführendes Mittel gilt.

Geschichte

In der römischen Antike wurde die Quitte auch Honigapfel genannt, denn die saure Frucht wurde stets in Honig eingelegt.

Es wurden auch andere Früchte in Honig eingelegt, aber die Quitte war die erste Frucht, die zuvor gekocht wurde.

Eingelegte Quitten in Honig tauchten in der arabischen Kultur dann erstmals als Konfitüre auf.

Mythologie

Seit jeher gelten die Quitten als Symbol für Liebe, Fruchtbarkeit, Glück, Klugheit, Schönheit, Beständigkeit und Unvergänglichkeit.

© 2026 coquina.de