

Peren

Van meerdere abonnees werd ons gevraagd omtrent de rijpingprocessen van vooral peren, wij zullen u hierbij enige informatie doen toekomen over dit natuurkundig verschijnsel en over peren in het algemeen. Wij hopen dat u er wat aan hebt.

Dat peren gezond en lekker zijn, dat wist u al wel. En dat de peer een goede dorstlesser is, is de meesten ook wel bekend. Maar wist u ook dat de peer vol zit met basische mineralen (kalk, kalium, ijzer en fosfor), die vocht en vet afdrijven?

Voor peren als tussendoortje moet je de tijd nemen, een lekkere peer moet je zittend eten. Peren zijn namelijk erg sappig. Daarnaast zijn ze erg aromatisch en divers.

Nederlandse peren zijn er in vele soorten en maten, ze zijn niet alleen om zo uit de hand te eten, er zijn ook heerlijke soorten, die culinair zijn te verwerken. Wat te denken van een stoofpeertje bij een wildgerecht, een geblancheerde Conference of Doyenne du Comice met een glaasje gewürztraminer? Een peer in combinatie met blauwgeaderde kazen is ook niet te versmaden. Of heeft u liever een perentaart? Ook hiermede zijn heerlijke creaties mogelijk.

Om te beginnen enkele criteria waar we op moeten letten als we peren in de winkel gaan kopen.

Wie direct een peer wil eten, moet goed uitkijken, want door het opslaan in koelhuizen wordt het rijpingsproces van peren vertraagd. Dat betekent, dat

peren die net in de winkel liggen meestal erg hard zijn en nog een tijd nodig hebben om in de fruitschaal na te rijpen voor ze lekker zacht zijn. Er zijn echter soorten, die nooit zacht worden (dit zijn de zogenaamde stoofperen). Ze worden bijna alleen gebruikt om te verwerken (stoven) in de keuken, of om te drogen.



Janbaas, één der vroegst rijpende peren in Nederland. Waarschijnlijk zijn de gelig gekleurde peren reeds aan het bruin verkleuren van het vruchtvlees vanuit het klokhuis.

De Janbaas is slechts enkele dagen te gebruiken als verse consumptiepeer.

Rijping vertragen

Wie het rijpingsproces wat wil rekken kan peren wel bewaren in het koelvak van de koelkast. Let bij het kopen van hand- en stoofperen op de schil. Die moet er gaaf uitzien en mag geen gekneusde plekken hebben.

Koop nooit teveel peren in één keer, omdat de vruchten niet te lang bewaard kunnen worden. Bewaar peren in de groentelade van de koelkast. Doe ze, om uitdrogen te voorkomen, in een plastic zakje, dit zakje niet luchtdicht afsluiten, doe een stripje om de hals van het zakje. Leg er elke dag een paar op de fruitschaal om op te eten. Over het algemeen kan men stellen dat hoe vroeger de peren in het seizoen te oogsten zijn hoe korter deze zijn te bewaren, dus worden peren aangeboden vanaf eind juli-augustus dan zijn deze slechts kort houdbaar. Bijvoorbeeld, Clapp's Favourite, Janbaas, Précose de Trevoux en Kruidenierspeer.

Rijpe peren kunnen beter direct gegeten worden. Goed wassen en u kunt de peer inclusief klokhuis opeten, maar smakelijker is om de peer van het klokhuis te ontdoen.

Peren invriezen en steriliseren

Wordt 'n 'rauwe' peer in een gerecht verwerkt, dan wordt deze na het schillen snel bruin van kleur.

Besprenkel het vruchtvlies daarom direct met wat citroensap. Dat ziet er een stuk frisser uit.

Peren kunnen ook goed ingevroren worden, al zijn er vandaag de dag de hele winter door, tot ver in het voorjaar, Hollandse peren te koop (die in Nederland geteeld zijn).

Gebruik voor het invriezen stevi-ge, in ieder geval niet te weke vruchten.

Schil de peren, snijd ze doormid-den, verwijder het klokhuis en leg ze, om verkleuring tegen te gaan, 20 minuten in een oplossing van 2 gram citroenzuur per liter water. Eventueel de vruchten be-strooien met suiker.

Peren kunnen ook in een suikeroplossing worden ingevroren.

