

Dokumentation Berner Aronia

maxi.mumm
berneraronia



**BIO Berner Aronia
getrocknet**



**BIO Berner Aronia
Granulat**



**BIO Berner Aronia
Saft**

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

berneraronia.ch

Dokumentation Berner Aronia

maxi.mumm
berneraronia

Die Aroniabeere | Ursprung | Geschichte

Ihren Ursprung hat die Aroniabeere in Nordamerika und Kanada. Deshalb wird sie gelegentlich auch «Indianerbeere» genannt.

Dem Botaniker und Pflanzenzüchter Iwan Michurin (RUS / 1855 – 1935) gelang schliesslich die Züchtung unserer heutigen Aronia melanocarpa, oder „gemeine Apfelbeere“. Wenn man die Aronia aufschneidet, ist die Verwandtschaft zum Apfel offensichtlich: sternförmiges Kerngehäuse, Stiel und „Fliege“.

In den osteuropäischen Ländern fand die Aroniabeere schnell Verbreitung als Heilpflanze. Seit 1975 wurde Aronia in der ehemaligen DDR angebaut.

Die Verwendung der Beeren wurde von der Planwirtschaft vorgeschrieben. Seit «der Wende» werden aus den Beeren hauptsächlich Säfte, Konfitüren, Liköre und Pillen hergestellt. Ein Grossteil wird zudem zu Lebensmittelfarbe verarbeitet.



Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

www.berneraronia.ch

Inhaltsstoffe

Die Aroniabeere ist weniger süß als andere Beeren, jedoch ausgesprochen reich an natürlichen Wirkstoffen. Neben den Vitaminen A, E und K (fettlöslich) sowie den wasserlöslichen Vitaminen B2, B3 (PP), B9 (Folsäure) und Vitamin C sind auch die Mineralstoffe Eisen und Jod vorhanden. Die allerwichtigsten Wirkstoffe sind jedoch die **Polyphenole, insb. die Anthocyane, welche in Kombination mit den enthaltenen Vitaminen eine kumulierte antioxidative, d.h. stoffwechsel-reinigende Wirkung erzeugen.**



Vor einigen Monaten haben wir bei Interlabor in Belp die getrockneten **Berner Aronia Beeren, das Berner Aronia Granulat auf Polyphenolgehalt** überprüfen lassen. Hier das Ergebnis:

- **Berner Aronia: 3900 mg Polyphenol / 100g,**
Wert für getrocknete Beeren und Granulat / Analyse Interlabor Belp

Zum Vergleich die Anthocyan-Werte anderer Früchte:

- Aronia 2147 mg / 100g (nicht BIO, Wert von Internet / USA)
- Heidelbeeren 705 mg / 100g
- Erdbeeren 35 mg / 100g

Quelle: Journal of Agricultural and Food Chemistry 2006)

Gegenüber synthetischen Antocyanpräparaten sind die Berner Aronia Produkte 100% natürlich, garantiert ohne Fremdstoffe (wie Katalysatoren, Emulgatoren etc) und vegan. Die Berner Aronia Beeren und das Berner Aronia Granulat bleiben dank der schonenden Trocknung bei 42 Grad in Rohkost-Qualität. Der Saft ist zugunsten der längeren Haltbarkeit bei ca. 60 Grad pasteurisiert.

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

Anthocyane, weitere Hintergrundinformationen

Anthocyane gehören zu den sekundären Pflanzenstoffen. Sie bieten vor allem Schutz gegen «freie Radikale» und verhindern zudem Oxidationsprozesse im Stoffwechsel. **In Kombination mit den Vitaminen entwickeln sie eine «kumulierte», also verstärkte antioxidative Wirkung.**

Anthocyane befinden sich hauptsächlich in den Fruchtschalen und direkt darunter. In natürlicher Form sind sie am stärksten wirksam. Durch Beschädigung der Fruchtschalen - z.B. durch unsanfte oder maschinelle Ernte - sowie beim Erhitzen über 90 Grad wird die Wirkung beeinträchtigt. Deshalb verarbeiten wir 100% handgeerntete Beeren und trocknen sie schonend bei rund 42 Grad. Die Pasteurisierung des Saftes erfolgt kontrolliert um die 80 Grad, um die Einbussen gering zu halten.

