

<http://www.heimwerker.de/garten/gartenpflege-und-pflanzen/gartenpflege/gartenpflege-im-herbst/apfelsorten-ernte.html#c18575>

Apfelsorten in Deutschland

Die beliebtesten Apfelsorten und wann man sie erntet



Der Apfel aus dem eigenen Garten soll köstlich schmecken, vielseitig einsetzbar und lagerfähig sein. Baumschulen haben inzwischen durch die Kreuzung von Zwergapfel, Holzapfel und anderen Wildapfelsorten eine große Auswahl an Apfelsorten gezüchtet. Apfelforscher (oder Pomologen) unterscheiden inzwischen sogar über 1500 verschiedene Apfelsorten. Auf den Markt und in das Supermarktregal gelangen aber eigentlich immer nur die üblichen Verdächtigen: Braeburn, Elstar, Gala, Golden Delicious oder Jonagold. Aber auch neuere Sorten, wie Fuji oder Pink Lady werden immer beliebter. Nachteil der Apfelsorten aus dem Handel: Für den Privatgarten sind sie wegen ihrer hohen Schorfanfälligkeit eher ungeeignet. Für den eigenen Garten gibt es dennoch einige empfehlenswerte Apfelsorten, mehr dazu hier: [Apfelbaum im eigenen Garten pflanzen](#).

Inhaltsübersicht: Apfelsorten

- [Pflück- und Genussreife von Äpfeln](#)
- [Übersicht der Apfelsorten](#)
- [Boskoop rot](#)
- [Braeburn](#)
- [Cox Orange](#)
- [Elstar](#)
- [Gala](#)
- [Gloster](#)
- [Golden Delicious](#)
- [Holsteiner Cox](#)
- [Idared](#)
- [Jonagold](#)
- [Jonagored](#)
- [Pinova](#)
- [Blutapfel \(Purpurapfel\)](#)
- [Seltene Apfelsorten](#)
- [Traditionelle Apfelsorten in Südtirol](#)
- [Was ist am Apfel so gesund?](#)
- [Nährwert pro 100 g frische Apfelfrucht](#)
- [Äpfel sind wichtig für den Darmtrakt](#)
- [Auch in der Form von Apfelsaft sind Äpfel gesund](#)

Pflück- und Genussreife von Äpfeln

Einige Sorten können bereits nach der [Apfelemte](#) gegessen werden, dagegen entwickeln manche Sorten ihren typischen Geschmack erst einige Zeit danach. Deshalb wird zwischen der **Pflückreife** und der **Genussreife** unterschieden: Bei einem **pflückreifen** Apfel lässt sich der Stiel gut von seiner Ansatzstelle lösen. **Genussreif** sind die Äpfel jedoch erst mehrere Tage oder Wochen nach dem Pflücken, weil sie in dieser Zeit nachreifen und so ihr volles sortentypisches Aroma entwickeln.

Übersicht der Apfelsorten



Boskoop rot

Geschmack:
fruchtig, säuerlich, erfrischend, würzig,
festes, saftiges Fruchtfleisch,
später mürbe
Pflückreife:
Ende September bis Mitte Oktober
Genussreife:
November bis April



Braeburn

Geschmack:
süß, schwach aromatisch,
mit knackig, festem Fruchtfleisch
Pflückreife:
Mitte Oktober
Genussreife:
November bis Mai



Cox Orange

Geschmack:
süßsäuerlich, würzig, aromatisch,
festes und feines Fruchtfleisch,
später angenehm mürbe
Pflückreife:
Mitte bis Ende September
Genussreife:
Ende September bis März



Elstar

Geschmack:
feinsäuerlich, würzig, erfrischend, knackig,
saftiges Fruchtfleisch von weiß-gelblicher Farbe
Pflückreife:
Ende September bis Anfang Oktober
Genussreife:
Ende September bis Mai



Gala

Geschmack:
süßfruchtig, feinaromatisch,
knackiges, festfleischiges und saftiges Fruchtfleisch
Pflückreife:
Mitte September
Genussreife:
Ende September bis März



Gloster

Geschmack:
feinfruchtig, säuerlich,
grün-gelbliches Fruchtfleisch
Pflückreife:
Mitte Oktober
Genussreife:
November bis Mai



Golden Delicious

Geschmack:
süß, aromatisch, würzig, mit feiner Säure,
festes, knackiges Fruchtfleisch,
später mürbe
Pflückreife:
September bis Oktober
Genussreife:
Oktober bis Juli



