



frisch saftig steirisch

# Apfelgeschichten



# Frisch verliebt

frisch saftig steirisch



Das sind Chris und Lucia. Die beiden sind sich vor drei Jahren am Christkindlmarkt in Graz über den Weg gelaufen – an einem Bratapfelstand. Sie sahen sich und verliebten sich. Seitdem verbringen sie jede freie Minute miteinander.

Was Chris und Lucia von vielen anderen unterscheidet: Sie sind auch nach einigen Jahren noch immer „frisch verliebt“. Chris liebt die Art, wie Lucia früh morgens an ihrer Kaffeetasse nippt. Und Lucia mag vor allem die liebevolle Art, mit der Chris kocht.

Und manchmal, wenn es bei den beiden zuhause heimelig wird, hört man sie sogar darüber sprechen, dass sie gerne ein Baby hätten. Dem würde Chris einen Baum im Garten pflanzen. Einen Apfelbaum natürlich. Zum Klettern und Verstecken. Und zum Baumhaus bauen. Chris kann sich das alles schon lebhaft vorstellen. Und wer weiß, vielleicht geht sein Wunsch ja bald in Erfüllung...



# Saftig kleckern

frisch saftig steirisch



Das ist Benni. Er ist 4 Jahre alt und lebt mit seinen Eltern in einem Haus mit großem Garten am Stadtrand von Graz. Benni ist ein Energiebündel. Am liebsten tobt er den ganzen Tag mit Hund Gismo, Schwester Lena oder seinen besten Kindergarten-Freunden Moritz und Tobias im Garten herum. Dabei ist ihm kein Baum zu hoch, kein Spiel zu wild und auch der Kräutergarten von Mama Evi ist nicht immer vor den Trampelspuren des kleinen Rabauken sicher. Kein Wunder, dass sich in der Waschküche im Keller die Schmutzwäsche oft körbewise stapelt. Schließlich macht es Spaß, auf dem Heimweg vom Kindergarten in jede Pfütze zu springen. Und von den Grasflecken auf den Knien, die regelmäßig als „Bremspuren“ beim Fußballspielen entstehen, kann Bennis Mutter ein ganzes Liederbuch singen.

Auch beim Essen wird von Benni gut und gerne „saftig gekleckert“. Besonders die Äpfel vom eigenen Baum im Garten hinterlassen oft bleibende Spuren auf T-Shirt und Hose. Doch zum Glück verkneift sich Mama Evi in diesen Momenten das Schimpfen. Sie weiß schließlich, wie wichtig der Vitamincocktail im Apfel für die Entwicklung von Kindern ist. Und, ganz ehrlich: Kleinen Fleckenzwergen kann man als Mutter sowieso wegen gar nicht böse sein.



# Steirisch süß-sauer

frisch saftig steirisch

[www.frisch-saftig-steirisch.at](http://www.frisch-saftig-steirisch.at)

Äpfel aus der Steiermark



Ich bin Laura, 25, Studentin und nebenbei Kellnerin – wie die meisten Studenten eben. Außerdem bin ich noch: Tochter, große Schwester, Freundin, beste Freundin, Seelenträgerin, Fashion Victim, Hobbyfotografin, Katzenbesitzerin, ab- und zu mal Sportlerin, Musikliebhaberin, Filmfan und... und ich mag es nicht, wenn man Leute in Schubladen steckt. Mich kann man einfach nicht in ein paar Zeilen beschreiben. Man kann mich nur kennenlernen und hoffentlich mögen – oder auch nicht.

Zum Thema Kennen fällt mir übrigens ein: Kennt ihr die Weisheit aus dem Film Forrest Gump? „Das Leben ist wie eine Schachtel Pralinen. Man weiß nie, was man kriegt.“ Ich finde, das stimmt nicht. Nach 25 Jahren weiß ich genau, was man kriegt: „Süß-Sauer“ und das fast jeden Tag. Ich meine, Lernstress und Prüfungserfolg, Schmetterlinge im Bauch und Herzschmerz, erwachsen sein müssen aber lieber kindisch sein wollen, Himmelhoch jauchzend oder zu Tode betrübt, neue Klamotten im Schrank, aber ein Loch auf dem Konto... Ich bin sicher, man könnte diese Liste noch unendlich lange fortsetzen.

Aber, um ehrlich zu sein, ich mag es genau so. Also, vergesst die Pralinen. Ich finde, das Leben ist eher wie ein Apfel. Kugelrund und bunt. Süß-Sauer. Und man muss es einfach lieben.

# Frisch zellenkur

frisch saftig steirisch



Das ist Resi. Resi ist die nachgiebigste Oma, die lustigste Geschichtenerzählerin, die beste Mehlspeisenköchin und überhaupt die freundlichste von allen. Das sagt zumindest Lukas, das kleinste ihrer 12 Enkelkinder. Und Vollblutbäuerin ist sie auch. Über 40 Jahre lang hat sie gemeinsam mit ihrem Mann Sepp und den Schwiegereltern ihren Bauernhof in der Oststeiermark bewirtschaftet. Kühe melken, Hühner füttern, Felder bestellen, Ernte einbringen, das waren ihre Aufgaben. Jetzt ist sie in Pension und hat endlich mehr Zeit für all die Dinge, die ihr Spaß machen. Kreuzworträtsel lösen zum Beispiel. Oder Radio hören.

