

Altes Obst - Neu Entdeckt: Äpfel (Info)

Kategorien: Information, Obst, Wissen

Zutaten für: 1 Text

1

Info

Anleitung:

Apfelsorten - Vielfalt wie im Garten Eden.

Ueber 2700 anerkannte Apfelsorten gibt es in Deutschland.

Als Kulturpflanze begleitet uns der Apfel schon sehr lange. Von der Vertreibung aus dem Paradies - an den sein lateinischer Name "Malus", Unheil, Uebel, Schaden erinnert - bis Wilhelm Tell ranken sich Tausende Geschichten um ihn.

Seine Ur-Urahnen fanden sich in Zentralasien bereits vor circa 60 Millionen Jahren. Und schon 10.000 v.Chr. wuchsen im Gebiet des heutigen Kasachstans kleine Aepfel von etwa 6 cm Groesse. Der Name der Hauptstadt Almaty, oder, wie wir sie nennen, Alma-Ata erinnert noch daran, denn er bedeutet "Stadt des Apfels".

Von den Persern ueber die Griechen und die Roemer, welche bereits das Veredeln die vegetative Vermehrung, kannten, fand dann der Apfel auch seinen Weg zu uns.

Auch im Obstbau sterben Sorten

Allerdings hat sich im Obstbau in den letzten Jahrzehnten ein extremer Wandel vollzogen: Vom Anbau auf den typisch knorrigen, charaktervollen Baeumen, den sogenannten Hochstaemmen - auf traditionellen Obstwiesen oder am Wegesrand - hin zur ertragsorientierten Plantagenwirtschaft mit kleinsten Baeumen am Spalier. Gefoerdert werden v.a. Tafelobstsorten, die einheitlich grosse Fruechte bringen, leicht zu ernten sind und allen gleich gut schmecken sollen. Da bleiben individuelle Unterschiede der einzelnen Sorten auf der Strecke.

Doch auch die Politik hat ihren Teil zu der Verarmung beigetragen. So foerderten Bund und Bruessel in den 70iger Jahren die Rohdung von alten Hochstaemmen mit einer Praemie. Allein im Bundesland Hessen fielen diesen Massnahmen 2,5 Millionen Obstbaeume zum Opfer. Nur eine Millionen blieb uebrig. Und diese wurden oft schlecht oder gar nicht mehr gepflegt, was fuer einen Obstbaum meist das Todesurteil bedeutet.

externe Links:

Naturschutzbund Deutschland NABU <http://www.nabu.de>

Bund fuer Umwelt- und Naturschutz Deutschland BUND <http://www.bund.de>

Bundesministerium fuer Verbraucherschutz, Ernaehrung und Landwirtschaft <http://www.verbraucherministerium.de>

Erhaltungsiniciativen steuern gegen:

So unterschiedlich wie ihr Aeusseres sind der "Gewuerzluiken", der "Brettacher" und der "Apfel von Croncels" auch in Geschmack, Lagerfaehigkeit und Verwertbarkeit.

Altes Obst - Neu Entdeckt: Äpfel (Info)

(Fortsetzung)

Inzwischen gibt es allerdings wieder grosse Anstrengungen, die alten Obstwiesen zu erhalten. Vor allen Dingen die Naturschutzverbände und der Verein Deutscher Pomologen, aber auch regionale Initiativen und Vermarktungsgesellschaften, die sich dem Erhalt und der Förderung heimischer Produkte verschrieben haben, sind hier sehr aktiv. Abgesehen davon, dass Obstwiesen und Hochstammbäume ein schützenswerter Teil unserer gewachsenen Kulturlandschaft sind, stellen sie ein regelrechtes Mikro-Umweltschutzgebiet für viele Tieren dar. Eine Unzahl von Insekten, Kleinstnagern und Vögeln finden hier Nahrung und Unterschlupf. Das Symboltier dieses funktionierenden Ökosystems ist übrigens der ebenfalls bedrohte Steinkauz.

Die Bäume auf Obstwiesen, am Wegesrand oder im Hausgarten waren von jeher stets von unterschiedlichster Sorte - je nach Region und Geschmack des Besitzers. Ob einem nun der kleine und angenehm süßsauerliche "Gewürzluiken" oder der grosse und erfrischend-saftige "Brettacher" lieber ist - man hatte und hat heutzutage erfreulicherweise wieder die Wahl. Da gibt es Sorten, die am besten direkt nach dem Pflücken im Herbst verzehrt oder weiterverarbeitet werden, wie der "Apfel von Croncels". Aber auch solche, die erst nach Lagerung ihre optimale Genussreife entwickeln, wie der "Braune Matapfel", der am besten zwischen Dezember und Mai schmeckt. Nicht jede Sorte eignet sich für alle Verwendungsmöglichkeiten, z.B. für's Backen oder die Herstellung von Most. Und nicht zuletzt sind die Sorten geschmacklich mindestens so unterschiedlich wie die Geschmacke der Menschen.

Allerdings sollte man sich, bevor man einen Baum kauft, gut von einer spezialisierten Baumschule beraten lassen. Nicht jeder Apfel passt in jeden Garten und jedes Klima.

Aber auch durch den Kauf von - teils regional vermarktetem speziell gekennzeichnetem Saft aus Streuobstproduktion, kann man einen Beitrag zum Erhalt der Obstwiesen leisten. Oder engagieren Sie sich doch in einem Streuobstprojekt in ihrer Nähe.

externe Links:

Pomologen Verein e.V. <http://www.pomologen-verein.de>

Deutschlands Obstsorten <http://www.deutschlands-obsorten.de>

Gesundheit durch Apfelgenuss:

Allgemein bekannt ist ja, dass der mässige Genuss von Rotwein das Herzinfarktrisiko senken kann. Das liegt u.a. an den in ihm enthaltenen Flavonoiden. Weniger bekannt ist, dass diese sich in fast allen Obst- und Gemüsearten finden - Äpfel zählen zu den Spitzenreitern: Enthält ein Liter Rotwein bis zu 280 mg dieser Stoffe, so sind es in einem Liter Apfelsaft schon bis zu 600 mg und in einem Liter Apfel-Most sogar bis zu 3500 mg! Da die höchste Konzentration der Flavonoiden direkt unter der Schale liegt, sollte man Obst möglichst mit Schale verzehren. Schwierig kann dies allerdings für Menschen werden, die an einer Birkenpollen-Allergie leiden. Denn die sind oft auch gegen Äpfel allergisch. Kreuzallergien nennt man das. Und auch die allergieauslösenden Eiweisse sitzen zum grossen Teil unter der Schale. Die gute

Altes Obst - Neu Entdeckt: Äpfel (Info)

(Fortsetzung)

Nachricht: Diese Eiweisse sind hitzeempfindlich - beim Backen und Kochen werden sie zerstört - die meisten der nützlichen Flavonoide jedoch nicht.

Daher ist auch das folgende delikate und etwas ungewöhnliche Gericht empfehlenswert: Spaghetti mal anders: Süss - mit Äpfeln, Sahne & Zimt

externe Links:

Deutsche Gesellschaft fuer Ernährung e.V. <http://www.dge.de>

Kampagne "5 am Tag" <http://www.5amtag.de>

Slow Food Deutschland e.V. <http://www.slowfood.de>

Rezepte: Spaghetti mal anders: Süss - mit Äpfeln, Sahne & Zimt
Wetthis Apfeltorte