Holsteiner Cox

Geschmack:
würzig, fruchtig, aromatisch, feinsäuerlich,
grobzelliges, gelbes bis cremefarbenes Fruchtfleisch
Pflückreife:
Mitte bis Ende September
Genussreife:
Oktober bis März



Idared

Geschmack:
schwach feinsäuerlich,
festes, weißes bis leicht rosanes Fruchtfleisch
Pflückreife:
Mitte bis Ende Oktober
Genussreife:
Dezember bis Juli



Jonagold

Geschmack:
süßlich und feinsäuerlich,
saftiges, gelbes Fruchtfleisch,
später vollreif, weich und mürbe
Pflückreife:
Ende September bis Mitte Oktober
Genussreife:
Oktober bis Juli



Jonagored

Geschmack:
süßlich und feinsäuerlich, saftiges,
gelbes Fruchtfleisch, später weicher
Pflückreife:
Ende September bis Mitte Oktober
Genussreife:
Oktober bis Juli



Pinova

Geschmack:
süß, aromatisch, leicht gewürzt,
saftiges, feinzelliges Fruchtfleisch
Pflückreife:
Oktober
Genussreife:
November bis Mai



Blutapfel (Purpurapfel)

Geschmack:

süß-sauer und aromatisch.

Besonderheit: Rotes Fruchtfleisch

Pflückreife:

Oktober

Genussreife:

bis Dezember

[Apfelbäumchen online kaufen](#)

Seltene Apfelsorten

Die oben aufgeführten Sorten sind heutzutage in den meisten Supermärkten erhältlich. Weniger bekannt sind jene Apfelsorten, die bereits vor mehr als 400 Jahren angebaut wurden. Unter den Namen "**Roter Eisenapfel**", "**Königlicher Krummstiel**" oder "**Herbstparmäne**" gehören diese Äpfel zu den wenigen Sorten, die bis heute erhalten geblieben sind.

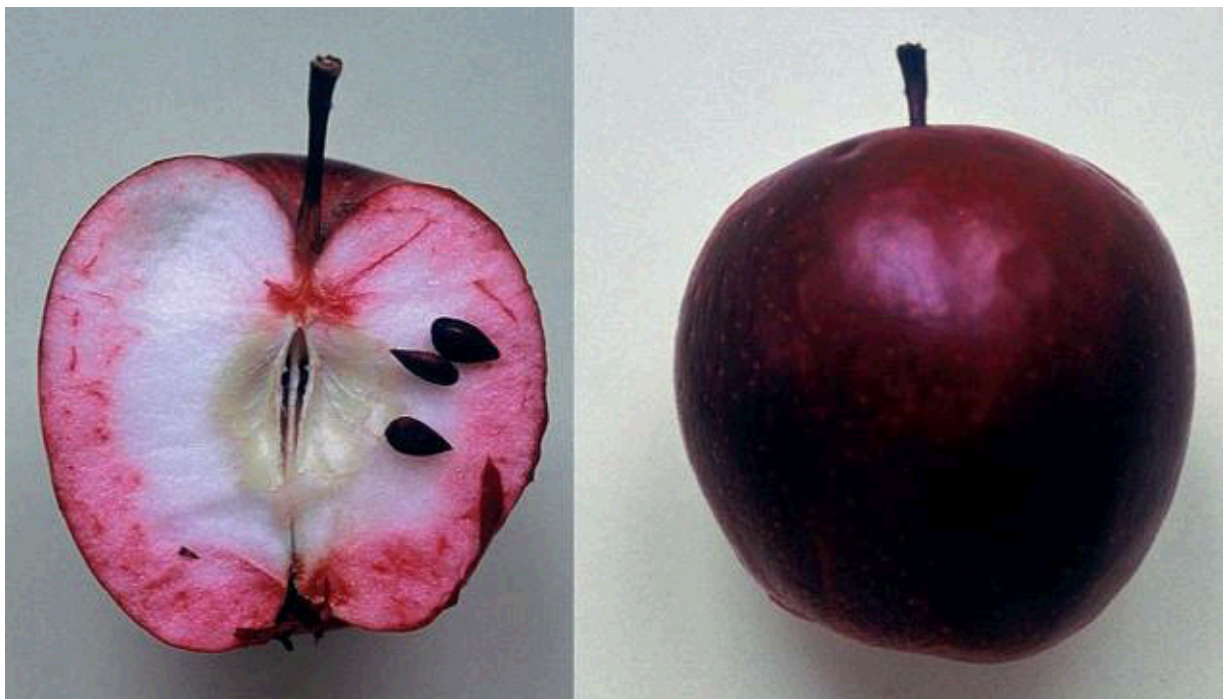
In den vergangenen zwei Jahrhunderten ging ein Großteil der Sortenvielfalt verloren. Im 18. und 19. Jahrhundert wurden Äcker, Gärten und Wegesränder mit Apfelbäumen bepflanzt, sodass sich verschiedene Sorten miteinander mischten. Dadurch wiesen diese sogenannten "**Streuobstbäume**" eine große Sortenvielfalt auf. In eine gravierende Veränderung in der Geschichte des Apfels war die zunehmende Verstädterung. Gegen Ende des 19. Jahrhunderts erteilte der Deutsche Pomologenverein die ersten Sortenempfehlungen für den gewerblichen Obstanbau. Weitere Apfelsorten gingen durch die stark rationalisierte Tafelobstproduktion nach dem Zweiten Weltkrieg verloren.

