Waldheidelbeeren getrocknet, bio kbA, Vaccinium myrtillus, weich, gesüßt mit Apfelsaft

Bio Waldheidelbeeren (*Vaccinium myrtillus*) – getrocknete wilde Blaubeeren – mit Fruchtsaft gesüßt

Schonend getrocknete und ungeschwefelte Bio Wald-Heidelbeeren mit hohem natürlichen Gehalt an blauen und roten Pflanzenfarbstoffen (= Anthocyane). Unsere getrockneten Bio Wald-Heidelbeeren stammen aus Wildwuchs und stecken voller Mikro- und Phytonährstoffe. Sie werden nur mit Apfeldicksaft gesüßt, ohne Zugabe von raffiniertem Zucker und anderen künstlichen Zusatzstoffen. Da Wildheidelbeeren neben der blauschwarzen Schale auch ein rotes Fruchtfleisch haben, ist ihr Anthocyangehalt besonders hoch. Durch die schonende Trocknung bleibt der natürliche hohe Gehalt an Anthocyanen, blauen und roten Pflanzenfarbstoffen, hochkonzentriert erhalten. Deshalb schmecken Waldheidelbeeren geschmacksintensiver und saftiger als Kulturheidelbeeren. Ihr intensiv fruchtig-säuerlicher Geschmack macht sie zur idealen Zutat für Müslis, Porridge, Backwaren oder einfach als Snack. **Die wilden Heidelbeeren bieten puren Genuss – ein echtes Naturprodukt ohne Kompromisse!**

Vorteile von Topfruits Wildheidelbeeren auf einen Blick

- rein natürlich und reich an wertvollen Pflanzenstoffen
- aus Wildsammlung, Bio-Qualität
- intensiver Geschmack - kräftig-fruchtiges Aroma
- gesüßt nur mit Apfeldicksaft
- antioxidativ, hoher Gehalt an Anthocyanen
- vielseitig verwendbar

Besonderheiten der Topfruits Bio Waldheidelbeeren

Unsere Waldheidelbeeren aus Wildsammlungen sind Naturprodukte ohne künstliche Zusätze. Um den Geschmack abzurunden wird kein raffinierter Zucker verwendet, sondern nur 5 % natürlichen Apfeldicksaft. Wie alle unsere Trockenfrüchte kommt dieses Produkt ohne Farb-, Aroma- und Konservierungsmittel aus und wird nicht geschwefelt. Im Gegensatz zu den Zuchtheidelbeeren sind Waldheidelbeeren getrocknet kleiner, durch und durch rot bis blauschwarz gefärbt und schmecken säuerlicher, intensiver und fruchtiger. Sie zeichnen sich durch ihren hohen Gehalt an Gerbstoffen, Proanthocyanidinen, Flavonolen und Pflanzensäuren aus. Als Trockenfrüchte sind die Beeren weniger empfindlich, halten sich besser und bewahren auch bei längerer Lagerung ihr kräftiges natürliches Aroma. Das Preis-Vitalstoff-Verhältnis bei unseren getrockneten Blaubeeren ist besser als das von Mytyllusextrakten, welche als Nahrungsergänzung für sehr viel mehr Geld angeboten werden.

Verzehrempfehlungen für getrocknete Wildheidelbeeren

Unsere Waldheidelbeeren sind vielseitig einsetzbar: pur, als Zutat in Müslis, Porridge, Backwaren oder Desserts. Um von den wertvollen Inhaltsstoffen der Heidelbeere zu profitieren, kann man die Beeren so knabbern oder (fast) wie frische Beeren verwenden. Sie können die Beeren auch als Topping für Waffeln, Kuchen oder Eis verwenden oder zu Marmelade oder Kompott verarbeiten. **Achtung:** Beachten Sie, dass die Beeren beim Verzehr durch ihre intensive Farbe Spuren auf Händen, Kleidung und Oberflächen hinterlassen können.

