

Zucker die Früchte enthalten, desto tiefer kann die Temperatur sein. Wird dies nicht beachtet, treten Lagerschäden wie Fleisch- oder Schalenbräune auf. Die Einlagerung erfolgt in Kühllagern oder in CA-Lagern (Controlled Atmosphere), das sind Lagerräume, in denen neben Temperatur und Luftfeuchtigkeit die Zusammensetzung der Luft, das heißt ihr Gehalt an Sauerstoff und Kohlendioxid, kontrolliert beziehungsweise reguliert wird. Äpfel, die ausgelagert werden, sollten innerhalb von 14 Tagen verbraucht werden, da sie nach der Kühlung den Reife- und Alterungsprozess beschleunigt fortsetzen.

Im Haushalt können Äpfel im Gemüsefach des Kühlschranks oder in einem kühlen, frostfreien Raum (Keller oder Garage) gelagert werden. Da Äpfel das Reifehormon Ethen (Ethylen) abgeben und dadurch bei anderen Früchten und Gemüsen den Reife- und Alterungsprozess anstoßen, sollten sie möglichst separat gelagert werden. Blattgemüse, Schnittblumen und Topfpflanzen welken unter Einfluss von Ethen, Möhren werden bitter.

Die Schale von Äpfeln darf nach der Ernte mit Zusatzstoffen behandelt werden. Dies muss durch die Angabe „gewachst“ gekennzeichnet werden. Der Verzehr der Schale ist gesundheitlich unbedenklich. Äpfel aus Deutschland werden grundsätzlich nicht gewachst.

## Qualität

### Reife

Äpfel müssen genügend reif sein. Die Grundfarbe der Schale sollte nicht mehr grün (Ausnahmen z. B. Granny Smith, Nicogreen-Greenstar®) sein und bei zweifarbigen Sorten sollte die Deckfarbe leuchtend rot sein. Das Fruchtfleisch ist fein in der Textur, knackig, saftig und aromatisch.



### Geschmack

Der Geschmack wird wesentlich von der Sorte und der Ausbildung der einzelnen Frucht bestimmt. Die optimale Ausstattung mit Inhalts- und damit Geschmacksstoffen haben nur gut entwickelte und gut ausgefärbte Äpfel.

### Frische

Äpfel behalten aufgrund ihrer natürlichen Schalenbeschaffenheit lange ihre Frische. Überreife Früchte sind weich, mürbe oder mehlig und schmecken fade, da die Fruchtsäuren abgebaut sind. Die Schale beginnt zu schrumpeln.

### Keine Beschädigungen

Äpfel müssen während Ernte, Aufbereitung und Transport sehr schonend behandelt werden. Beschädigungen bieten Eintrittspforten für Fäulniserreger und die Äpfel altern schneller, wenn ein Heilungsprozess angestoßen wird. Beschädigte Früchte sollten rasch verzehrt werden, die Schadstellen können großzügig herausgeschnitten werden.

### Keine inneren Mängel

Früchte, die von außen nur schwer zu erkennende Mängel wie Stippigkeit, starke Glasigkeit oder Fleischbräune aufweisen, sind zum Verzehr nicht geeignet und können reklamiert werden.

## Äpfel – in Kürze

- Der Deutschen liebstes Obst.
- Hauptlieferländer: Deutschland, Italien, Polen, Niederlande, Frankreich, Chile, Belgien, Neuseeland, Südafrika, Österreich.
- Wichtige Inhaltsstoffe: Kalium, Calcium, Magnesium, Vitamine, Ballaststoffe.
- Kalorienarmer Energiespender.
- Von der Natur umweltfreundlich verpackt – die wertvolle Apfelschale zum Mitessen.
- Einkaufstipps: frisch, reif, gut ausgefärbt, unbeschädigt.
- Lieblingssorte(n) herausfinden und nachfragen.
- Lagerung: im Kühlschrank oder Zimmer; nicht in der Nähe von Gemüse, Schnittblumen oder Topfpflanzen.

## Impressum

### Herausgeberin

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung  
Präsidentin: Dr. Margareta Büning-Fesel  
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn  
Telefon: 0228 6845-0  
www.ble.de | www.landwirtschaft.de



### Redaktion

Marlene Prinz, Referat 623, BZL in der BLE  
Autor: Hans-Georg Levin

### Kontakt

E-Mail: info@ble-medien-service.de  
www.ble-medien-service.de



**Druck:** Kern GmbH, In der Kolling 120, 66450 Bexbach

**Bildnachweis:** jeweils © BLE

**Stand:** Mai 2024

**Art.-Nr.** 0102

# Äpfel

## Produktinformation







Sorte Delcorf-Delbarestivale®

## Herkunft

Der Apfel (*Malus domestica*) gehört zur Familie der Rosengewächse (*Rosaceae*) und stammt aus den Gebirgsregionen Westchinas. Er ist die Hauptobstart in den gemäßigten Klimazonen. Mit einer Weltproduktion von 95,8 Millionen Tonnen rangiert der Apfel nach Obstbananen auf Platz zwei vor den Orangen. Die bedeutendsten Erzeugerländer sind China (50 Prozent der Weltproduktion), die Türkei, die USA, Polen, Indien, Italien, die Russische Föderation, der Iran, Frankreich, Chile, Usbekistan, Südafrika, die Ukraine, Deutschland, Brasilien, Ägypten und Marokko (FAO, 2022).

