



Produkte

Steinheimer Apfelsaft ist ein natürliches und gesundes Fitnessgetränk

"An apple a day keeps the doctor away (einen Apfel pro Tag und man kann sich den Doktor sparen)", sagt eine englische Volksweisheit.

Die wissenschaftlichen Ergebnisse bestätigen, dass Äpfel essen und Apfelsaft trinken gut für die Gesundheit ist, insbesondere bei Herz-Kreislauf-beschwerden, Übergewicht, Diabetes, Übersäuerung und vielem mehr.

Geschichte der Äpfel

Die „Apfelgeschichte“ könnte man ungeniert bei den Pfahlbauern beginnen. Relikte sind sogar bis in die Steinzeit nachgewiesen.

Schon 2.000 Jahren v. Chr. war der Apfel im Mittelmeerraum heimisch. Vermutet wird, dass die ersten Kultursorten im Kaukasus oder in Zentralasien gezüchtet wurden. In der Bibel wird berichtet, dass Adam verbotenerweise einen Apfel vom Baum der Erkenntnis stahl und dadurch aus dem Paradies verbannt wurde. Und dann gibt es noch die Geschichte, in welcher ein berühmter Schweizer Namens Tell mit der Armbrust auf einen Apfel schoss, welcher sich auf dem Kopf seines Sohnes Walter befand.

Der Adamsapfel ist nicht essbar, sondern ist am Kehlkopf der Männer anzutreffen. Im Lexikon "Brockhaus" ist nachzulesen, wie er erstanden ist. Gerade als Adam den ersten Biss vom Apfel nahm, rief eine Stimme: "Wo bist du?". Adam blieb der Biss im Halse stecken.

Verschiedene Ortschaften haben ihren Namen vom Apfel erhalten. z. B. Arbon hat den Namen vom Römer Arbor felix, was "glücklicher Baum" heißt. Das deutet darauf hin, dass schon zu Caesars Zeiten, wie später durch die Mönche, Obstbäume gepflegt wurden. Die Ortsbezeichnung Affoltern leitet sich von Affalter her, was ebenfalls Apfelbaum bedeutet. Auch Affalterbach verdankt seine Namensgebung dem Apfel.

Die Sortenvielfalt bei den Äpfeln ist riesengroß. Hunderte von Sorten entstanden über die Zeit, viele waren aber nur lokal oder regional bekannt. Heute existieren in Deutschland noch über 1.000 Sorten. Die meisten haben keine wirtschaftliche Bedeutung und verschwinden langsam aus den Gärten und von den Feldern. Auch in Steinheim gibt es mit dem von Richard Dorn entdeckten „Steinheimer“ eine Lokalsorte. Damit diese Sortenvielfalt nicht verloren geht, kümmert sich verschieden private und staatliche Institutionen um deren Erhaltung.

Inhaltsstoffe des Apfels

Äpfel enthalten im frischen Zustand zwischen 80% und 90% Wasser. Etwa 11% sind Kohlenhydrate, 2% Nahrungsfasern, 0,5%Fette, 0,5% organische Säuren, 0,3% Proteine, 0,35% Mineralstoffe. Die Kohlenhydrate bestehen hauptsächlich aus Fruchtzucker (Fructose). Sorbitol, ein so genannter Zuckeraustauschstoff, kommt in höheren Konzentrationen vor. Bei den Mineralstoffen schlägt der Kalium-Gehalt oben aus, bei den Vitaminen ist der Vitamin-C-Gehalt mit 12 mg pro 100 g hoch. Die Schale enthält mehr Vitamin C als das Fruchtfleisch und besonnte Teile mehr als schattenseitige. Auch Sorte, Reife, Anbaubedingungen und Lagerung beeinflussen den Gehalt. Andere wasserlösliche Vitamine wie Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Biotin,

KONTAKT



Folsäure und Pantothenensäure sowie die fettlöslichen Vitamine E, K und Carotinoide mit Provitamin-A-Wirkung sind enthalten. Äpfel sind eine wichtige Nahrungsfaserquelle (Ballaststoffe) und besitzen wertvolle phenolische Verbindungen.

Inhaltsstoffe des Apfelsaftes

Bei der Herstellung von Säften gehen die wasserlöslichen Inhaltsstoffe des Apfels (Zucker, Säuren, Aminosäuren, Vitamin C und Vitamine der B-Gruppen sowie ein Teil der Mineralstoffe und der phenolischen Verbindungen) und der Fruchtzucker (Fructose) praktisch vollständig in den Saft über, während die im Wasser nicht oder kaum löslichen Stoffe (z.B. Nahrungsfasern) mehr oder weniger im Pressrückstand bleiben. Die Verarbeitung, z.B. Wärmebehandlung, Klärung und Lagerung verändern die Inhaltsstoffe. Trübe und klare Säfte sind unterschiedlich in der Zusammensetzung, da bei der Klärung verschiedene Trübstoffe (Proteine, sekundäre Pflanzenstoffe, Nahrungsfasern) entfernt wurden. Die Mineralstoffe gehen je nach Wasserlöslichkeit unterschiedlich in den Saft über. Vitamin C reagiert gegenüber Sauerstoff, Licht oder Wärme sehr empfindlich. Die anderen wasserlöslichen Vitamine bleiben hingegen ziemlich stabil erhalten. Die Verluste der Phenole kann bis 80% betragen, weil sie in den Randschichten der Früchte gelagert sind.