Rezepttipp: Waldheidelbeeren-Chia-Pudding

Zutaten (für 1 Person):

- 3 EL Chiasamen
- 200 ml Pflanzendrink (z.B. Hafer- oder Mandeldrink)
- 1 EL Waldheidelbeeren gefriergetrocknet
- 1 TL Leinsamen oder Hanfsamen
- 1 TL Ahornsirup oder Honig (je nach Geschmack)
- Optional: Nüsse zum Garnieren

Zubereitung:

1. Chiasamen und Leinsamen mit dem Pflanzendrink in einer Schüssel verrühren und etwa 5 Minuten quellen lassen.
2. Die Waldheidelbeeren unterheben.
3. Süßmittel hinzufügen und gut vermengen.

4. In eine Schale füllen, optional mit Nüssen garnieren und genießen.

Waldheidelbeeren: voller wertvoller Inhaltsstoffe

Anthocyane – warum Waldheidelbeeren so wertvoll sind

Waldheidelbeeren sind besonders ursprüngliche Produkte direkt aus der Natur und deshalb reich an Anthocyanen. Als Anthocyane werden sehr potente, blaue und violette Pflanzenfarbstoffe bezeichnet, welche beim Verzehr die Zunge blau färben. Man kennt sie auch aus blauen Trauben, schwarzen Maulbeeren oder Aronia Beeren. Die zu den Flavonoiden zählenden Anthocyane liefern den Zellen einen starken antioxidativen Schutz. Anthocyane sind aktuell Bestandteil vieler wissenschaftlicher Untersuchungen. Wir empfehlen Ihnen diesbezüglich eine selbständige Internetrecherche und entsprechendes Literaturstudium

Studie über Heidelbeer-Ergänzung und kognitivem Schutz

Vorangegangene Studien zeigen, dass Heidelbeeren die kognitive Leistungsfähigkeit verbessern und den Stoffwechsel sowie die Gehirnfunktion beeinflussen können. In einer nach dem Zufallsprinzip eingeteilten, kontrollierten Studie war es nun das Untersuchungsziel herauszufinden, ob Heidelbeeren eine Rolle bei der Frühintervention spielen könnten, um Neurodegeneration (= Prozesse, die zu einem Funktionsverlust und/oder zum Untergang von Nervenzellen führen) zu verhindern.
In die Studie wurden 33 übergewichtige, insulinresistente Männer und Frauen im Alter von 50 bis 65 Jahren eingeschlossen, die einen subjektiven kognitiven Leistungsrückgang verspürten. Die Probanden durchliefern vor und nach der Intervention verschiedene Bewertungen zur Kognition und des Stoffwechsels.
Die 14 Tage dauernde Studie beinhaltete entweder gefriergetrocknetes Heidelbeerpulver oder ein Placebo, das einmal täglich mit einer Mahlzeit verzehrt werden sollte. Die Leistungen der Heidelbeer-Gruppe (15 Personen) verbesserten sich signifikant für das sogenannte mentale Lexikon und das Gedächtnis. Zudem berichteten die Probanden der Heidelbeer-Gruppe von verringerten Gedächtnisschwierigkeiten bei Aktivitäten des täglichen Lebens.
Die Studienergebnisse deuten darauf hin, dass eine Heidelbeer-Supplementierung zum Schutz vor kognitivem Verfall beitragen kann, wenn sie bei gefährdeten Personen frühzeitig eingesetzt wird.
(Krikorian R, Skelton MR, Summer SS et al., Blueberry Supplementation in Midlife for Dementia Risk Reduction Nutrients 4/2022)

Wissenswertes zur Waldheidelbeere (Wildheidelbeere)

