

# Pressemitteilung

Nürnberg, den 03.03.2008

## **Cranberry – Kleine Frucht mit großen Kräften**

### **Cranberry – die gesunde Abwechslung zu Gemüse und Obst.**

Schon seit Jahrhunderten sind Cranberries bekannt.

Als die Pilgrim Fathers 1620 an der Küste von Cape Cod in Neu England landeten, waren sie vom Hungertod bedroht. Erst als ihnen die dort ansässigen Indianer zeigten, wie man von den einheimischen Pflanzen und Wild leben konnte, waren sie gerettet.

Nachdem die Pilgrim Fathers das erste harte Jahr überlebt hatten, bereiteten sie zusammen mit den Indianern ein Festmahl aus wildem Truthahn, Cranberries, Kürbis und Maisbrot und feierten so 1621 das erste Erntedankfest.

Unter den amerikanischen Indianern waren Cranberries hochgeschätzt, nicht nur wegen ihres hohen Nährwertes, sondern auch wegen ihren heilenden Eigenschaften. Wunden wurden mit Cranberry – Saft ausgewaschen, Medizinmänner bereiteten Cranberry – Umschläge, um das Gift aus den Wunden zu ziehen.

Die nordamerikanischen Indianer nutzten die Frucht auch zu dekorativen Zwecken, wie z. B. zum Färben von Decken, Federn, Kleidung und Haaren. Während der langen Walfangreisen, waren die Frachträume der amerikanischen Schiffe voll von Cranberries, mit denen die Seemänner den gefährlichen Skorbut vorbeugten. Durch die dicke Wachsschicht waren und sind die Cranberries lange haltbar.

Die Cranberry oder großfruchtige Moosbeere gehört zu der Familie der Heidekrautgewächse und zur Gattung der Heidelbeere. Sie blühen im späten Juni sowie im frühen Juli. Die Ernte beginnt Mitte September und endet Anfang November.

Heute ist die Wunderbeere, deren Hauptanbauggebiete in der USA sowie Kanada sind, kaum noch von amerikanischen Mahlzeiten wegzudenken, z.B. zu Thanksgiving ein Truthahn ohne Cranberry? - Unvorstellbar! Aber auch in den Neu-Englandstaaten, Wisconsin, Oregon und Washington sowie British Columbia kann man die süße Frucht entdecken.

Genauso wenig verzichten die Deutschen auf diese beliebte Frucht, denn die Cranberry ist eine richtig kleine Powerkugel. Aus diesem Grund hat HOT APPLE® eine weitere Geschmacksrichtung auf den Markt gebracht: HOT APPLE Cranberry.

Die Beeren sind klein, werden oliv bis kirschkerngroß und rot, aber in diesen kleinen Früchtchen stecken eine gehörige Portion Power.

Cranberries können die Form der E.-Coli Bakterien verändern und sie somit unschädlich machen. Diese E.-Coli Bakterien sind stäbchenförmige Gebilde, wenn diese mit Stoffen der Beeren in Berührung kommen, werden sie kugelförmig und können sich somit nicht in der Schleimhaut festsetzen.

Dieser ganze Vorgang bewirkt eine Reduzierung von Harnwegsinfektionen, schützt gleichzeitig vor Blasenentzündung und beschleunigt das Ausspülen problematischer Bakterien aus der Blase in den Urin, was zu einer geringeren Infektionsrate führt.

Ebenfalls fanden Forscher heraus, dass Cranberry entzündungshemmend wirkt und auch Karies reduziert. Wissenschaftler empfehlen jeden Tag ein Glas Cranberry – Saft zu trinken, denn es kann auch krebsbekämpfend wirken. Durch seine heilenden Eigenschaften schützt es den Magen vor Helicobacterpylori. Die Früchtchen haben eine therapeutische Wirksamkeit, wofür die Proanthocyane der Cranberry verantwortlich sind.

Genauso machen Cranberries die Blutgefäße geschmeidiger und reinigen sie innerlich. Es gibt etwa 130 Sorten der Wunderbeere. Die wichtigsten sind „Big four“, „Early Black“, „Howes“, „Searles“ oder auch „Jumbo“.

Oft wird die Cranberry mit der in Deutschland bekannten Preiselbeere verwechselt, aber es gibt bereits Unterschiede beim Wachstum.

Während Preiselbeeren nur erbsengroß werden und an aufrechten Zwergsträuchen gedeihen, wachsen die Cranberries, deren Name von den Kranichen abstammt (Cran=Kran), mit langen Ranken über den Boden.