Gesundheitsfördernde Wirkung

Obst hat eine mehrfach gesundheitsfördernde Wirkung. Das sagt seit alters her der Volksmund und wurde zwischenzeitlich durch verschiedene wissenschaftliche Studien bewiesen. Obst kann z. B. das Risiko von verschiedenen Krebs- und Kreislauferkrankungen verringern und das Auftreten von Arteriosklerose verringern.

Die Gründe sind bei den Nahrungsfasern (Ballaststoffen), Vitaminen, Mineralstoffen und den sekundären Pflanzeninhaltsstoffen (z. B. Phenole) zu finden. Der hohe Gehalt an Fructose bewirkt, dass der Blutzuckerspiegel, im Vergleich zu anderen Getränken mit ähnlichem Energiewert, unterdurchschnittlich ansteigt. Das ist wichtig bei Diabetes und Übergewicht. Dem hohen Gehalt an Kalium wird gar eine blutzuckersenkende Wirkung nachgesagt. Auch für Nerven und Muskeln ist Kalium sehr wichtig.

Apfel und Apfelsaft wirkt im Körper aufgrund des Gehaltes an Kalium, Calcium und Magnesium basisch. Das ist in der heutigen Zeit sehr wichtig, weil die moderne, eiweißreiche Ernährung häufig einen Säureüberschuss im Organismus bewirkt. Die Spurenelemente Mangan, Kupfer, Chrom und Molybdän sind überdurchschnittlich vorhanden. Zwei dl Apfelsaft können 20 bis 40% des Tagesbedarfes decken. Das Vitamin C kommt am Häufigsten vor. Es neutralisiert freie und damit für den Körper schädliche Radikale.

Fazit

Äpfel und Apfelsaft sind grundsätzlich gesund. Je besser die Anbau- und Produktionsqualität, desto gesünder das Endprodukt. Der Steinheimer Apfelsaft trüb und klar ist dabei als regionaler Direktsaft aus kontrolliertem Obst und kaum zu übertreffen.

Das Obst stammt ausschließlich aus naturnahem Streuobstanbau von Steinheimer Streuobstwiesen. Es handelt sich um einen Direktsaft, (Saft aus der Presse direkt in die Flasche, keine Verwendung von Saftkonzentrat), der mit minimalen Transportstrecken von der Fa. Schütz in Mundelsheim hergestellt und abgefüllt wird. Die Haltbarmachung erfolgt nur über leichtes, vitaminschonendes Erhitzen. Im Gegensatz zum naturtrüben Saft ist der klare Saft gefiltert. Welcher besser schmeckt ist eine Frage des persönlichen Empfindens. Beide enthalten wertvolle Mineralstoffe und Vitamine; im ungefilterten Saft befinden sich mehr sekundäre Pflanzenstoffe und er kann als "vegan" betrachtet werden. Regelmäßig werden Frucht-, Blatt- und Saftproben von einem Lebensmittellabor auf Inhaltsstoffe und Rückstände kontrolliert.

Damit kann der Steinheimer Apfelsaft auch nicht mit billigen Discountersäften verglichen werden, die oftmals aus Importsaftkonzentrat aus Asien hergestellt werden. Handelt es sich gar um Apfelfruchtsaftgetränke oder Apfelnektar wird der Anteil an Apfelsaft immer geringer. Dafür steigt der Anteil an Wasser und Geschmacksverstärkern in diesen Getränken. Werfen Sie einfach mal einen Blick auf die Inhaltsstoffangaben.

Verkaufsstellen

Getränkemarkt Kaufland
Steinbeisstraße, 71711 Steinheim

Getränke Hekel
Dorfweg 20, 71711 Murr
Telefon 07144/23440
info@getraenke-hekel.de

Getränkehandlung Apfelbach

Apfelbach Getränke GmbH
Kellersrain 7, 71723 Großbottwar
Telefon 07148/924842
info@apfelbach-getraenke.de
www.apfelbach-getraenke.de

Getränkehandlung Ebinger

Getränke Ebinger GmbH
Sonnenbergstraße 29, 71723 Großbottwar
Telefon 07148/5353
info@getraenke-ebinger.de
www.getraenke-ebinger.de

