

## Deutsche Äpfel: Auch für Klima und Umwelt die bessere Wahl

(GMH) Äpfel aus regionalem Anbau punkten nicht nur in Sachen Frische und Geschmack. Sie haben auch unter Umwelt- und Klimaaspekten die Nase vorn. Das belegt eine aktuelle Studie des Instituts für Energie- und Umweltforschung Heidelberg (ifeu).



Bildnachweis: GMH

**Bildunterschrift:** Äpfel aus deutschem Anbau sind nicht nur lecker und gesund. Sie sind auch deutlich besser fürs Klima als importierte Ware. Das belegt eine aktuelle Studie des ifeu-Instituts. (Bildnachweis: GMH)

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

[https://www.gruenes-medienhaus.de/download/2020/10/GMH\\_2020\\_41\\_01.jpg](https://www.gruenes-medienhaus.de/download/2020/10/GMH_2020_41_01.jpg)

Die Forscherinnen und Forscher haben unter anderem den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck von Äpfeln untersucht – und zwar von der Erzeugung bis zur Ladentheke. Das heißt: Wie viel Kohlendioxid fällt pro Kilogramm Äpfel an, bis diese im nächsten Supermarkt verkauft werden. Kohlendioxid ist ein Gas, das wesentlich zum Klimawandel beiträgt –

je weniger davon entsteht, umso besser ist dies für Klima und Umwelt.

### **Studie zeigt Vorteile heimischer Äpfel selbst nach Lagerung**

Es dürfte nicht überraschen, dass ein Apfel, der hierzulande im September oder Oktober frisch vom Baum gepflückt und direkt im Laden verkauft wird, deutlich weniger CO<sub>2</sub> erzeugt, als ein Apfel, der über viele Tausend Kilometer transportiert werden musste. Doch wie sieht es im Frühjahr aus? Heimische Äpfel, die im Herbst geerntet, aber erst im April verkauft werden, müssen in der Zwischenzeit in Kühlhäusern gelagert werden. Für die Kühlung benötigt man Energie und für deren Erzeugung fällt wiederum CO<sub>2</sub> an.

Wie die ifeu-Studie zeigen konnte, haben deutsche Äpfel aber auch hier die Nase vorn! Zwar liegt der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck von einem Kilo heimischen Äpfeln im April mit 0,4 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalent etwas höher als der von deutschen Äpfeln im Herbst (0,3 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalent). Sie erzeugen aber nur halb so viel CO<sub>2</sub> wie Äpfel, die aus Neuseeland importiert werden. Diese werden im Frühjahr auf der Südhalbkugel zwar frisch geerntet, dann aber unter enormem Energieaufwand mit Kühlschiffen über extrem weite Strecken hierher transportiert. Somit kommt ein Kilogramm Neuseeland-Äpfel an der deutschen Ladentheke auf 0,8 kg CO<sub>2</sub>-Äquivalent.

### **Daumen hoch für regionale Früchte**

Das heißt für Verbraucherinnen und Verbraucher: Mit Äpfeln aus deutschem Anbau ist man ökologisch immer auf der richtigen Seite, ob im Herbst oder im Frühjahr. Denn wer Äpfel aus der Region importierten Äpfeln vorzieht, reduziert seinen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck definitiv und schützt damit Klima- und Umwelt. Gleichzeitig unterstützt man die regionalen Obsterzeugerinnen und -erzeuger. Sie sorgen mit ihren aromatischen, vitaminreichen Früchten nicht nur für unsere Gesundheit. Mit den Apfelanlagen fördern sie zusätzlich die biologische Vielfalt, da

viele Insektenarten, Vögel und Kleinsäuger hier Nahrung und Lebensraum finden.

-----

[Kastenelement]

### **Roh und mit Schale sind Äpfel am vitaminreichsten**

In Äpfeln stecken viele Vitamine. Auch Vitamin C ist in ihnen reichlich vorhanden. Vitamin C beugt Erkältungskrankheiten vor und ist daher gerade jetzt in der beginnenden Herbstzeit sehr wichtig. Neben Vitaminen enthalten Äpfel aber auch reichlich Mineralstoffe wie Magnesium und Eisen, sowie wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe.

Bis zu 70 Prozent der Vitamine und viele der anderen gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe stecken in oder kurz unterhalb der Schale. Daher sollten Äpfel, wenn möglich, frisch, roh und mit Schale verzehrt werden. Wer Äpfel verarbeiten und dabei besonders vitaminschonend vorgehen möchte, sollte sie nach Möglichkeit immer mit Schale verarbeiten. Grundsätzlich gilt: Dünsten und Dämpfen ist vitaminschonender als Braten und Kochen.

Weitere aktuelle Informationen und viele wertvolle Tipps zu deutschem Obst finden Sie unter <https://regional-kli-manneutral.info> sowie auf Facebook unter: <https://www.facebook.com/ObstausDeutschland> und auf Instagram unter: <https://www.instagram.com/obstausdeutschland/?hl=de>.