

Aus eigenem Anbau bieten wir folgende Sorten an:

- Aachener Hausapfel
- Roter Boskoop
- Finkenwerder Herbstprinz
- Ingrid Marie
- Kanadian Star
- Holsteiner Cox
- Filippas Apfel
- Graunette (Graue Herbstrenette)
- Purpurroter Cousinot
- Seestermüher Zitronenapfel
- Weißer Klarapfel
- Hasenkopf (Echter Prinzenapfel)
- Maren Nissen
- Martini
- Eden Trusty



Von Süß bis Sauer, vom Backapfel bis Tafelapfel ist alles dabei. Einige Sorten lassen sich bis zu 1/2 Jahr lagern.

Unser Obst ist garantiert nicht gespritzt und auch nicht chemisch gedüngt. Die Früchte sehen vielleicht nicht immer wie im Bilderbuch aus, sind dafür aber zu 100 % natürlich und gesund ! Darunter sind auch viele alte Sorten, die für Kernobstallergiker geeignet sind.

Wir haben auch ein Informationsblatt für Allergiker erstellt, das Sie gern mitnehmen können. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.



Wissenswertes über den Apfel



Dass Äpfel außerordentlich gesund sind, untermauern inzwischen zahlreiche wissenschaftliche Studien. Dabei hilft besonders der Superwirkstoff Quercetin. Äpfel enthalten neben viel Wasser und kleinen Mengen an Kohlehydraten (Frucht- und Traubenzucker) rund 30 weitere Inhaltsstoffe und Vitamine. Als "Superstoff" im Apfel erweist sich Quercetin, das chemisch zu den Polyphenolen und Flavonoiden zählt und früher Vitamin P genannt wurde. Die antioxidative Wirkung wurde in zahlreichen Studien nachgewiesen. Quercetin inaktiviert schädliche Sauerstoffpartikel, sog. freie Radikale. Werden sie nicht gestoppt, sorgt das für oxidativen Streß in den Körperzellen, der mit zahlreichen Krankheiten in Verbindung gebracht wird. In einer Studie des Instituts für Humanernährung und Lebensmittelkunde der Universität Bonn wirkte sich der in Äpfeln enthaltene Wirkstoff positiv auf die Gesundheit von Menschen mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Sowohl Blutdruck als auch die Konzentration von Blutgefäße schädigendem, oxidiertem Cholesterin sanken. Äpfel mindern zudem das Krebsrisiko. Zahlreiche Untersuchungen lassen darauf

schließen, dass Äpfel gegen Lungen- und Darmkrebs helfen, vermeldet das Deutsche Krebsforschungszentrum Heidelberg. Quercetin soll zudem positiven Einfluß auf die Prostata ausüben und so das Wachstum von Tumorzellen hemmen. Doch das ist noch nicht alles:

Im Internet veröffentlichte Studien beschreiben weitere Vorteile für die Gesundheit. Sekundäre Pflanzenwirkstoffe hemmen Entzündungen, fördern Konzentration und Gedächtnisleistung und beleben geistige Fähigkeiten bei älteren Menschen. Ein Forschungsprojekt zur molekularen Ernährungsforschung der Justus-Liebig-Universität Gießen läßt hoffen, dass Quercetin der Altersdemenz entgegenwirkt. Einen verjüngenden Effekt von pflanzlichen Polyphenolen beschreibt eine Doktorarbeit an der Universität Hamburg: Innerhalb von 8 Wochen wurde die Haut der Versuchspersonen nachweislich fester und elastischer. Sogar in gealterte Bindegewebszellen brachten Wissenschaftler mit Quercetin wieder Schwung - vorerst allerdings nur im Reagenzglas.

Quercetin findet sich in besonders hoher Konzentration in der Schale, daher möglichst nicht schälen.