Um gesundheitlich vorzusorgen und einen positiven Effekt zu erlangen ist eine regelmässige Einnahme von Aronia entscheidend – optimal natürlich täglich. Die Wirkung ist nicht «sofort» und kurzfristig, wie bei isotonischen Getränken, sondern nachweislich langfristig.

Wenn Sie sich weiter über Aroniabeeren und deren Wirkung erkundigen möchten, ist z.B. folgende Lektüre empfehlenswert: *Aronia. Unentdeckte Heilpflanze* (edition buntehunde). Bestellbar z.B. über unsere Webseite www.berneraronia.ch

Zudem ist es sehr interessant aktuelle Forschungsergebnisse in Fachzeitschriften oder auch im Internet zu studieren: Suchbegriffe «Aronia», «Anthocyane», «Polyphenole» u.a.



Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

Berner Aronia sind zur Zeit in vier Varianten erhältlich:

- getrockneten BIO Berner Aronia Beeren
- BIO Berner Aronia Granulat
- BIO Berner Aronia Direktsaft
- sowie neu seit 2020: BIO Berner Aronia Pulver mehl-fein gemahlen



Alle Berner Aronia Produkte können «einfach so» konsumiert werden. Sie eignen sich aber auch zum Weiterverarbeiten. Beachten Sie die Rezept-Tipps weiter unten.

Kontakt und Bestellung

[online-shop](https://www.berneraronia.ch)

www.berneraronia.ch

[per Mail](mailto:berneraronia@maximumm.ch)

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

- **Die Berner Aronia Beeren**

- werden nach den BIO Richtlinien hergestellt und jährlich durch BIO inspecta Frick (CH-006) zertifiziert.
- Die Kulturen werden ohne Schädlingsbekämpfung oder Dünger gepflegt.
- Die Beeren werden zu 100% handgeerntet, bei rund 42 Grad getrocknet. Dadurch bleibt der grösste Teil der Polyphenol/Anthocyanwerte erhalten.
- Die getrockneten Beeren werden von Hand in solide Beutel mit Zip-Verschluss verpackt. Die Haltbarkeit der Beeren beträgt mindestens 2 Jahre - im verschlossenen Beutel, kellerkühl gelagert
- Die empfohlene Genussmenge liegt bei 10 – 12 Beeren pro Tag, z.B. im Müesli oder im Yoghurt, oder einfach eine kleine Hand voll direkt geniessen
- Der nachgewiesene Polyphenolgehalt (Überprüfung durch Interlabor Belp, siehe Seite 3) erklärt, warum wir die Berner Aronia als Powerbeeren bezeichnen.



Kontakt und Bestellung

[online-shop](#)

www.berneraronia.ch

[per Mail](#)

berneraronia@maximumm.ch

[Per Telefon](#)

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

- **Das BIO Berner Aronia Granulat...**
- besteht zu rund 1/3 aus Aronia Trester und 2/3 aus Aronia Beeren, bei 42 Grad getrocknet und dann zu Pulver gemahlen.
- Der Trester ist ja die Fruchtschale, welche beim Saften der Beeren übrig bleibt. Die weitaus meisten Nährstoffe befinden sich in der Schale - wie bei anderen Früchten und Beeren auch.
- Der Trester ist eigentlich das nährstoffreichste Produkt, hat aber kaum Eigengeschmack. Zusammen mit den Beeren und in verarbeitet zum Granulat ist es getrocknet 2 Jahre haltbar. Da man das Granulat weniger intensiv kaut, kommt der Fruchtgeschmack besser zur Geltung und die Bitterstoffe wirken etwas sanfter.
- Deshalb ist das Granulat noch vielseitiger einsetzbar: auch auf Salaten, auf Desserts, oder als «Hämpfeli» täglich direkt von der Hand in den Mund ☺
- Die empfohlene Genussmenge liegt bei 1 – 2 Teelöffel pro Tag (entspricht ca. 10-12 Beeren pro Tag)
- Lassen Sie Ihrer Fantasie freien lauf und helfen Sie uns, Rezeptideen sammeln. Wir freuen uns auf Ihre Tipps.



Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

- **Der Berner Aronia «Direktsaft»**
- wird zu 100% aus BIO Aroniabeeren hergestellt, ohne jegliche Beigabe von Zucker, Konservierungsmitteln oder anderen Fremdstoffen: daher als «Direktsaft» bezeichnet
- Die empfohlene Genussmenge liegt bei ca. 1 dl pro Tag
- Die Pasteurisierung bei rund 80 Grad hat zur Folge, dass der Saft verschlossen mindestens 1 Jahr haltbar bleibt. Geöffnete Flaschen sollten kühl gelagert werden und der Saft innert 5 Tagen konsumiert werden.
- Der Saft kann vielseitig eingesetzt werden: z.B. zum einfärben oder abschmecken dunkler Saucen, weiterverarbeiten zu Eis, zu Crèmen etc.
- Der Aroniasaft eignet sich sehr gut für die Herstellung von Aronia-Gelee oder in der Herstellung gemischter Konfitüren. Der hohe Anthocyanengehalt durch die weitere Erhitzung zwar reduziert. Der charakteristische Aroniageschmack bleibt aber erhalten, etwas nachgesüsst durch den Gelierzucker. Sehr fein sind z.B. Mischungen als Apfel-Aronia oder Quitten-Aronia-Gelee.
- Lassen Sie Ihrer Fantasie freien lauf und helfen Sie uns, Rezeptideen sammeln. Wir freuen uns auf Ihre Tipps.



Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30
maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39
4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia

Rezept-Tipps mit Aroniabeeren

Aroniabeeren eignen sich nur bedingt für den Rohgenuss. Manche Menschen mögen Sie zwar. Jedoch sind sie in getrocknetem, gesaftetem, oder auch in gekochtem, gebackenen Zustand wesentlich bekömmlicher und immer noch sehr gesund.

Frische Aroniabeeren können problemlos tiefgekühlt werden.

Aronia-Konfitüre



800g Aroniabeeren
300g Äpfel: durchaus saure oder etwas unreife, ohne Kerngehäuse
oder auch Johannisbeeren oder Nektarinen
oder 3 dl BIO Apfelsaft (anstelle der Äpfel)
800g Gelierzucker (gleiche Menge wie Aronia)
etwas Zitronensaft

Die Früchte kurz aufkochen, bis die Schale aufplatzt. Die Masse mit dem Mixer pürieren. Gelierzucker und etwas Zitrone hinzugeben, nochmals sorgfältig kochen lassen, bis die Masse geliert, respektive «bis der Tropfen schwer von der Kelle fällt». Jedoch nicht überkochen, wegen den Nährstoffen. Abfüllen in Konfitüregläser, sofort verschliessen.

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Aronia-Saft, Rezept-Tipps



Mit den üblichen Küchenwerkzeugen, oder mit handelsüblichen Entsaftern ist die Saftgewinnung aus frischen Aroniabeeren möglich.

Aber auch nach Grossmutter-Art gelingt es gut: frische Beeren waschen und restlos entstielen, mit wenig Wasser sorgfältig aufkochen bis sie platzen. Durch ein Geliertuch (Käsetuch) abgiessen und abtropfen lassen.

Verwendung von Aronia-Saft:

- ins Joghurt oder Quark mischen
- zu Gelée kochen: 1l Saft, etwas Zitronensaft, 800gr Gelierzucker
- zu Sirup verarbeitet werden (1/2 lt Saft, 500gr Zucker, etwas Zitronenkonzentrat zusammen aufkochen und heiss in Flaschen abfüllen
- zu Glace verarbeiten: 5dl Saft, 5 dl Schlagrahm, 5 Eigelb, 10 Lfl. Puderzucker zusammenmischen, schaumig rühren, und tiefkühlen
- ohne Tiefkühlung kann die Glacemischung auch als Crème konsumiert werden
- oder den Saft einfach als bekömmlichen Fruchtsaft trinken, ca. 1 dl pro Tag,
Tipp: 1 fingerbreit Aronia Saft in ein Glas geben, den Rest mit Apfelsaft auffüllen



Frische oder gefrorene/aufgetaute Aroniabeeren ergeben natürlich hohe Polyphenolwerte, jedoch ist die Haltbarkeit begrenzt (der gewiefte Kenner taut immer wieder kleine Mengen auf und verarbeitet diese zu Wochen-Mengen).

