



SONNENBERG-APOTHEKE

Cranberry (*Vaccinium macrocarpon*)

Familie: Heidekrautgewächse (Ericaceae)
Gattung der Heidelbeeren

Inhaltsstoffe: Gerbstoffe (Proanthocyanidine)
Vitamin C (Ascorbinsäure)
Antioxidantien

Herkunft: Nordamerika



Geschichte:

Schon die Indianer schätzten die Frucht, die sie „Ibimi“ oder „Sassamanesh“ nannten. Sie verwendeten Cranberry-Umschläge zum Entfernen von Gift aus Pfeilwunden und wuschen die Wunden mit Cranberry-Saft aus. Die Pilgram-Fathers, die 1620 nach Neuengland kamen, übernahmen das Wissen der Indianer. Die Blüten der Pflanze erinnerten die Einwanderer an den Kopf eines Kranichs. Daher nannten sie die Frucht „Crane Berry“, was später zu Cranberry zusammengefasst wurde.

Beschreibung:



Die Cranberry ist ein am Boden kriechender Strauch mit bis zu 1m langen Wurzeln und Ranken. Er gedeiht auf sauren Böden in einem pH-Bereich zwischen 4 und 5. Die Sträucher wachsen am besten in Torf- u. Moorgegenden, die gut durchfeuchtet sind und dann mit einer Sandschicht bedeckt werden. Dadurch werden die Früchte größer und saftiger. Die Blüten sind rosa -weiß mit seitlichen Blütenständen und weit zurückgezogenen Blütenblättern. Daher erwecken sie einen schnabelartigen Eindruck. Die Frucht ist kirsch- bis olivengroß und eiförmig. Die reifen Früchte sind je nach Sorte rot bis schwarz.

Sorten:

Über 100 Cranberry-Sorten sind bekannt. Die meisten Auslesen aus Wildvorkommen haben den Namen des Farmers erhalten, der sie selektiert hat. Die im Anbau bedeutendsten Sorten sind die „Großen Vier“. Sie heißen Early Black, Howers, Mc Farlins und Searles.

Early Black:

- am häufigsten angebaute Frühsorte
- Reife Anfang September
- wegen der dunklen Farbe für die Herstellung von Saft und Kompott gut geeignet

Howers:

- Reife im Oktober
- gut geeignet für die Verwertung als Saft

- Mc Farlin: - Reife Mitte Oktober
 - Beeren sind fest, haltbar, ertragreich und haben gute Qualität
- Searles: - besitzt höchsten Gehalt an Vitamin C
 - Reife in der zweiten Septemberhälfte
 - sehr ertragreich, lagerfähig und von guter Qualität

Ernte: Die Ernte erfolgt nach zwei verschiedenen Methoden.



Trockenernte: Bei der trockenen Ernte werden Maschinen benutzt, die die Beeren mit rotierenden Rechen von den Stielen pflücken. Die gesammelten Beeren fallen auf ein Förderband. Diese Beeren werden als frische Cranberries verkauft.

Naßernte: Bei der Naßernte werden die Felder bis zu einer Höhe von 45 cm geflutet. Eine Vorrichtung auf einer Plattform erzeugt einen Wasserstrudel, der die Beeren löst. Durch vier in der Cranberry vorhandene Luftkammern werden die Beeren an die

Wasseroberfläche getrieben und in Behälter abgesaugt. Diese Beeren werden ausschließlich zu Saucen und Säften verarbeitet.

Anwendung:

Cranberrysaft schützt vor Harnwegsinfekten, sogar z.T vor solchen, die von antibiotikaresistenten Bakterien verursacht werden.

Die spezifische Wirkstoffverbindung aus verdichtetem Tannin, auch Proanthocyanidin genannt, verhindert das Andocken von Bakterien an den Wänden des Harnwegtraktes und somit die Ursache schmerzhafter Infektionen.

In einer Studie über den Einfluss von Cranberry-Saft auf das Wachstum von Brustkrebszellen bei Tieren wurde festgestellt, dass beim regelmäßigen Verzehr von Cranberry-Saft die Entwicklung von Brustkrebs eingeschränkt wird. Es entwickelte sich eine signifikant geringere Anzahl tastbarer Brusttumore im Vergleich zur Kontrollgruppe.

Verzehrempfehlung: 2 x tägl. 1 Glas (250 ml) Saft



Fotos: <http://cranberries.de/>



Sonnenberg-Apotheke Chemnitz

Fürstenstraße 55, 09130 Chemnitz

Tel. 0371 4021 211, Fax: 0371 4021 222

<http://www.sonnenberg-apotheke.de>, Email: Mitarbeiter@Sonnenberg-Apotheke.de