Botanische Informationen zur Bio Wildheidelbeere

Bei den Waldheidelbeeren ist nicht nur die Schale, sondern auch das Fruchtfleisch tiefviolett. Der hohe Gehalt dieser blauen Farbstoffe macht den besonderen Wert von frischen und getrockneten Waldheidelbeeren aus. Daher werden die kleinen blauen Beeren von Kennern auch als "Kaviar des Waldes" bezeichnet. Die dicken, süßen Kulturheidelbeeren sind hingegen innen hell und enthalten die blauen Anthocyane nur in der Schale. Andere Bezeichnungen für die Beeren sind Blaubeere, Schwarze Beere, Mollbeere, Wildbeere, Waldbeeren oder Moosbeere. Im Volksmund heißen sie auch Schnuderbeeri, Krähenauge, Heubeere, Bickbeere oder Zeckbeere.

Herkunft und Tradition unserer Bio Waldheidelbeere

Die ursprüngliche Heimat von Waldheidelbeeren ist der nordamerikanische Kontinent. Amerikanische Ureinwohner bezeichneten die Früchte als "Star-Berry" und hielten sie für ein Geschenk der Götter. Auch die ersten Siedler schätzten die Beeren und feierten nach der Ernte große Feste, an denen traditionelle Spezialitäten mit wilden Heidelbeeren serviert wurden. Dazu gehören zum Beispiel Blaubeer-Muffins oder Blaubeerkuchen (*blueberry pie*). Auch heute noch sind die sogenannten *blueberries* in den USA sehr beliebt. Aber auch hierzulande wachsen noch Waldheidelbeeren. Bereits die Naturheilkundlerin Hildegard von Bingen wusste um die besondere Wirkung der blauen Beeren, welche sich auf ihren Reichtum an wertvollen Pflanzeninhaltsstoffen zurückführen lies. Werden Waldheidelbeeren getrocknet, liegen diese wertvollen Antioxidantien durch den Wasserentzug konzentriert vor.

Anbau, Ernte & Verarbeitung unserer Waldheidelbeeren

Die von uns angeboteten wilden Heidelbeeren stammen aus Wildwuchs und haben Bioqualität. Waldheidelbeeren (*Vaccinium myrtillus*) bevorzugen halbschattige, feuchte Standorte und gedeihen am liebsten in Wäldern. Da Blaubeeren sind nachreifen, müssen sie immer vollreif geerntet werden. Ihre vollständige Reife erreichen die Beeren zwischen Juli und August. Nur in dieser begrenzten Zeit können Kenner die Rarität auf dem Markt oder im Geschäft kaufen. Für das restliche Jahr gibt es getrocknete Waldheidelbeeren von Topfruits. Unsere wilden Blaubeeren werden von Hand geerntet, gereinigt und schonend getrocknet. Die Trockenfrüchte kommen ohne Farb- und Konservierungsstoffe aus und werden lediglich mit einer geringen Menge Bio Apfeldicksaft gesüßt.

Jetzt getrocknete Bio Waldheidelbeeren von Topfruits kaufen & die Kraft der Wildfrüchte genießen!

Example Company

Erleben Sie den intensiven Geschmack und die wertvollen Inhaltsstoffe echter Wildheidelbeeren – **naturbelassen, reich an Antioxidantien & vielseitig verwendbar.** Jetzt probieren und in Ihre tägliche Ernährung integrieren!

Allgemeine Informationen zu Topfruits Waldheidelbeeren

Zutaten: 95 % Heidelbeeren*, 5 % Apfeldicksaft* - **aus kontrolliert biologischem Anbau*
Lagerung: kühl, trocken und dunkel lagern, in einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: Becher / Standbodenbeutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Waldheidelbeeren getrocknet, Vaccinium myrtillus, bio kbA, schwarze Beere, weich"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1446 kj
Brennwert kcal	346 kcal
Fett	0.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.1 g
Kohlenhydrate	81 g
davon Zucker	71 g
Ballaststoffe	2.6 g
Eiweiß	1.8 g
Salz	0.01 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwertangaben der Bio Waldheidelbeeren unterliegen natürlichen Schwankungen.