Maak dan een oplossing van 400 gram suiker op 1 liter water en verwarm de peren hierin tot ze zacht zijn. De vruchten moeten onder water staan. Gebruik voor het verpakken van de peren geen aluminiumfolie of dozen. Het zuur in de peren kan het materiaal aantasten, waardoor het product een metaalsmaak krijgt.

Peren kunnen ook erg goed gesteriliseerd wor-den.

Hier de peren schillen en koken (indien harde handperen gebruikt worden (zijn de peren na het koken zacht dan zijn deze al klaar, even met een vork erin prikken)), stoofperen laten we rood stoven (tot 80° C verwarmen en dan op een zacht vuurtje rood laten stoven (stoven is ver-warmen tot 80° C en dan op een heel zacht vuur-tje laten pruttelen tot de peren rood van kleur worden)), zijn de peren klaar dan kunt u ze heet in een heel goed schoongemaakte 'Hakpot' doen, waarbij de pot geheel gevuld wordt met peren en kookvocht, zodat het vocht als het ware iets bol over het glas staat, nu snel dichtdraaien. Pas op voor branden van de handen, pak de het pot vast met een doek. Nadat u na korte tijd een klikje hoort zit de pot dicht en u kunt ze een poos bewaren, ze zijn na openen direct geschikt voor gebruik.

Voor smaak suiker en/of kaneel toevoegen even-tueel voor het koken.

U kunt ook steriliseren door middel van het in oude gebruik zijnde, in zogenaamde weckglazen te koken.



Oude weckketel met oude weckpotten met fruit van meer dan 50 jaar oud.



De Zure Brederode (ook wel dikkop genoemd) is een prima rood kokende stoofpeer die op eenvoudige wijze erg lang te bewaren is.

Historie

Over de geschiedenis en afstamming van de peer is al even weinig met zekerheid bekend. Wilde peren komen nog altijd voor in delen van Europa, West-Azië en Noord-Afrika.

De peer, ook de gekweekte vorm ervan, is een plant die alleen gedijt in een gematigd of subtropisch klimaat. In de tropen is de teelt wel beproefd maar tot nu toe op een mislukking uitgelopen. De bomen blijven wel in leven maar brengen uitsluitend onbruikbare vruchten voort. Dat is ook het geval als ze worden aangeplant op hoogten die qua temperatuur overeenkomen met de gematigde klimaatgebieden.

Aangenomen wordt dat de gekweekte rassen van nu van één of meer van de wilde soorten afstammen. Nu nog komen wilde perensoorten op grote schaal voor in de fruitwouden die ten noorden van de Kaukasus liggen.

Peren als medicijn

In de eerste eeuw van onze jaartelling kenden de Romeinen al meer dan dertig, duidelijk van elkaar te onderscheiden perenrassen. De Romein Plinius schrijft er niet al te vliënd over. Peren werden in die tijd al op evenveel manieren bewaard als druiven: gedroogd, gekonfijt met honing, als cider of als wijn. Evenals pruimen worden ze gedurende een aantal weken bewaard in glazen bokalen of geglazuurde potten die op hun beurt weer in koele kelders of ingegraven in de grond werden bewaard. Peren en kweeperen worden dan al het hele jaar door gebruikt als 'medicijn' voor zieken.

Kenmerkend voor de peer is de aanwezigheid in het vruchtvlees van steencellen, die de vrucht steinig of houtig maken. Waarschijnlijk zijn de voorouders van de peren vruchten geweest met een schaal (als noten) die over gebleven is als de steencellen. Deze cellen, die de consumptie niet veraangena-



De Kanaalrinnige Sneeuwpeer (Pyrus nivalis var. canaliculata) welke uit Oost-Europa stamt is één der voorlopers van de gewone peer (Pyrus communis).

Dit peertje kan men erg goed bewaren. Hij wordt veel gebruikt als sierpeer. Zowel voor de bloei van de boom als later de vruchtjes.



De Zwijndrechtsche Wijnpeer heeft nogal eens last van steenvormige cellen en dan vooral om het klokhuis. Op de doorgesneden vruchten zien we duidelijk de steenvormige cellen structuur om het klokhuis.

men, zijn in de meeste moderne rassen ‘weggeselecteerd’, maar in sommige ervan (stoof- maar ook in sommige handperen, zoals de Jut heeft wat grovere cellen) zijn er nog resten van aanwezig, met name in het binnenste van de vrucht.