Mit der Einführung der Abholzprämien im Jahr 1950 erreichte das "**Apfelsortensterben**" seinen Höhepunkt. Diese Prämien wurden für die Abholung unrentabler Obstbäume gezahlt, infolgedessen der Bestand an Streuobstbäumen drastisch abnahm und nur wenige Standardsorten erhalten blieben. So besitzen heutzutage nur rund 20 bis 30 Sorten eine wirtschaftliche Bedeutung, von denen Äpfel, wie "Golden Delicious", "Jonagold" und "Red Delicious" fast 70 Prozent des Gesamtangebotes auf dem [Apfelmarkt](#) ausmachen.

Einen Aufschwung in der Sortenvielfalt gab es in den vergangenen Jahren durch groß angelegte Projekte, wie das "Apfelnetzwerk", das Ende 2009 von dem Julius-Kühn-Institut gegründet wurde. Ziel dieses Projekts ist es, mehr als 1000 Apfelsorten mit ihren spezifischen Merkmalen zu erhalten. Dabei werden die Sorten dauerhaft an mindestens zwei Standorten in Deutschland angepflanzt und auf diese Weise ihr Bestand gesichert. Natürlich kann jeder Mensch seinen Teil zum Erhalt der Sortenvielfalt beisteuern, indem bevorzugt alte Apfelsorten im Garten gepflanzt oder Streuobstwiesen angelegt werden. Auch der Kauf von seltenen und regionalen Sorten trägt dazu bei.

Die Sicherung der biologischen Vielfalt wirkt sich positiv auf die modernen Apfelsorten aus. So besitzen alte Sorten oft Merkmale, die für die Züchtung neuer Sorten von Vorteil sind, zum Beispiel im Geschmack, bei der Anpassung an klimatische Veränderungen oder natürliche Resistenzen gegen Krankheiten und Schädlingen.

Traditionelle Apfelsorten in Südtirol



Bei vielen traditionellen Apfelsorten wurde der Name vom Volksmund bestimmt, wie hier beim "Blutapfel".

Der Tradition, die alten Apfelsorten zu pflegen, haben sich auch viele der Südtiroler Apfelbauern verschrieben, die sich für den Erhalt und den Anbau traditioneller Sorten einsetzen, um die große Vielfalt in den verschiedenen Regionen Südtirols zu erhalten. Diese "Traditionsäpfel" erkennt man an ihren außergewöhnlichen Namen: Der "**Gelbe Bellefleur**" ist ein sehr saftiger Apfel mit einer mürben Konsistenz. Diese französische Sorte eignet sich als Tafel- und Wirtschaftsapfel und ist in Südtirol unter dem Namen "Schafsnase" bekannt. Den Namen erhalten die Äpfel von ihren runden Kanten, die der Nase eines Schafs ähnlich sehen sollen. Der "**Gelbe Fritz**" stammt ursprünglich aus der Region Eppan und erhält seinen Namen durch seine typisch gelbe Farbe und seinem prickelnden Biss. Das italienische Wort "frizzante", übersetzt: "spritzig", wurde umgangssprachlich im Laufe der Zeit zu "Fritz" abgeändert. Unter dem "**Blutapfel**", auch "**Purpurapfel**" genannt, sind mehrere Apfelsorten bekannt. Charakteristisch für diese Äpfel ist das rote Fruchtfleisch und die knallig rote Schale.

Eine wahre Kostbarkeit ist der "**Weißer Winter-Calvill**", der Anfang des 20. Jahrhunderts sogar in Seidenpapier verpackt von Südtirol zum russischen Zarenhaus exportiert wurde.

Natürlich gehören auch die bekannten Apfelsorten, die den Großteil des Apfelanbaus in der Region ausmachen, zu den echten "Südtiroler Originalen" und sind als regionale Spezialität anerkannt. Dabei garantiert das Gütesiegel ihren Ursprung und den traditionsreichen Anbau.

