

## *Aronia (Aronia melanocarpa) - Rosengewächs*

---



Die Aroniabeere ist ursprünglich in Nordamerika beheimatet und gelangte im 19. Jahrhundert nach Osteuropa, später zunächst nach Ostdeutschland und zunehmend auch in unsere Gärten.

Die Aroniabeere, auch Apfelbeere genannt, gehört als sogenanntes "Medical Food" zu den Lebensmitteln mit vorbeugenden gesundheitlichen Wirkungen und wird daher in vielen Ländern als Heilpflanze geschätzt. Aronia stärkt die Abwehrkräfte und wirkt sich positiv auf Blutdruck und Blutwerte aus. Sie ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, wirkt antibakteriell, antiviral, entzündungshemmend, zellschützend, entsäuernd, stoffwechsellanregend und schützt den Körper vor freien Radikalen, die als Verursacher verschiedenster Erkrankungen gelten. Dabei ist das antioxidative Potential der Aronia bis zu neunmal höher als das von Cranberrys, Heidelbeeren und Preiselbeeren, was sie zur "Anti-Aging"-Beere macht. Deshalb wird diese, aufgrund ihres Sorbitgehalts für Diabetiker optimal geeignete Frucht, auch als Vitalbeere bezeichnet. Die Beeren schmecken fein herb und säuerlich und bieten damit ein neuartiges Geschmackserlebnis.

Für Marmeladen verwenden wir Aroniabeeren aus dem eigenen Natur-Garten sowie Früchte von einer Bio-Plantage.

***Die Marmeladenmanufaktur Rucks - Selke***