



# Apfelsorten aus dem Taunus

## Elstar

**Der Elstar ist eine Kreuzung aus Golden Delicious und Ingrid Marie.**

**Kennzeichen:** Diese weit verbreitete Apfelsorte ist 1955 in den Niederlanden am Institut für gärtnerische Pflanzenzüchtung in Wageningen gezüchtet und 1972 ins Zuchtbuch eingetragen worden. Die Früchte sind mittelgroß und flachrund. Der Elstar ist nur für erfahrene Anbauer geeignet.

**Saison:** Ab Mitte September sind die Früchte erntereif. Bei Überlagerung wird er welk und mürbe.

**Verwendung:** Geschmacklich bietet er ein fruchtiges feinsäuerliches Aroma, deshalb ist der Elstar

besonders zum Frischverzehr geeignet. Der Apfel besteht zu 85 % aus Wasser. Er hat einen hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalt und eine heilende Wirkung. Der regelmäßige Verzehr senkt das Risiko an Herz- und Gefäß-erkrankungen, Asthma und Lungenfunktionsstörungen, Diabetes mellitus und Krebs.

**Übrigens:** Wussten Sie, dass Sie Apfelbrei oder –kompott schnell selber herstellen können? Besonders ältere Äpfel eignen sich. Äpfel schälen kurz mit Apfelsaft aufkochen und mit dem Pürierstab zerkleinern.

Alles auf einen Blick:  
Land-Partie.de