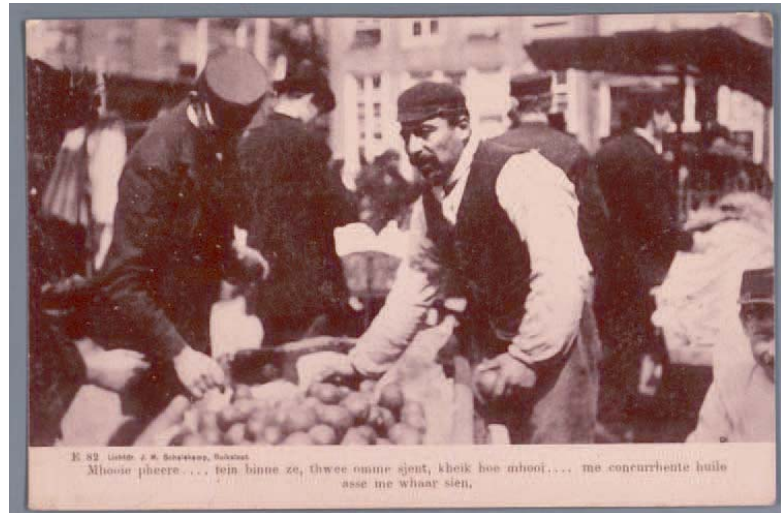
Tot in de 16e eeuw kende men overigens alleen maar stoofperen; ze werden door stoven of bakken voor consumptie geschikt gemaakt. Nog in de vorige eeuw werden in de grote steden van Europa aldus bereide stoofperen op straat verkocht. De perenvrouwtjes die hun dagvoorraad niet verkochten, leden verlies en ‘bleven met de gebakken peren zitten’.

Bekende stoofperenrassen van toen, die we vandaag de dag nog gebruiken zijn bijvoorbeeld de rood stovende rassen Zure en Zoete Brederode, Gieser Wildeman en de Saint Rémy. Jammer genoeg kennen velen geen andere stoofperen die hierdoor erg tekort worden gedaan. We denken dan aan de Winterrietpeer, Kreeftspeer en de Winterjan of Kleipeer. De eerste handperen werden tegen het einde van de 16e eeuw geplukt in Frankrijk en Italië. Vanwege hun zachte, sappige vruchtvlees kregen ze later de aanduiding beurré, het Franse woord voor boter. In de naamgeving van een aantal rassen is die toevoeging nog terug te vinden, zoals bij de Beurré Hardy. Net als de appel wordt de moderne peer vooral gekweekt op laagstam; de vaak kolossale perenbomen van vroeger zijn grotendeels verdwenen.

Als onderstam wordt altijd de kwee gebruikt, een Rosaceae-soort die qua uiterlijk zo’n beetje het midden houdt tussen een appel en een peer en die, zij het in veel beperkter mate, ook als zelfstandige fruitsoort wordt geteeld (kweepeer, Franse benaming: coing) en op de markt wordt gebracht. Voor hoogstammen gebruikt men onderstammen van de *Pyrus communis*. Deze geven sterker groeiende onderstammen.

Naar schatting zijn er zo’n kleine 5000 gekweekte perenrassen, waarvan de meeste wel zijn beschreven maar nog maar zelden worden verbouwd. Jean Baptiste van Mons (1765-1842) uit België had op een gegeven moment meer dan 100.000 (geen drukfout) zaailingen van peren, deze zijn grotendeels verdwenen.

Vrijwel alle moderne rassen dateren uit de 18e eeuw of zijn ontstaan uit deze rassen.



Ditmaal geen perenvrouwtje maar een perenmannetje. Foto is van een oude prentbriefkaart.

De tekst:

Mooie peren...fijn zijn ze, twee voor een cent, kijk hoe mooi.... De concurrenten huilen als ze mijn waar zien.

