



## Kirschen

„Früchte der Verliebten...“



### Geschichte und Herkunft

Erstmals wurde die Kirsche um 300 v. Chr. von einem griechischen Philosophen erwähnt bevor sie 100 n. Chr. nach Deutschland kam. Die Steinfrüchte wachsen an dickastigen, bis zu 20 m hohen Bäumen und haben vor der Frucht wunderschöne, weiße Blüten. Kirschbäume fühlen sich in sämtlichen, nicht zu heißen Regionen der Erde wohl. Sie gelten als anspruchslos und liefern auch auf mageren Böden oder im Halbschatten wachsend reiche Ernten.

### Aussehen, Geschmack und Eigenschaften

Je nach Sorte und Reifegrad haben Kirschen eine hellrote bis dunkelrote, fast schwarze Farbe und ein weißes oder rotes Fruchtfleisch. Geschmacklich können sie süß oder sauer sein - man kann das aufgrund des Aussehens kaum erkennen. So gut sie auch schmecken - leider haben sie auch eine negative Eigenschaft: die Früchte sind gerne sehr empfindlich und manchmal schwer zu transportieren. Trocken und kühl gelagert halten sich Kirschen 3-5 Tage.

### Sorten

Prinzipiell wird unterschieden in Süßkirschen (oder auch Vogel-Kirschen) und die Sauerkirschen (oder auch Weichselkirschen). Von den unglaublich vielen Kirschensorten zupfen wir natürlich nur die Besten für Euch heraus. Momentan haben wir folgende Sorten im Angebot: „Burlat“, „Bigalise“, „Folfer“, „Summits“ oder „Van“. Dabei handelt es sich nur um Kirschen der süßen Gattung. Gerne nehmen wir von unbekanntem Sorten eine „Geschmacksprobe“ und berichten Euch.

### Inhaltsstoffe ø/100 g und Medizin

- Brennwert: 53 kcal/222 kJ
- Kohlenhydrate: 10 g
- Folsäure: 75 µg
- Beta-Karotin: 240 µg
- Kalium: 115 mg

Die Vitaminbombe Kirsche gilt als entschlackend, regenerierend und unterstützend für eine gute Leistung von Leber und Niere. Es wird allgemein empfohlen, nach dem Verzehr von Kirschen kein Wasser zu trinken, da dies zu Bauchschmerzen führen kann. Heiße Kirschkernkissen wirken blähungstreibend - auch bei Muskelverspannungen wirken sie wahre Wunder.

### Anbau und Einheit

- Leergut: Holz oder Karton
- Einheit: 2 oder 5 kg
- Erntezeit: i.d.R. Mai - Juni
- Anbauland: Frankreich

