

## P R E S S E M I T T E I L U N G

### **Holländische Auberginen: Vom Teufelsei zum Wunderheiler**

**Als Teufelsei bezeichnet, konnte sich die Aubergine lange Zeit keiner großen Beliebtheit erfreuen und galt als ungesunde Frucht. Umso schöner, dass mit den vielen Missverständnissen aufgeräumt werden konnte und die Holländische Aubergine als Gesundheitsmacher und Trendgemüse auftrumpfen kann.**

**Berlin, 17. September 2018**

Von China über Indien und Persien bis auf den europäischen Kontinent nach Spanien und schließlich auch in die Niederlande und zu uns nach Deutschland: Die Aubergine hat eine jahrtausende lange Reise hinter sich gebracht, bis sie bei uns auf dem Teller landete. Dabei war längst nicht immer klar, dass sie da auch wirklich hin gehört. Denn viele Menschen reagierten eher abweisend gegenüber dem neu importierten Gemüse und bauten sie bis ins Spätmittelalter hauptsächlich als Zierpflanze an.

Die Araber, die die Frucht im 7. Jahrhundert nach Spanien brachten, nannten die Aubergine al-badingian, woraus sich auch später das französische Wort Aubergine ableitete. Dieser arabische Begriff bedeutet so viel wie Teufelsei. Auch in Italien bekam sie den eher unwürdigen Namen Melanzana (zu Deutsch ungesunde Frucht) und in Deutschland war sie vorerst als Tollapfel bekannt.

### **Vom Krankmacher zum Gesundheitsmacher**

Mittlerweile erfreut sich die Eierfrucht großer Beliebtheit. Dieses Jahr war sie als perfektes Grill-Gemüse ein wahrer Renner bei jedem Sommerfest. Und sie schmeckt nicht nur gut und lässt sich in vielen verschiedenen Varianten zubereiten, sondern kann auch beim Thema Gesundheit viel beisteuern. Die vielen vorhandenen sekundären Pflanzenstoffe schützen die Aubergine vor Insekten und Mikroorganismen und führen bei uns Menschen zu einem geringeren Risiko oder sogar zur Heilung von Krankheiten.

### **Holländische Auberginen machen glücklich und gesund**

Der hohe Ballaststoffgehalt fördert das Sättigungsgefühl, kurbelt die Darmbewegung an, wirkt Verstopfung entgegen und senkt den Cholesterinspiegel. Chinesischen Forschern zufolge ist die Aubergine zudem nützlich für Diabetes 2 Patienten, da durch diese ein gewisses Enzym signifikant gehemmt wird, das bei Erkrankten zu Augenleiden und neurologischen Problemen führen kann. Außerdem ergab eine Studie an der Wroclaw Medical University, dass durch den Anthocyan-

Weiteres Pressmaterial zu dieser Pressemitteilung ist im Presse- & Newsroom unter [www.pr4you.de](http://www.pr4you.de) abrufbar.

Gehalt der Kohlenhydratstoffwechsel reguliert und Entzündungen gelindert werden und zudem die Insulinsekretion verbessert und der Blutzuckerspiegel nach Mahlzeiten gesenkt wird. Auch bei Bluthochdruck wird die Aubergine in der traditionellen Medizin schon lange angewandt, laut einer Studie der Nipissing University gehört sie sogar zu den meist empfohlensten Lebensmitteln gegen Bluthochdruck.

So wird bei verschiedensten Erkrankungen auf eine Auberginen-reiche Ernährung gesetzt. Übrigens: Als die Auberginen unseren Nachbarn Niederlande erreichten, waren sie längst frei von Grusel-Mythen. So gibt es keinerlei erschreckende Geschichten über die Holländische Aubergine, sodass man selbst als abergläubiger Mensch getrost zugreifen kann. Diese gibt es übrigens auch beispielsweise in runder Form oder in Mini-Format in weiß-lila gesprenkelt. Bei solch einem farbenfrohen Essen wird man nicht nur gesund, sondern garantiert auch glücklich.

Weitere Informationen gibt es hier: <http://www.aubergine.nl/de>

**Verwendung honorarfrei, Beleghinweis erbeten  
445 Wörter, 3.282 Zeichen mit Leerzeichen**

**Weiteres Pressmaterial zu dieser Pressemitteilung:**

Sie können im Online-Pressefach schnell und einfach weiteres Bild- und Textmaterial zur kostenfreien Verwendung downloaden:

<https://www.pr4you.de/pressefaecher/aubergine8>

**Ansprechpartner für Rückfragen zu dieser Pressemitteilung:**

**(1) PR-Agentur PR4YOU**

Ansprechpartner: Sabine Künzelmann, Chantal Freyer

PR-Agentur PR4YOU  
Christburger Straße 2  
D-10405 Berlin

Telefon: +49 (0) 30 43 73 43 43  
Fax: +49 (0) 30 44 67 73 99  
E-Mail: [presse@pr4you.de](mailto:presse@pr4you.de)  
Internet: <http://www.pr4you.de> & <http://www.pr-agentur-food.de>

**(2) Holländische Auberginen**

Ansprechpartner: Natasja Zonneveld

Weiteres Pressmaterial zu dieser Pressemitteilung  
ist im Presse- & Newsroom unter [www.pr4you.de](http://www.pr4you.de) abrufbar.

---

Aubergine8 (A8)  
Postbus 666  
2675 ZX Honselersdijk  
Niederlande

Telefon: +31 174 63 76 02  
E-Mail: [info@a-acht.nl](mailto:info@a-acht.nl)  
Internet: <http://www.aubergine.nl/de>

### **Hintergrundinformationen:**

#### **Über Aubergine8 (A8): Holländische Auberginen**

Die Organisation A8 (Aubergine8) ist der Erzeugerverband niederländischer Auberginenzüchter. Nur einer von zehn Niederländern hat schon einmal Aubergine gegessen. Damit gibt es für das Gemüse einen großen Markt zu erobern, besonders in Hinblick auf aktuelle Gesundheitstrends und die zunehmende Aufgeschlossenheit der Verbraucher. Die niederländischen Landwirte haben sich zusammen getan, um die Aubergine in den Fokus der Öffentlichkeit zu rücken. Vielfältige (Promotions-) Tätigkeiten sollen das Wissen der Verbraucher über Holländische Auberginen boosten sowie die Einstellung zu und den Umgang mit dem Gemüse positiv beeinflussen. A8 arbeitet eigenständig und in Kooperation mit Marketingorganisationen und Verbrauchermärkten, mit dem Ziel die Marktpositionierung der niederländischen Auberginenproduzenten zu verbessern.

Weitere Informationen: <http://www.aubergine.nl/de>