## Lieferländer

Der Apfel ist das in Deutschland beliebteste Obst. Der Pro-Kopf-Verbrauch (inklusive Verarbeitungserzeugnisse) betrug 2022/23 laut Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (BZL) 20,0 Kilogramm. Die Hauptanbaugebiete der heimischen Erzeugung sind: Bodenseeregion, Altes Land, Borthen, Rheinland, Werder. In den Monaten September bis Mai wird das Angebot an deutschen Äpfeln vor allem aus Italien, Polen, den Niederlanden, Frankreich, Belgien, Österreich und Spanien ergänzt. Im Frühjahr und in den Sommermonaten liefern Chile, Neuseeland, Südafrika, Argentinien und Brasilien neuerntige Ware (Destatis, 2022).

## Vielfalt

Die Sortenvielfalt ist bei einem Obst, das wie der Apfel weltweit angebaut wird, sehr groß. Derzeit gibt es über 20.000 Sorten und die Züchter sind weiterhin aktiv und erfolgreich. Viele alte Sorten werden in Hausgärten und Genbanken gepflegt, um ihre besonderen Eigenschaften zu erhalten. Im Erwerbsanbau sind in Deutschland etwa 30 Sorten mengenmäßig von Bedeutung.

Die Apfelsorten lassen sich grob in vier Geschmacksgruppen einteilen:

- **säuerliche Sorten**  
Beispiele: Boskoop, Glockenapfel, Ingrid Marie, Kanadarenette, Klarapfel.
- **süß-säuerliche Sorten**  
Beispiele: Braeburn, Delcorf-Delbarestivale®, Granny Smith, Idared, Jonagold, Milwa-Junami®, Minneiska-SweeTango®, Nicoter-Kanzi®, Pinova, RoHo 3615-Evelina®, Sommerregent, Summerred, Topaz.
- **süße Sorten**  
Beispiele: Cripps Pink-Pink Lady®, Gala, Golden Delicious, Fuji, Red Delicious, Scifresh-Jazz®, Scilate-Envy®, Shinano Gold-Yello®.



Sorte Pia 41



Sorte Nicogreen-Greenstar®

### ■ aromatische Sorten

Beispiele: Alkmene, Berlepsch, Cox Orange, Discovery, Elstar, Fresco-Wellant®, Goldparmäne, Gravensteiner, Holsteiner Cox, Jamba, James Grieve, Pia 41, Rafzubin-Rubinette®.

Erst seit kurzem sind auch rotfleischige Apfelsorten im Handel, die einen süß-säuerlichen, teilweise leicht herben Geschmack und ein mehr oder weniger starkes Beerensaroma aufweisen, wie Luresweet-Redlove®-Odysso®, R201-Kissabel® Rouge, RS-1-Red Moon®, Y102-Kissabel® Jaune.

## Inhaltsstoffe

Das kleine, runde, kalorienarme Obst leistet einen enormen Beitrag zu Fitness und gesunder Ernährung. Ein mittelgroßer Apfel mit circa 52 Kilokalorien pro 100 Gramm sättigt nicht nur, sondern liefert auch etwa zwei Prozent des täglichen Energiebedarfs. Der Apfel ist – insbesondere unter der Schale – sehr gut mit Mineralstoffen und Vitaminen (Provitamin A, Vitamine des B-Komplexes, C, E, Niacin, Folsäure) ausgestattet. Mit durchschnittlich 12 Milligramm pro 100 Gramm zählen Äpfel nicht zu den Vitamin-C-reichen Obstarten, es gibt aber Sorten mit höheren Gehalten (wie Berlepsch, Braeburn, Ontario, Pilot). Äpfel enthalten außerdem Ballaststoffe und verschiedene sekundäre Pflanzenstoffe, die einen wichtigen Beitrag für Vitalität und Wohlbefinden leisten.

Manche Menschen reagieren beim Apfelverzehr allergisch. Dafür sind bestimmte Eiweiße (Hauptallergen: Mal d 1) in und unter der Schale verantwortlich. Sorten mit hohen Polyphenolgehalten, die das Apfelallergen inaktivieren, wie zum Beispiel Alkmene, Bay 4069-Gräfin Goldach®, Goldparmäne, Berlepsch, Roter Boskoop, Elise oder Santana, werden dagegen von manchen Betroffenen vertragen.

## Ernte

Der Apfel ist eine Frucht, die nach der Ernte weiterreifen kann, sofern sie zum Zeitpunkt der Ernte ihre sortentypische Größe erreicht und ihre physiologische Entwicklung abgeschlossen hat. Der Erntezeitpunkt richtet sich nach dem Verwendungszweck. Die Pflückreife für Äpfel, die länger gelagert werden sollen, liegt früher als für Äpfel, die für die sofortige Vermarktung bestimmt sind und genussreif geerntet werden. Sommersorten, wie der Klarapfel, sind nicht für eine längere Lagerung geeignet.

## Lagerung

Nur gesunde Äpfel ohne größere Mängel sind für eine Lagerung über einen längeren Zeitraum geeignet. In Abhängigkeit von der Sorte betragen die Lagerungstemperaturen 1 bis 4 Grad Celsius. Je mehr



Sorte Santana