



PRESSEMITTEILUNG

Juni 2005

Schweizer Kirschen sind reif

Kirschen: Gesunder Genuss

Rotschwarz, prall und süss: Endlich ist Kirschenzeit! Das unbeständige frisch-feuchte Wetter hat zwar zu einer Verzögerung der Reifezeit, dafür aber zu reich behangenen Bäumen geführt. Kirschenliebhaber dürften deshalb dieses Jahr voll auf ihre Kosten kommen. Anfang Juli werden die ersten Früchte der dunklen Versuchung reif werden, die Haupternte wird von Mitte bis Ende Juli erwartet.

In den letzten Jahren hat sich der Kirschenanbau in der Schweiz stark verändert: Angebaut werden grossfruchtige, knackige Sorten in Niederstammanlagen, die während der Reifezeit mit Plastik vor dem Regen geschützt sind. Die Früchte können so bei jedem Wetter geerntet werden und bleiben gesund. Die attraktiven, grossen Kirschen werden in den Läden unter der Bezeichnung Premium (ganz gross) und Extra (gross) verkauft. Daneben sind weiterhin auch ansprechende Kirschen der Klasse 1 erhältlich, die mehrheitlich von Hoch- und Mittelstammbäumen stammen. Herr und Frau Schweizer lieben die dunkle Verführung in jeder Form: rund zwei Kilo Kirschen essen sie pro Kopf und Jahr. Jede zweite Kirsche stammt aus der Nordwestschweiz, dem Chriesigebiet der Schweiz.

Kirschen sind nicht nur ein idealer sommerleichter Snack, sondern enthalten auch viele wichtige Vitamine und Mineralstoffe. Bereits die alten Römer schätzten die zahlreichen gesundheitsfördernden Eigenschaften der Kirschen. Neben sekundären Pflanzenstoffen enthalten Kirschen Vitamin C und Folsäure, die Mineralstoffe Kalium, Kalzium, Magnesium, Eisen und Phosphor sowie Kieselsäure und Pektin. Die enthaltenen Mineralstoffe sind besonders für Kinder günstig, da sie den Knochen- und Zahnaufbau unterstützen. Mit ihrem geringen Kaloriengehalt von 60 Kilokalorien pro 100 Gramm sind Kirschen zudem ein optimales Schlankmacherobst.

Für weitere Informationen:

Jimmy Mariéthoz, Schweizerischer Obstverband

Tel. 041 728 68 80, E-Mail: jimmy.mariethoz@swissfruit.ch