Inhoudstoffen van peren per 100 gram vruchtvlees

Kcal	53
Kjoule	225
Koolhydraat	12,5 g
Eiwit.	0,47
Water	83 g
Vet.	0,3 g
Kalium.	126 mg
Calcium	10 mg
Magnesium	8 mg
IJzer	0,25 mg
Vitamine C	4,5 mg
Caroteen.	0,03 mg
Vitamine B1.	0,035 mg
Vitamine B2.	0,04 mg

Buikziek

Buikziek, het verschijnsel dat bij vruchten, wanneer zij overrijp worden, het vruchtvlees waterig en bruin wordt.

Dit is niet het gevolg van rotting (die door micro-organismen wordt veroorzaakt), maar van afbraak door in de vrucht zelf aanwezige enzymen.

Vooraf peren, en speciaal sommige variëteiten daarvan, zijn vatbaar voor buikziek wanneer zij te laat geplukt worden of te lang liggen.

Dit euvel is onaangenaam maar is een gewoon natuurlijk verschijnsel waar eigenlijk maar één remedie tegen is “op tijd opeten of gebruiken”.

Enzym (oud Grieks, betekend ‘in zumè’ = zuurdeeg, gist), eiwit of heel soms RNA-molecuul dat werkt als een biologische katalysator, dat wil zeggen, versneller van (bio)chemische processen die zich in levende organismen afspelen.

Door bemiddeling van deze biokatalysatoren kunnen de talloze, voor de levensverrichtingen essentiële, scheikundige processen ondanks de milde fysiologische omstandigheden (lage temperatuur, neutrale pH) tóch met hoge snelheid verlopen.

Wanneer zijn peren rijp?

Peren en ook alle andere vruchten hebben net als alle andere organismen de gewoonte om de levensstadia door te lopen. Bevruchting, groeien en dan komt uiteindelijk de periode van ouderdom en afsterving. Dit is gewoon de natuurlijk gang van zaken of we het willen of niet. Om maar bij de peren te blijven, het liefst zien we dat we de peren kunnen oogsten wanneer we willen en dan bewaren tot we ze willen gebruiken of op te eten.

Wanneer een peer eetrijp is kan men het eenvoudigst beoordelen op de volgende manier.

Wie nu een verse peer wil eten, moet letten op de zachtheid van de peer bij het steeltje.

De rijpheid van een handpeer kunt u testen door even naast het steeltje de vrucht iets in te drukken. Geeft het vruchtvlees mee, dan is de peer rijp. Is het vruchtvlees op deze plek erg zacht, dan is de peer overrijp. Voelt het vruchtvlees hard aan, dan is de peer nog niet geheel rijp: laat de peer nog enkele dagen op de fruitschaal liggen om te rijpen.

Maar nu weet u nog niet wanneer de peer te oogsten is.

Uiteraard zult u begrijpen en ook uit eigen ondervinding weten dat dit per jaar verschillend is.

Dit seizoen was de oogsttijd weer zeker 14 dagen vroeger door weersomstandigheden dan andere jaren.

Peren moeten om te oogsten de juiste kleur bezitten voor het betreffende ras, volgroeid zijn. Wilt u de peren bewaren moet u deze weer vroeger plukken zodat deze nog voldoende stevig zijn. Om direct te kunnen eten van de geplukte peren volgt u bovenstaande op.

Peren hebben dankzij moeder natuur een andere structuur van vruchtvlees dan bijvoorbeeld appels en rijpen daardoor sneller af. Dit is tegen te gaan door koelen waarbij zelfs de omgevingsomstandigheden voor de peer wordt veranderd (gewijzigde atmosfeer). Voor ons als amateur teler hebben we natuurlijk geen ideale omstandigheden tot onze beschikking en zullen daarom er



De Maagdenpeer; bij rijpheid zeer snel bruinverkleuring van het vruchtvlees.



*Een verdoogde peer, men noemt deze een mummie.
Al het sap is uit de vrucht verdwenen zonder dat de peer rot is.*

mee moeten leven dat we handpe-
ren maar kort kunnen bewaren en
gebruiken. Op een koele, licht
vochtige plek bewaren helpt ons
enigszins.
Stoofperen hebben door hun andere
structuur van het vruchtvlees de ei-
genschap om niet snel af te sterven
of te rotten.

*Nog een
verdroogde
peer. Deze
vruchten
gebruikt men
nog wel te
decoratie.*