Die wohl bekannteste Information über die Frucht ist, dass sie sehr reich an Vitamin C ist, was nicht nur das Immunsystem stärkt sondern auch eine antioxidative Wirkung auf den Körper hat. 100 g frische Cranberries enthalten 49 kcal, 2 mg Natrium, 9 mg Calcium, 59 mg Kalium, 0,1 mg Zink, 5 mg Phosphor sowie bereits genannt 11 mg Vitamin C, 3,7 mg Kohlenhydrate, 4 mg Ballaststoffe, 0,6 mg Fett, 88 mg Wasser, 0,8 mg Eisen und 8 mg Magnesium, Vitamin B 10 mg, Vitamin E 1,00 mg, Vitamin K 4,00 mcg.

Man kann Cranberries nicht nur innerlich anwenden, auch von außen her wirkt sie gut auf den menschlichen Körper. Wer die Frucht nicht essen mag, vermischt sie einfach mit Wasser und Honig zu einer Masse und trägt sie auf Gesicht, Hals und Dekolletee auf. Diese Rezeptur wirkt entzündungshemmend für die Haut, gleichzeitig beruhigt und gestrafft. Man sagt auch, die Cranberry hat antimikrobielle Multitalente und sie besitzt einzigartige „Anti-Adhäsions“ - Fähigkeit.

Cranberry wirkt wie ein Antibiotikum, nur auf natürlicher Weise und viel gesünder. Denn hierbei stärkt es das Immunsystem, beugt gegen Herz- und Kreislauferkrankungen vor, hilft gegen Fieber, reduziert das schädliche LDL – Cholesterin, unterstützt bei Infektionen, sättigt, schützt vor Lebensmittelvergiftungen, hält die Haut jung, durch Anregung der Produktion des körpereigenen Kollagens und schützt vor Mundinfektionen.

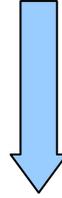
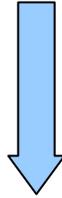
## **Cranberry schützt vor Harnwegsinfektionen**

Frauen leiden mehr unter Blasenentzündung, als die Männer. Die Harnröhre des Mannes ist viel länger, als die der Frau. Bakterien besiedeln somit den viel kürzeren Harnweg der Frau entsprechend dichter und können deshalb leichter eine Entzündung hervorrufen.

Blasenentzündungen werden durch Bakterien hervorgerufen, die so genannten Escherichia coli, die sich dauerhaft in die Blase einnisten. Allgemeine Maßnahmen, um eine Blasenentzündung zu lindern, sind: Viel Trinken, wenig Zucker zu sich nehmen, viel Vitamin C zuführen und auf gute Hygiene achten. Das in den Cranberries enthaltene Vitamin C dient nicht nur zur Stärkung des Immunsystem, sondern lässt den Urin auch versauern. Je saurer der ph-Wert des Urins, desto weniger Bakterien sind überlebensfähig. Stoffe der Cranberry bewirken das die Kolikbakterien eine kugelförmige Gestalt annehmen und sich somit nicht mehr in die Schleimhaut der Harnröhre einnisten können.

Die ausgereiften Cranberries werden bis zu 2 cm groß und haben ein knackig helles Fruchtfleisch mit 4 großen Luftkammern. In der Medizin sowie Forschung werden die Cranberries auch „Oxycoccus microcarpus“ genannt.

### Vergleich der Cranberry und der Preiselbeere:



- Strauch wächst am Boden
- wächst auf Moorböden
- zarte rosa-weiße Blüten
- kirsch-olivenförmig groß
- Blätter einförmig
- wächst in Nordamerika

- \* aufrechter Zwergstrauch
- \* wächst auf sandigen humosen Böden
- \* glockenförmige Blüten, weiß-rot
- \* erbsengroß, scharlachrot
- \* Blätter breit-eiförmig, stumpf
- \* wächst in Europa und Asien



Abdruck honorarfrei

Belegexemplare erbeten

Weitere Informationen, Bildmaterial und diese Pressemeldung zum Downloaden finden Sie unter [www.hot-apple.de](http://www.hot-apple.de) im Bereich Presse

**Kontakt:**

Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an

Herr Markus Güntzel

Platenstrasse 66

90441 Nürnberg

Tel. 0911-4106491

[presse@gastrogoods.de](mailto:presse@gastrogoods.de)

[www.hot-apple.de](http://www.hot-apple.de)