

Exotische Früchte aus der Region

Pioniere für nachhaltige Produktion

Regional, saisonal, klimabewusst. So möchten sich gemäß Trendforschern viele Menschen zunehmend ernähren. Doch gleichzeitig gibt es weiterhin eine große Sehnsucht nach exotischen Lebensmitteln, die sich nicht zuletzt aufgrund der langen Transportwege ungünstig auf die Ökobilanz auswirken. Dieser Zwiespalt hat mittlerweile zahlreiche Obst- und Gemüsebetriebe in Österreich sehr kreativ werden lassen.

Eine Reise durch Österreich und die Welt

Konsument*innen wollen mit gutem Gewissen einkaufen. Der ökologische Fußabdruck soll klein bleiben, regionale Betriebe unterstützt werden und dennoch liegt die Banane auf Platz 2 der beliebtesten Obstsorten in Österreich. Daher erweitern experimentierfreudige Betriebe in ganz Österreich beständig ihr Angebot und bieten mittlerweile Ingwer und Wasabi, Quinoa und Reis, Safran und Szechuan Pfeffer sowie Erdnüsse und Kiwis. Der Anbau lokaler Exoten nimmt zu und stellt eine neue Chance zur österreichischen Eigenversorgung dar.

Mini-Melonen aus dem Burgenland

Mit gerade einmal 39 kcal pro 100 g sind Melonen im Sommer der ideale Snack. Sie punkten durch einen hohen Wassergehalt, Vitamin C und A. Und nun gibt es in Seewinkel im Burgenland neben Wassermelonen auch Mini-Melonen.

Oliven

Ebenfalls aus dem Burgenland: „echte mörbische Oliven“! Die kleinen Steinfrüchte sind essenzieller Bestandteil der mediterranen Ernährung. Neben der Ölsäure, einer ungesättigten Fettsäure, welche zu 75% im nativen Olivenöl zu finden ist, enthalten Oliven Kalzium und Natrium und sind reich an Vitamin E und Antioxidantien.

Avocados aus Oberösterreich

In Oberösterreich hat man sich ebenfalls auf grüne Früchte spezialisiert: Avocados. Diese haben in den letzten Jahren an Beliebtheit gewonnen und sind ganzjährig in unseren Supermärkten aus ihrem Ursprungsland Südamerika verfügbar. Das größte Hauptliefergebiet für Österreich ist Chile. Die oberösterreichischen Avocados haben deutlich weniger Kilometer auf dem Buckel.

Kiwi und Goji Beeren

Im Weinviertel findet man die „Weinviertler Bio Kiwi“. Wo liegt der Unterschied zu den Kiwis, welche von Neuseeland, Australien oder China kommen? Neben dem niedrigeren Transportweg haben die Kiwis aus dem Weinviertel eine glatte, essbare Schale. Geerntet wird im September und Oktober. Und der Gehalt an Kalium und Folat, Vitamin C und Antioxidantien kann sich sehen lassen. Die Goji Beere – auch als Wolfsbeere bekannt – wird ebenfalls im Weinviertel angebaut. Ende des Sommers, August bis Oktober, wird geerntet. Die kleine rote Beere, welche in den letzten Jahren einen wahren Hype als Super Food erlebt hat und in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) als Jungbrunnen gilt, kann nun regional und in Bioqualität bezogen werden.

Noch ist die Produktion regionaler Exoten überschaubar. Doch das regionale Angebot steigt bundesweit. Ob Bio-Reis oder Safran aus dem Marchfeld Zitronen aus Kärnten, Quinoa aus der Steiermark, Bio-Feigen aus Wien oder Ingwer aus dem Burgenland. Der Trend zu einer nachhaltigen Lebensweise und die Sehnsucht nach kulinarischem Genuss lassen sich immer mehr miteinander verbinden.

Über den Verband der Ernährungswissenschaften Österreichs (VEÖ):

Der Verband der Ernährungswissenschaften Österreichs (VEÖ) wurde 1991 gegründet. Er bietet eine Kontaktplattform am Sektor Ernährung für Fachleute, Organisationen, Unternehmen, aber auch der interessierten Öffentlichkeit. Wichtige Ziele des Verbands sind unter anderem die fachspezifische und berufsübergreifende Fortbildung und Weiterqualifizierung sowie eine umfassende Öffentlichkeitsarbeit im Bereich Ernährung. Dadurch trägt der Verband auch maßgeblich zur Ernährungsaufklärung und somit Gesundheitsförderung der Bevölkerung bei.

Get Your Expert!

Als besondere Leistung für Journalist*innen vermittelt der VEÖ Expert*innen zu verschiedensten Themenbereichen rund um die Ernährung.

Pressekontakt:

VEÖ-Geschäftsstelle

presse@veoe.org

Quellen:

Trendreport Ernährung 2022:

<https://www.nutrition-hub.de/post/trendreport-ernaehrung-10-top-ernaehrungstrends-2022>

Versorgungsbilanz Obst:

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/287657/umfrage/pro-kopf-konsum-von-obst-in-oesterreich-nach-fruchtsorten/>

Obst- und Gemüsebetriebe:

<http://summer-hof.at/mini-melonen/>

<https://www.olivia.bio/olivenhain-moerbisch/?language=de>

<https://www.biohof.at/Avocado-Hass-919>

<https://www.schartners.eu/safran/>

<https://www.biobeerengarten.at/unsere-biobeaeren-1/mini-kiwi/>

<https://www.biohofmuehl.at/sonnenreis-bio-reis/>

<https://so-froehlich.at/>

<https://oesterreis.at/>

<https://www.zitrusgarten.at/>

<https://www.egger-quinoa.at/>

<https://www.feigenhof.at/>

<https://meinhof-meinweg.at/at/kern-claudia-und-gerald> (Ingwer)

<https://www.biohof.at/blog/bio-ingwer-und-kurkuma>