

Der Apfel.



Das Lieblingsobst der Deutschen.

Der Apfel kann nicht nur mit seiner langen Haltbarkeit, sondern auch mit seiner Sortenvielfalt, seiner vielseitigen Einsetzbarkeit und seinem Beitrag zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung beitragen.

Nicht nur heute ist der Apfel beliebt und ein wichtiger Teil der Ernährung. Nein, das Traditionsobst hat schon in der Bibel eine

wichtige Rolle gespielt. Adam und Eva wurden aus dem Paradies verbannt, da sie eine Frucht von dem verbotenen Baum gegessen haben. Der Apfel wird nicht explizit genannt, jedoch deutet alles darauf hin, dass dieser gemeint ist.

Jeder Deutsche isst zirka 17 Kilogramm frische Äpfel im Jahr und trinkt rund 11 Liter Apfelsaft, somit ist er der ungeschlagene Favorit und gesunde Liebling auf dem Speiseplan. Unser Lieblingsobst ist nicht nur unheimlich lecker sondern, wie schon erwähnt, auch sehr gesund. Ein Apfel enthält, je nach Sorte, bis zu 30 Vitamine und Spurenelemente. Davon sind ungefähr 70% in oder direkt unter der Schale. Zu den unzähligen gesunden Inhaltsstoffen des Apfels zählen die B - Vitamine, natürlich Vitamin C, Eisen, Kalzium, Jod, Folsäure und viele mehr. Nicht ohne Grund heißt es „An apple a day keeps the doctor away“.

Nicht nur beim Thema Gesundheit kann der Apfel punkten, auch im Speiseplan ist er vielseitig einsetzbar. Ob zum Frühstück im Müsli, zum Nachtisch oder Kaffeetrinken als Apfelstrudel, als Torte oder Kuchen oder auch als Apfelmus zu Eierkuchen oder Milchreis, getrocknet als Chips abends vor dem Fernseher, zum Verfeinern von Gerichten als Apfelessig, als erfrischendes Getränk als Saft oder Schorle oder einfach so als gesunder Snack für „zwischen durch“ oder in der Pause -unser Lieblingsobst findet fast immer eine Verwendung.

Der Apfel wird in Plantagen als Dauerkultur angebaut und als Tafelapfel auch heute noch fast ausschließlich per Hand geerntet. In Sachsen-Anhalt und Sachsen wird durch den integrierten, kontrollierten Pflanzenschutz der Ertrag gesichert. Er dient dazu, Krankheiten und Schädlinge zu bekämpfen oder einem möglichen Befall vorzubeugen. Darüber hinaus werden auch Nützlinge, wie Marienkäfer oder Schwebfliegen, gefördert. Um auch noch nach Abschluss der Ernte Äpfel genießen zu können, werden die Früchte in CA- oder ULO- Lagern aufbewahrt. In diesen speziellen Lagern herrscht eine besondere Atmosphäre, welche die Atmung der Äpfel verlangsamt und somit ihre Qualität erhält. Durch die besonderen Lagermöglichkeiten bleibt der Apfel über Monate hinweg frisch, knackig und saftig.

Ihre Sächsische Blütenprinzessin Elisabeth.