



02.12.2020

Produktinfo KW 50 – Äpfel und Cherrytomaten

Äpfel:

Der Apfel gehört zu der Familie der Rosengewächse. Erntezeit ist Ende Juli bis Oktober, vermarktet werden Äpfel als Tafelobst, Tee, gedörrt oder als Saft. Die Heimat des Apfels ist Kasachachstan. Von da aus kam er über Griechenland nach Italien und durch die Feldzüge der Römer auch an den Rhein. Diese zeigten den Germanen auch gleich wie man Apfelbäume veredelte. So dass, durch Züchtung, Selektierung und Veredelung ständig neue Sorten entstanden oder alte Sorten weiterentwickelt wurden. Es wird geschätzt, dass es heute über 25.000 Apfelsorten in der Welt gibt.

Äpfel sind das beliebteste Obst in Deutschland, im Durchschnitt isst jeder Deutsche ca. 30 kg davon im Jahr. Die Sorten Gala, Braeburn und Jonagold gehören zu den beliebtesten Sorten. Äpfel sollte man am besten mit Schale verzehren, die meisten Vitamine sitzen nämlich direkt

Tomaten:

Tomaten kommen ursprünglich aus Südamerika, genauer gesagt, aus den Anden. Sie gelangten immer weiter in Richtung Norden, je weiter die Einwohner dort diese Richtung einschlugen.

Tomaten sind äußerst schmackhaft und dabei auch sehr gesund. Das verdanken sie einer Anzahl von Inhaltsstoffen, die dem Körper beim Verzehr zugutekommen.

- Tomaten sind sehr vitaminreich. Sie enthalten u.a. die Vitamine A, C und E sowie mehrere Vitamine der B-Serie. Diese unterstützen den Stoffwechsel sowie die Gesundheit der Haut und der Blutkörperchen. Auch die körpereigenen Abwehrkräfte werden durch die Vitamine gestärkt. Dies liegt besonders am hohen Vitamin-C-Gehalt der Früchte