

Bio-Säfte

Lebensmittel der Woche



Foto: © Timo Klostermeier_pixelio.de



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raumes
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



© BIO AUSTRIA

Allgemeines

In der Saftkunde werden Direktsaft, Saft aus Konzentrat, Nektar und milchsauer vergorener Gemüsesaft unterschieden.

Bei der Herstellung von Direktsaft wird ausschließlich frisches, reifes Obst und Gemüse gepresst, gefiltert, pasteurisiert und abgefüllt. Er enthält nur die fruchteigenen Aromen und das Wasser aus der Frucht.

Bei Saft aus Konzentrat wird dem Saft das fruchteigene Wasser und Aroma entzogen und auf etwa ein Sechstel seines ursprünglichen Volumens verdichtet. Konzentrat und Aroma werden getrennt voneinander gelagert und transportiert und später wieder mit Wasser verdünnt, pasteurisiert und abgefüllt.

Beim Nektar werden dem Fruchtsaft Zucker bzw. andere Süßungsmittel und Wasser zugesetzt. Früchte, die sehr viel Fruchtsäure oder Fruchtfleisch enthalten, können nicht als Fruchtsaft, sondern nur als Nektar angeboten werden.

Beim milchsauer vergorenen Gemüsesaft wird der frisch gepresste Gemüsesaft mit Milchsäurebakterien versehen.

Konsum

Etwa 25 Liter Fruchtsaft werden in Österreich pro Kopf und Jahr konsumiert. Am beliebtesten ist Orangensaft, gefolgt von Apfelsaft und Multifruchtsaft.

Bio-Besonderheiten

Für die Produktion von Bio-Fruchtsäften wird Obst und Gemüse aus biologischem Anbau verwendet. Im biologischen Obstbau werden Krankheiten und Schädlinge durch den Einsatz und die Förderung von Nützlingen wie Marienkäfern und Raubmilben sowie natürlichen Pflanzenschutzmitteln bekämpft. Die Abwehrkräfte der Pflanzen werden unter anderem durch Gesteinsmehle und Pflanzenextrakte gestärkt. Besonderes Augenmerk wird auch auf die Fruchtbarkeit des Bodens gelegt: der Boden wird schonend bearbeitet mit Bio-Kompost gedüngt.



Foto: © Bernd Kasper/
pixelio.de

Wussten Sie, dass

- beim Bio-Anbau von Obst auf den Einsatz von chemisch-synthetischen Pestiziden und schnelllöslichen mineralischen Düngemitteln verzichtet wird?
- In Bio-Säften Enzyme oder Zusatzstoffe, die aus gentechnisch veränderten Organismen hergestellt sind, nicht eingesetzt werden dürfen?
- Konservierungsstoffe wie Sorbinsäure und Benzoesäure, wie auch Farbstoffe und Geschmacksverstärker in Bio-Säften nicht enthalten sind?

In der Verarbeitung

Obst- und Gemüsesäfte können natürlich auch selbst zubereitet werden. Säfte können mit Hilfe eines Entsafters oder einer Presse im Kaltverfahren oder mittels Dampfentsafter hergestellt werden. Bei der Kaltentsaftung sollte der Saft vor der Abfüllung pasteurisiert werden, sofern er nicht gleich getrunken wird.

Bei der Zubereitung von Smoothies wird das rohe Obst und Gemüse als Ganzes verwendet und nicht nur ausgepresst.

Bio-Facts

- BIO AUSTRIA-Betriebe müssen alle Betriebszweige biologisch bewirtschaften – eine Umstellung nur von Teilen des Betriebes ist verboten.
- Die Unkrautbekämpfung auf BIO AUSTRIA Betrieben erfolgt mechanisch und gedüngt wird im Sinne der Kreislaufwirtschaft mit hofeigenem Bio-Kompost.
- Die Bio-Obstbäume werden sorgfältig ausgewählt: Nur gentechnikfreie, robuste und standortangepasste Jungbäume werden gepflanzt.

Bio-Apfelsaft naturtrüb

(ca 1 Liter)

Bio-Zutaten

1,5 kg Äpfel

Zubereitung

Die Äpfel gut waschen und Kerngehäuse und faulige Stellen entfernen. Apfelstücke in den Entsafter geben und den Saft anschließend durch ein feinmaschiges Sieb (Passiertuch) gießen. Den gesiebten Apfelsaft für etwa 5 Minuten auf 80 bis 85°C erhitzen (pasteurisieren). Den heißen Saft in sterilisierte Flaschen abfüllen und kühl und dunkel lagern.

