

Die wichtigsten Arten Kern- und Steinobst

Alle Früchte – außer Quitten – lassen sich gut frisch verzehren (Tafelobst), z. B. im Obstsalat oder als Smoothie.

	Erntezeitraum	Einkauf	Lagerung	Verwendung (neben Frischverzehr)
Süß-/Sauerkirschen	Juni–August	ausgereifte, pralle, unverletzte Früchte mit Stiel	2–3 Tage im Gemüsefach des Kühlschranks	Marmelade, rote Grütze, Kompott, Kuchen, Süßspeisen
Aprikosen	Juni–August	keine Früchte mit Grünanteilen kaufen; reife Früchte geben bei Druck auf Nahtstelle nach	2–3 Tage im Vorratsraum	Torten, Kompott, Konfitüre, Trockenobst
Pfirsiche/Nektarinen	Juli–August	keine steinharten oder Früchte mit Grünanteilen kaufen	3–7 Tage im Vorratsraum	Torten, Kompott, Konfitüre
Pflaumen/Zwetschgen	Juni–Oktober	keine Grüntöne in Haut und Fruchtfleisch; „weißer Reif“ (sog. Duft) auf Schale als Qualitätszeichen	2–7 Tage im Kühlschrank	Pflaumen für Kompott, Trockenobst, Pflaumenmus /Zwetschgen verarbeitet für Kuchen, Zwetschgenknödel
Mirabellen	Juli–September	reife Früchte geben bei Druck auf Nahtstelle nach; haben „weißen Reif“	2–3 Tage im Kühlschrank	Obstkuchen, Kompott und zum Einkochen
Birnen	August–November	feste Birnen, reifen bei Zimmertemperatur nach	je nach Sorte Tage bis Wochen (kühl und luftig)	Kuchen, Kompott
Äpfel	August–Dezember	sortentypische Färbung	je nach Sorte Tage bis Wochen (kühl und luftig)	Kuchen und Pfannkuchen, als Kompott oder Apfelmus, Trockenobst
Quitten	Oktober–November	sortentypische Gelbfärbung	1–2 Wochen im Vorratsraum	Konfitüre, Gelee und Kompott