Presseinformation

9. Februar 2012

Vitaminbomben „Made in Niederösterreich"

Pernkopf: Regionale Produkte wieder ins Bewusstsein rücken

Angesichts der gegenwärtigen Kältewelle und der Tatsache, dass aktuell viele Menschen gesundheitlich angeschlagen sind und mit Schnupfenviren, Halsschmerzen oder beispielsweise auch Fieberblasen zu kämpfen haben, erinnert Landesrat Dr. Stephan Pernkopf daran, dass heimisches Obst und Gemüse auch in der kalten Jahreszeit wichtige Vitamine liefert. „Erdäpfel, Kraut und Rüben sind wahre Vitaminbomben, besonders wenn sie ‚Made in Niederösterreich\' sind. Der Wert dieses klimafreundlichen Wintergemüses für die Gesundheit wird leider oft unterschätzt, aber die Initiative ‚So Schmeckt Niederösterreich\' rückt die Bedeutung unserer regionalen Produkte wieder ins Bewusstsein", so der Landesrat.

Ernährungsexpertin Petra Nemec von der NÖ Energie- und Umweltagentur hält dazu fest: „Die heimischen Wurzel- und Kohlgemüsearten können problemlos mit der Importware mithalten. Beim Nährstoffgehalt sind sie den ‚Exoten\' sogar weit voraus. Im Gegensatz zum handelsüblichen Gewächshaus- und Importgemüse, das unreif geerntet wird und oft tausende Transportkilometer hinter sich gebracht hat, sind die regionalen, der Jahreszeit entsprechenden Gemüsearten voll gepackt mit Vitaminen und Mineralstoffen. Unser Rezepttipp für die kalten Wintertage ist die Krautsuppe."

Zu den Top-Vitaminspendern aus heimischen Gärten und Feldern gehören aber auch Ribiselsaft als Alternative zum Orangensaft, Grünkohl, der doppelt soviel Vitamin C wie Zitrusfrüchte enthält, Kohlsprossen und Broccoli als Lieferanten für Vitamin K bzw. Folsäure, die den Körper mit reichlich Kalzium, Kalium und Eisen versorgen, sowie Rettich und Karotten, die zahlreiche sekundären Pflanzenstoffe enthalten, die sich nicht nur positiv auf die Gesundheit auswirken, sondern auch für Farbe, Geruch, Geschmack und Schärfe der Wintergemüsearten verantwortlich sind.

Nähere Informationen: Büro LR Pernkopf, Mag. Markus Habermann, Telefon 02742/9005-15473, e-mail markus.habermann@noel.gv.at.

E-Mail: presse@noel.gv.at