

Apfel der Woche:



Pilot

feinsäuerlich-süß, spritzig-knackig
mit festem Fruchtfleisch

Der Pilot aus stammt aus Dresden Pillnitz, daher
auch die Buchstaben „Pi -“ im Namen
und ist eine Kreuzung zwischen der Apfelsorte Clivia und Undine.

Der Apfel ist eine Vitaminbombe. Er enthält ausgewogene Gehalte an allem Notwendigen. Das gilt auch für die Mineralstoffe und Spurenelemente. Viele der 30.000 bisher identifizierten sekundären Pflanzenstoffe finden sich im Apfel, darunter auch Phenole und Karotene.

Bestimmte Phenolverbindungen schützen vor Thrombosen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs, und hemmen Viren und Bakterien.

An den kleinen Erhebungen und Schorfstellen am Apfel sind besonders viele Phenole angereichert!

Die Karotinverbindungen bewahren die Haut vor UV-Schäden, reinigen die Arterien, kurbeln das Immunsystem an und schützen das Gewebe vor Krebs.

Der hohe Anteil Fruktose am Gesamtzuckergehalt wirkt als Konzentrationsstütze und sorgt zugleich für einen ausgewogenen Blutzuckerspiegel, was Voraussetzung für einen gleichmäßigen Schlaf ist.

Die Fruchtsäuren werden im Körper zu Basen umgebaut. Sie wirken der Übersäuerung des Gewebes entgegen. Die reichlich enthaltene Apfelsäure zerstört Ansammlungen von Harnsäure, welche bei Rheuma oder Gicht auftreten.

Äpfel, Apfelsaft und Apfelessig, regelmäßig genossen, wirken als effektive Vorbeugung zahlreicher Alltagsbeschwerden und Krankheiten.

**Der Pilot ist ein wetvoller Vitaminlieferant, sowie
ein leckerer Apfel für Kuchen und Saft.**

Viele Grüße Ihr Team vom Bioland Gemüsehof Hörz0711-7777501