

ARONIA – die Vitaminbeere



Herkunft

Von Nordamerika gelangten die Sträucher zunächst nach Russland, wo die Heilwirkung der Beeren erkannt wurde. Von dort kamen sie nach Deutschland, wo Aronias vor allem in ostdeutschen Bundesländern und in Süddeutschland plantagenmäßig angebaut werden.

Verwendung

Die Indianer in Nordamerika verwendeten Aronia bereits als Medizin, nutzten getrocknete Beeren aber auch als Wintervorräte.

Nach der Ernte im August werden die Beeren hauptsächlich zu Saft verarbeitet, aber es sind auch getrocknete Beeren und Aroniapulver im Handel erhältlich.

Eigenschaften

Bisweilen als »Wunderbeere« oder »Superfood« beworben, soll Aronia tatsächlich vielfältige Wirkungen im gesundheitlichen Bereich besitzen, z. B. bei Herz-Kreislauf Problemen, vor allem aber als Lieferant von Antioxidantien (gegen Bildung von Krebszellen). Hier steht Aronia im Vergleich zu anderen Bewerbern ganz oben auf der Skala.

Geschmacksache

Aroniabeeren sind ziemlich sauer und machen einen pelzigen Geschmack auf der Zunge (adstringierend). Auch der aus ihnen gepresste Saft behält diesen Geschmack. Er wird deshalb auch nicht als leckerer Fruchtsaft, sondern als »Medizin« getrunken – und da nimmt man den Geschmack in Kauf. Um diesen Geschmack zu verbessern, kann man den Saft verdünnen oder mit anderen Säften mischen. Man kann den Saft aber auch mit anderen Aromen tarnen und dann z. B. zu Gelee oder Kompott verarbeiten. Beeren können in Kuchen oder Muffins verbacken werden, Rezepte findet man im Internet ...

Aronia im Garten

Gartenbesitzer können einen Strauch im Garten pflanzen. Er wird 2-3 Meter hoch und ist anspruchslos in der Pflege. Zudem ist er trockentolerant – sicherlich nicht unwichtig bei der gegenwärtigen Klimasituation.

Für uns gibt es die Beeren – wenn wir schneller sind als die Amseln. Die Blüten im Frühjahr erfreuen unser Auge und die Bienen und Hummeln...

Selbstverständlich wachsen auch hier im Botanischen Garten Aroniasträucher.

Wo? Fragen Sie doch einfach nach!



Freunde und Förderer des
Botanischen Gartens Rombergpark e.V.
www.freundeskreis-botanischer-garten-rombergpark.org