BIO Berner Aronia Saft können Sie auf www.berneraronia.ch in ½ lt Flaschen oder 3 lt bag-in-box bestellen; die bag-in-box jeweils in limitierter Auflage.
Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30
maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39
4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia



Aronia-Muffins

- 150g Butter schaumig rühren
- 180g Zucker braun oder auch gew. Zucker
- 2 Eier
- 1 P. Vanillezucker zusammen schaumig rühren
- 50g Haferflocken fein
- 3 Tlf Backpulver
- 200g Mehl gut mischen
- 300g Sauerrahm
- 300g Aroniabeeren darunter mischen
- Teig in Schmelzbrötli-Formen oder Papierförmli geben
- Backen 20 – 25 Min / 180 Grad
- Nach dem Backen 5 Minuten ruhen lassen, danach aus den Formen herausnehmen

Weitere feine Rezepte finden Sie laufend im Internet oder in der Fachpresse. Auf unserer Webseite auch [>> hier](#)

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30

maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39

4900 Langenthal

Dokumentation Berner Aronia



Aronia-Glace

5 dl Aronia-Saft
5 dl Schlagrahm
5 Eigelb und
5 Löffel Puderzucker, nach Belieben 1 -2 Beutel Vanillezucker

zusammen mischen, schaumig rühren und tiefkühlen.

Ohne Tiefkühlung auch als Crème sehr bekömmlich !

In der Aronia-Saison – ca ab Mitte August - können Sie frische Aroniaglace jeweils bei Bar Gelateria RIVA in Langenthal erwerben. Er stellt seine Aronia Glace mit unseren frischen Berner Aronia Beeren her.

Kontakt und Bestellung

online-shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

Per Telefon

062 918 10 30
maxi.mumm Zentrale

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39
4900 Langenthal



Berner Aronia | Die Powerbeere

Bio zertifiziert – engagiert geerntet

- Seit 2008 ist die «Berner Aronia» Plantage Garant für beste handgepflückte Bio Aronia. Das ist zwar aufwändig, die Qualität spricht aber für sich.
- Seit Frühling 2017 werden die Berner Aronia mit sozialem Engagement vom Verein maxi.mumm gepflegt und vertrieben.
- Die spannende Geschichte der Aronia, sowie Hintergrundinformationen, Rezepte und Literatur finden Sie auf www.berneraronia.ch

Vitamin- und wirkstoffreich

- Aronia sind ausgesprochen reichhaltig an Polyphenol, insbesondere Antocyane, welche im Stoffwechsel Schutz gegen «freie Radikale» bieten und Oxydationsprozesse verhindern.
- Ausserdem sind Aronia sehr reichhaltig an Vitaminen A, E und K (fettlöslich), sowie den wasserlöslichen Vitaminen B2, B9 (Folsäure), C, Mineralstoffe, Eisen, Jod.

Berner Aronia sind erhältlich in 3 Varianten

- **Getrocknete Berner Aronia Beeren** im verschlossenen Beutel mind. 1 Jahr haltbar. Empfohlene Genussmenge 10 - 12 Beeren pro Tag, z.B. im Müesli oder im Yoghurt.
- **Berner Aronia Granulat** in der wiederverwendbaren Streudose mind. 1 Jahr haltbar. Empfohlene Genussmenge 1 Teelöffel pro Tag, z.B. im Müesli, im Yoghurt, auf dem Salat, auf Desserts, oder zum Einfärben dunkler Saucen.
- **Berner Aronia Saft** ungesüsst, unverdünnt, pasteurisiert. Ungeöffnet 1 Jahr haltbar, geöffnet kühl lagern, mind. 5 Tage haltbar. Empfohlene Genussmenge 1 dl pro Tag, z.B. gemischt mit Apfelsaft. Weiterverarbeiten zu Glace, Crème, Gelée, als Beigabe zu Fruchtdesserts, Konfitüren oder Saucen.

Bestellung

im Online-Shop

www.berneraronia.ch

per Mail

berneraronia@maximumm.ch

per Telefon

062 918 10 30

Verein maxi.mumm

Bahnhofstrasse 39
4900 Langenthal

