



Medien-Information

Frei zur sofortigen Veröffentlichung

(Dies Medien-Information ist auf www.thurgauerbeeren.ch/medien digital erhältlich).

Thurgauer Erdbeeren: Frisch und aromatisch dank kurzen Transportwegen.

Die Ernte für Thurgauer Erdbeeren läuft auf Hochtouren. In diesen Tagen wird in über 100 Familienbetrieben am Bodensee dafür gesorgt, dass die Beeren erntefrisch und mit vollem Geschmack rasch zum Konsumenten kommen.

Heute gepflückt – morgen am Verkaufspunkt.

Die schmackhaftesten Sorten haben oft eine kürzere Haltbarkeit, als Beeren, die lange Transportwege aushalten müssen. Die Früchte sind weicher und können in Vollreife gepflückt werden: Heute geerntet – morgen in Ihrem Geschäft, meistens innert 24 Stunden nach der Ernte.

100% Handarbeit.

Das Pflücken der Erdbeeren braucht viel Fingerspitzengefühl und erfolgt vollständig von Hand. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden entsprechend geschult, auch dass ein hoher hygienischer Standard eingehalten werden kann.

Erdbeeren nicht waschen!

Erdbeeren sollen nicht gewaschen werden, da sie sonst den Geschmack einbüßen können. Der frische Konsum ist unbedenklich.

Frischprodukt: Rasch geniessen.

Erdbeeren sollten so frisch als möglich genossen werden, am besten am gleichen Tag. Im Kühlschrank halten sie 2 – 3 Tage. Wichtig ist, dass die Beeren vor dem Konsumieren immer Zimmertemperatur haben, Kälte schadet dem Aroma.

Informationen

BBZ Arenenberg

Michael Mannale

8268 Salenstein

michael.mannale@tg.ch

Tel. 058 345 85 13

Erdbeeren zur Vorbeugung gegen Brustkrebs?

In der Medizin sucht man weiterhin nach neuen Möglichkeiten, Krebs zu besiegen. Nun untersuchten Forscher, wie Erdbeer-Extrakt sich auf Brustkrebs auswirken könnte.

Italienische Forscher haben untersucht, inwieweit sich Erdbeeren auf Tumorzellen von Brustkrebs auswirken können. In den letzten Jahrzehnten wurde zunehmend die Bedeutung sekundärer Pflanzenstoffe, die den programmierten Zelltod regulieren können, für den Einsatz gegen Krebs analysiert. Vor allem, wer viel Obst und Gemüse isst, reduziert dadurch sein Risiko, an neurodegenerativen oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Übergewicht, Haut- und Infektionskrankheiten sowie Krebs zu erkranken.

Warum die Erdbeere als Waffe gegen Brustkrebs erforscht wurde.

Durch die bereits bekannten wissenschaftlichen Erkenntnisse, dass Obst und Gemüse besonders positiv die Gesundheit beeinflusst, haben sich die Forscher aus Italien einer bestimmten Frucht, der Erdbeere, und ihrer Auswirkung auf Brustkrebs beschäftigt.

Sie wählten die Erdbeere, weil diese im Vergleich zu anderem Obst viel Folsäure, Vitamin C und verschiedene sekundäre Pflanzenstoffe enthalten. Zudem sind sie reich an Antioxidantien wie Phenole und Tannine. Weil die Auswirkungen von Erdbeeren auf Krebsprävention bisher nicht völlig analysiert worden sind, haben die Forscher ihren Fokus nun auf die sekundären Pflanzenstoffe gelegt. Ihre Studie ist im Fachblatt "Scientific Reports" veröffentlicht worden ("Polyphenol-rich strawberry extract (PRSE) shows in vitro and in vivo biological activity against invasive breast cancer cells").

Extrakt aus der Erdbeere behindert das Wachstum von Krebszellen.

Vor dieser Studie existierten kaum Untersuchungen über die Anti-Krebs-Effekte von Erdbeeren gerade auf Brustkrebs. Dabei ist Brustkrebs die Art von Krebs, die weltweit die meisten Frauen betrifft und zudem die zweithäufigste zum Tod führende Krebserkrankung bei Frauen in Industriestaaten. Die Forscher beobachteten in ihrer Studie die Auswirkungen von "Alba" Erdbeer-Extrakt auf Brustkrebs unter Einbezug eines zellulären Modells.

Vitamin C, Folsäure, Antioxidantien.

Die Erdbeere enthält Vitamin C, Folsäure, viele Antioxidantien und Pflanzenstoffe, die bereits in vergangenen Untersuchungen zur Krebsprävention anerkannt wurden. Wichtiger Punkt: Insgesamt trägt der Konsum von viel Obst und Gemüse dazu bei, seltener an beispielsweise Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Infektionen oder Hautkrankheiten und letztlich auch an Krebs zu erkranken.

Innerhalb der Erdbeer-Forschung fanden die Wissenschaftler heraus, dass die Erdbeere einen Extrakt mit dem Namen „Alba“ enthält, der die Lebensfähigkeit von unterschiedlichen Zellen verhindern soll. In einem Vergleich zwischen normalen Zellen und Krebszellen, die sie von Mäusen und Menschen gewannen, fanden die Forscher heraus, dass der Stoff „Alba“ am stärksten gegen die Brustkrebs-Zellen vorging und diese regelrecht angriff. Der Rückschluss: Die italienischen Forscher gehen davon aus, dass die Erdbeere sowohl bei der Vorbeugung als auch bei Behandlungen wirksam ist.

15 Erdbeeren täglich.

Um den bestmöglichen Vorbeugungseffekt zu erreichen und von den Antioxidantien zu profitieren, empfehlen Forscher des Institutes FECYT (Fundacion Espanola para la Ciencia y la Tecnologia)

Quellen: <https://www.nature.com/articles/srep30917>

Schneller Erdbeerkuchen mit Quark



Für ca. 8 Stücke

1 Backblech von 26-28 cm Ø

- Butter und Paniermehl für das Blech
- 1 rund ausgewallter Butterblätter- oder Butterkuchenteig

Belag:

- 400 g Magerquark
- 1,5 dl Halbrahm
- 2 Eier
- 75 g Zucker
- ½ Orange, abgeriebene Schale und 2 EL Saft
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Maisstärke
- ca. 750 g Erdbeeren (ungewaschen), Stielansatz weggeschnitten
- 250-300 g Erdbeergelee, erwärmt
- Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

Zubereiten: 30 Minuten

Koch-/Backzeit: 30 Minuten

Auf dem Tisch in 60 Minuten

Teig im vorbereiteten Blech auslegen, mit einer Gabel einstechen, kühl stellen.

Belag: Alle Zutaten bis und mit Zitronensaft verrühren. Maisstärke dazusieben, darunterrühren. Auf den Teig giessen.

Auf der untersten Rille des auf 200 °C vorgeheizten Ofens 30-35 Minuten backen.

Herausnehmen, auskühlen lassen. Erdbeeren darauf verteilen, mit Erdbeergelee bestreichen. Mit Puderzucker bestäuben.