



www.vital.de

vital

Fair
schenken
33 tolle Geschenk-Ideen.
Garantiert fair & nachhaltig

Das große
Körper-Quiz

Wie gut kennen Sie sich?
Machen Sie den Test!

Gesund mit Heil-Tees
Die besten Rezepte für den Winter

Ess-Kastanien
Süße und würzige
Variationen mit Maronen

10 Minuten-Pilates

NEU! Leichte Übungen zum Start in den Tag
Halten Körper und Seele fit

Solo in der Saftflasche

In den Obstkellereien ist eine neue Ära angebrochen: **Sortenreine Direktsäfte** mit raffinierten Aromen sind voll im Trend

Zum Steinbutt empfehlen wir ein Glas Cox Orange, Jahrgang 2007 – das könnte bald auf den Menükarten ausgewählter Gourmetrestaurants stehen. Klingt seltsam? Die neuen sortenreinen Apfelsäfte sind so vollmundig, dass sie eine alkoholfreie Alternative zum Wein bieten. Den Unterschied zu „normalen“ Säften schmeckt man deutlich heraus. Statt mit Wasser verdünntem Apfelsaftkonzentrat oder Zusätzen von Zucker und Vitamin C sind hier nur reife Äpfel einer Sorte enthalten. Der süße „Jonagold“ ist geschmacklich ganz anders als der spritzige „Boskoop“. Aber die Säfte können noch mehr: Dank des Kelterns traditioneller Obstsorten werden diese vor dem Aussterben bewahrt. Zum Beispiel durch die Kelterei van Nahmen: „Gemeinsam mit dem Naturschutzbund Deutschland (NABU) setzen wir uns für den Erhalt der Streuobstwiesen am Niederrhein ein“, sagt Obstbauer Peter van Nahmen. Ergebnis: „Zwei Landwirte haben sich bereits entschlossen, die ‚Rote Sternrenette‘ wieder anzubauen.“ Darauf sollte man anstoßen. Am besten mit einem der Säfte, die wir für Sie probiert haben. *

TEXT: Corinna Lückke, Sophie de Gier; FOTO: Gettyimages

Außergewöhnlich gut

Streuobstwiesen mit traditionellen Sorten am Niederrhein liefern unbehandelte Früchte für die Obstkelterei van Nahmen. Im Gegensatz zur Plantage ist das Pflücken hier aufwändiger, da die Bäume verstreut stehen. Ihre Kraft stecken die alten Gehölze nicht mehr ins Wachstum, sondern ins Obst. Und das merkt man! **Geschmack:** „Schöner von Boskoop“ macht sich mit seiner süßsaurigen Balance gut zu Geflügel. „Rote Sternrenette“ ist komplexer, schmeckt süßlich und hat eine zimtige Note. Passt zu Hartkäse, lässt sich aber auch gut bei der Zubereitung von Weinkraut oder Gemüsepüree einsetzen. **Bezug:** www.vanNahmen.de, Tel. 0 28 52/53 35. 0,75 Liter à 3,95 Euro.

