

**Det är
Äpplets dag
25/9!**



Eko-äpplen är fulla med nyttiga bakterier som kan ge bättre smak och hälsa

Det gamla ordspråket "an apple a day keeps the doctor away" har stärkts av ny forskning från Tekniska Universitetet i Graz, Österrike. Studien visar både hur smak och nytta kan öka i ekologisk frukt.

Variation i vår mikrobiota – alltså det komplexa bakteriesamhälle som bebor oss och som vi är beroende av för vår hälsa, ses idag som en nyckel till en frisk mage och tarm, och kan påverkas av vad vi äter.

– Ett genomsnittligt äpple bär på 100 miljoner bakterier. Nyskördade, ekologiskt odlade äpplen bär på avsevärt mer mångfaldig, jämnt fördelad och tydlig mikrobiota eller bakteriesamhälle, berättar en av forskarna bakom studien, Gabriele Berg.

Även om konventionella äpplen hade samma antal bakterier, så upptäckte forskarna att ekologiska äpplen bar på en mer balanserad och divers bakterieflora, som de menar kan göra dem mer smakrika och hälsosamma.

Växtutvecklaren Kimmo Rumpunen från Sveriges Lantbruksuniversitet har varit med och startat rikstävlingen Must SM där dryckesförädlare tävlar i olika klasser.

– Det har varit en tydlig övervikt av drycker som använt ekologisk frukt bland vinnarna. Detta kan till viss del förklaras med odlingsmetoderna och att ekologisk frukt vanligen är mindre och därför har en mer koncentrerad arom. Det är också känt att både bakterier och jästsvampar som naturligt finns hos äpple påverkar smaken hos fermenterade äppelprodukter, och man har konstaterat att svampmikrofloran har större mångfald i ekologiska odlingssystem.

Projektet Framtidens frukt, har som uppgift att sprida kunskap om den ekologiska fruktodlingen i Sverige.

I projektet kan barn och familjer vara med och utveckla framtidens ekologiska frukt och får följa ett eget träd från frö till ympat träd och färdig frukt.

Projektet stötts även av ambassadörer som konditorn My Feldt och kockarna Ulrika Brydning och Paul Svensson, som bidrar till att föra ut kunskapen om den svenska eko-frukten i professionella kök och bagerier.

Källor: [The Guardian](#), [Frontiers in Microbiology](#)

Framtidens frukt finns på plats med kunniga odlare på [Äppelmarknaden](#) i Kivik 28–29 september.

Framtidens frukt är ett pedagogiskt projekt som vill öka kunskapen om den ekologiska fruktodlingen och stimulera till närmare dialog mellan ekologiska fruktodlare och konsumenter av ekologiska produkter.



Fem fakta om Framtidens frukt – här kan du läsa om hur vi odlar ekologiskt

1. Vi använder naturliga medel och metoder som inte skadar människor och andra livsformer som maskar, insekter, fåglar och vilda djur när vi måste hantera skadeinsekter och svamp som hotar vår skörd.

2. Vi skapar miljöer som främjar den biologiska mångfalden. Vår odling är därför rik på växter och har många olika sorters bin, humlor, fjärilar, skalbaggar och andra nyttoinsekter som är viktiga för pollineringen.

3. Vi värnar vattnet som är källan till allt liv. Inga naturfrämmande växtskyddsmedel och ingen konstgödsel ska få rinna ner i grundvattnet eller övergöda våra sjöar, vattendrag och hav. Inga restämnen ska heller finnas kvar i frukten.

4. Vi behandlar jorden varsamt och stärker de naturliga organismer som bearbetar organiskt material, ökar mullhalt och ger våra fruktträd nödvändig näring.

5. Vi arbetar ständigt för att lära oss mer om samspelet i naturen och söker nya aromrika sorter som kan vara särskilt lämpade för ekologisk odling och vårt klimat. Våra äpplen utvecklas långsammare, har mindre volym och får därför en mer koncentrerad smak och arom.

Följ oss på

<https://www.framtidensfrukt.se/>

https://www.instagram.com/framtidens_frukt

<https://www.facebook.com/framtidensfrukt>

Bakom projektet

Marcus Callenbring, ekologisk fruktodlare på Stora Juleboda Gård i Degeberga.

Kimmo Rumpunen, forskare, SLU Balsgård, växtförädlare av dessert, must- och cideräpplen för hållbar odling i svenskt klimat.

Charlotte Sommarin, ordförande i föreningen Sörmlandsäpplen, sammanslutning av ekologiska fruktodlare.

KONTAKT

Kommunikationsansvarig

Anna Lind Lewin, anna@lindlewin.se, 070-656 31 31.

