



Foto: Obsthof Retter

Für Granatapfel pur aus dem Hause Obsthof Retter werden nur Fruchtperlen ausgewählter Bio-Granatäpfel aus Kulturen und Wildsammlungen verwendet.

Der Granatapfel gilt seit Jahrhunderten als Symbol der ewigen Jugend und der Fruchtbarkeit. Er wird auch „Apfel der Aphrodite“ genannt. Im Orient gilt er seit jeher als Symbol für die Unsterblichkeit. Im Alten Testament ist er das Sinnbild für die Lebensfülle. Die alten Chinesen sagten, dass der Granatapfelsaft Unsterblichkeit und Langlebigkeit bringt.

Gesundheitsaft des Jahrzehnts:

Symbol der ewigen Jugend

Die neue Getränkequalität am Beispiel Granatapfelsaft

Wer schon einmal einen Granatapfel gekauft hat, wird das mühselige Entkernen in Erinnerung behalten haben. Diese leckeren, mit Fruchtfleisch umgebenen Kerne werden von weißen, bitteren Fruchtwänden gehalten. Hinzu kommt der bittere Geschmack der Kerne selber. Aufgrund der Bitterstoffe lässt sich der Granatapfel nur schlecht im Ganzen auspressen. Dennoch gibt es einen ganz vorzüglichen, sehr gesunden Granatapfelsaft aus Österreich. Man muss nur wissen wie und wo!

Der Granatapfel ist eine der ältesten Kulturfrüchte der Menschheit. So wird die Pflanze bereits seit mehr als dreitausend Jahren im Orient angebaut. Jeder einzelne Kern ist von einem leuchtend roten, aromatischen Fruchtfleisch umhüllt, welches dem Granatapfel seinen unvergleichlichen Duft und Geschmack verleiht. In Europa erfreut sich der Granatapfel zunehmender Beliebtheit, nachdem er jahrzehntelang ein vernachlässigtes Dasein im Exotik-Fruchtregal fristete. Zwar lockt sein erfrischender, exotisch aromatischer Geschmack, aber sein Verzehr ist mit allerlei Mühe verbunden. Dies verwehrt der einzigartigen Frucht bisher die gebührende Popularität.

Granatapfel – der Jungbrunnen

Das Besondere am Granatapfel ist der einzigartige hohe Gehalt an Antioxidantien, den so genannten Radikalfängern, die der Zellalterung vorbeugen. So sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen,

Krebs und frühzeitiges Altern häufig eine Folge der Schädigung von Zellen mit freien Radikalen. Bei freien Radikalen handelt es sich um sehr reaktionsfreudige bzw. aggressive Teilchen, welche im Verlauf einer chemischen Reaktion oder durch physikalische Faktoren, wie z. B. durch UV-Strahlen, Zigarettenrauch oder Schwermetalle entstehen können. Da sie ihre Energie an andere Teilchen weitergeben und diese zu freien Radikalen machen, schädigen sie auf radikale Weise die Zellen. Da auch im Körper die Bekämpfung von Krankheitserregern mit freien Sauerstoffradikalen (Sauerstoff = lateinisch Oxygenium) erfolgt, spricht man oft von einem oxydativen Prozess. Ein Radikal-Fänger (z.B. ein Antioxidans) stoppt diese Reaktion, indem er die Energie aufnimmt, aber nicht weitergibt.

Um das Altern der Zellen zu verlangsamen, ist der Körper auf die Zuführung von antioxidativen Stoffen aus der Nahrung angewiesen. Bisher



Autorin:

Dr. Sylvia Pfaff,
Food Information
Service (FIS) Europe,
Bad Bentheim,
sylvia.pfaff@web.de