Was ist am Apfel so gesund?

Ein Apfel besitzt eine ausgewogene Mischung aus Vitaminen, Spurenelementen sowie eine große Menge an sekundären Pflanzenstoffen. So ist er reich an Folsäure, B-Vitaminen, Vitamin E und Niacin. Außerdem stärkt der hohe Vitamin C-Gehalt das Immunsystem, während der sekundäre Pflanzenstoff Quercetin die Umwandlung von Nitrit in die gefährlichen Nitrosaminen hemmt und somit der Entstehung von Krebs vorbeugt.

Auch die Apfelschale ist gesund, wenn sie zuvor gründlich abgewaschen wurde. In ihr sind Carotenoide enthalten, die als Vorstufe des wichtigen Vitamins A gelten. Sie sind gut für das menschliche Sehvermögen, schützen die Haut vor UV-Schäden, die zu Hautkrebs führen können, und geben ihr ein gesundes Aussehen.

Schließlich sind im Apfel eine ausreichende Menge an lebenswichtigen Mineralstoffen, wie Calcium, Eisen, Kalium, Magnesium und Phosphor enthalten.

Nährwert pro 100 g frische Apfelfrucht

Energie:	54 Kcal	Bor:	0,25 mg Vit.
Magnesium:	5,00 mg	Vit. B1:	0,07 mg
Wasser:	81,70 g	Polyphenole:	0,90 g
Calcium:	7,00 mg	Vit. B2:	0,04 mg
Eiweiß:	0,45 g	Seelen:	0,001 mg
Phosphor:	14,00 mg	Vit. B6:	0,50 mg
Fett:	0,50 g	Natrium:	3,00 mg
Eisen:	0,50 mg	Vitamin B3:	0,40 mg
Kohlenhydrate:	11,40 g	Kalium:	160,0 mg
Zink:	0,10 mg	Vitamin B5:	0,13 mg
Polyphenole:	1,10 g	Chlor:	5,00 mg
Vit. A:	8,00µg	Vit. C:	0,50 mg
Cholesterin:	0,00 mg	Mangan:	0,10 mg
Carotin:	0,50 mg	Silizium:	0,20 mg
Schwefel:	6,00 mg	Zink:	0,07 mg
Vit. E:	0,60 mg	Molybdän:	0,001 mg
Inositol:	22.00 mg	Kupfer:	0,04 mg
Folsäure:	0,007 mg	Pektin:	1,30 g

Äpfel sind wichtig für den Darmtrakt

Unabhängig von der Sorte besitzt ein Apfel noch weitere positive Eigenschaften für die Gesundheit. So enthält er Flavonoide, die das Darmkrebs-Risiko senken können. Dies bestätigt auch das nationale Forschungsnetzwerk, das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert wird. Bereits seit 2002 besteht es unter der Führung von Dr. Dr. Dieter Schrenk von der Technischen Universität Kaiserslautern (Fachbereich Chemie). Das Netzwerk untersucht, inwieweit sich die Inhaltsstoffe von Apfelsaft zur Prävention von Darmkrankheiten auswirken. Die Ergebnisse werden im Internet unter www.nutrition-net.org auch der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

Auch in der Form von Apfelsaft sind Äpfel gesund

Apfelsaft aus frischen Äpfeln oder gekaufter Apfelsaft sind ebenfalls sehr gesund. Asthma bronchiale gehört zum Beispiel zu den häufigsten chronischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Mit dem täglichen Genuss eines frisch gepressten Apfelsaftes oder auch eines Apfelsaftkonzentrates lässt sich die Entstehung dieser Erkrankung vermindern.

Wichtig: Bevorzugen Sie naturtrüben Apfelsaft gegenüber klarem Apfelsaft. Der wesentliche Unterschied besteht darin, dass im naturtrüben Apfelsaft ein viel höherer Gehalt an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen enthalten ist. Es darf in diesem Zusammenhang aber nicht unerwähnt bleiben, dass auch viel mehr Polyphenol enthalten ist. Gerade Polyphenol kann Darmkrebs und eventuell auch entzündlichen Darmerkrankungen vorbeugen.

Naturtrüben Apfelsaft online kaufen

Weiter zum nächsten Thema: [Kürbisse im Herbst ernten](#)

Zurück zum Thema: [Apfelernte im Herbst: Tipps zum Ernten](#)

Zurück zum Oberthema: [Garten im Herbst: Gartenpflege, Herbstlaub, Überwinterung](#)

Hilfe benötigt? Dringende Fragen?

Jetzt im [Heimwerker-Forum](#) beraten lassen!