Am liebsten ist sie aber noch immer in der Natur unterwegs. Schließlich will sie noch lange fit und gesund bleiben. Zu Weihnachten hat ihr die Tochter Walking-Stöcke geschenkt. Neumodisches Zeug, hat sie am Anfang gedacht. Aber nur am Anfang, denn jetzt marschiiert sie täglich eine Stunde damit durch die Wiesen und Felder und hat eine echte Freude dabei.

Doch das Walken ist nicht das einzige, das Resi fit hält. Wichtig für die Gesundheit ist auch der tägliche Apfel. „Der Apfel, das ist meine Frischzellenkur“, antwortet Resi stets gut gelaunt auf die Frage, warum sie denn mit ihren 70 Jahren noch immer so viel Kraft und Energie hat. Sagt's und beißt hinein in den saftigen steirischen Apfel. Das ist halt die Resi, wie sie alle kennen und lieben.



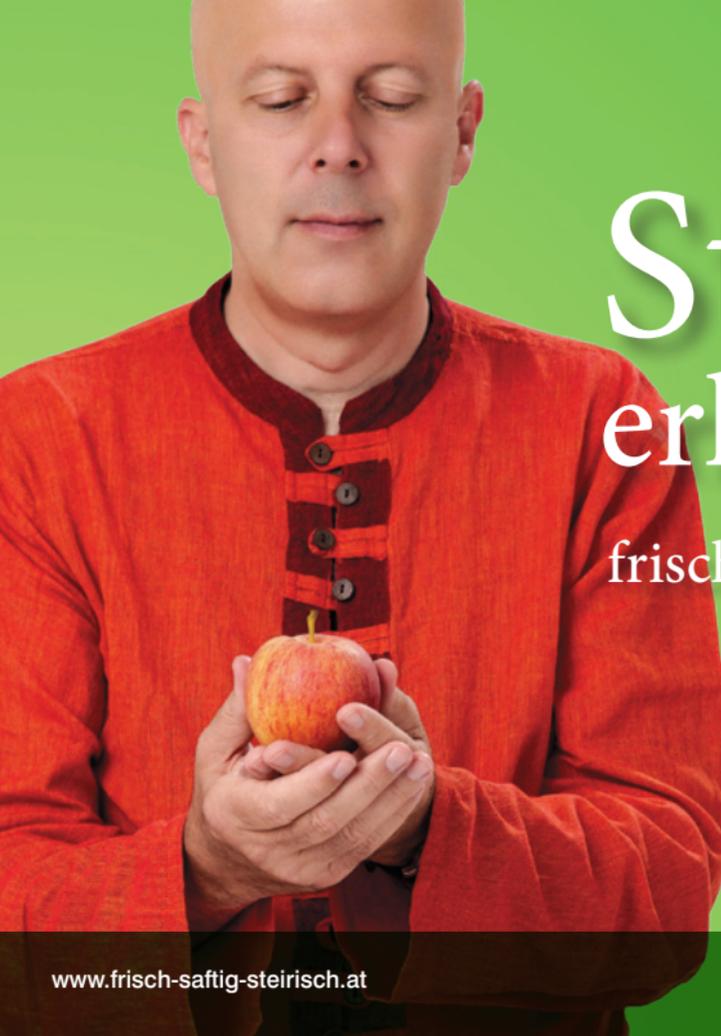
# Saftig vernaschen

frisch saftig steirisch



Das ist Melanie. Melanie ist 29 Jahre alt, arbeitet als Fitnesstrainerin und ist eine große Naschkatze. Als Fitnesstrainerin achtet Melanie auf ihren Körper, aber sie liebt auch die süßen Seiten des Lebens. Von Frauen, die den ganzen Tag nur Kalorien zählen, hält Sie nicht allzu viel. Dafür genießt sie viel zu gerne. Sollte die Waage doch einmal ein paar Kilogramm zu viel anzeigen – kein Problem. Schließlich ist niemand perfekt. Und außerdem weiß Melanie selbst am besten, mit welchen Übungen sie ihren Körper wieder in Form bekommt.

Auch die Liebesgeschichte zwischen Ihr und ihrem Freund Daniel hat einen süßen Beginn. Er eroberte ihr Herz auf dem Rummelplatz – mit einem knallroten, zuckersüßen Paradiesapfel. 4 Jahre ist das jetzt her und die beiden verstehen sich immer noch sehr gut. Nur dass Melanie immer das letzte Wort haben muss, nervt Daniel manchmal eine wenig. Trotzdem sollen im kommenden Jahr die Hochzeitsglocken läuten. Auf die Vorbereitung freut sich Melanie schon jetzt. Vor allem auf das Aussuchen der Hochzeitstorte. Dabei darf sie das letzte Wort haben, schließlich ist sie die Naschkatze. Und das ist gut so. Dem hat auch Daniel nichts mehr hinzuzufügen.

A man with a shaved head, wearing a red traditional Steiermark shirt, is holding a red apple in his hands. He has his eyes closed and a serene expression, suggesting a state of meditation or connection with nature. The background is a solid green color.

# Steirisch erleuchtet

frisch saftig steirisch

[www.frisch-saftig-steirisch.at](http://www.frisch-saftig-steirisch.at)

Äpfel aus der Steiermark



Das ist Heinrich. Heinrich ahnt seit seinen Kindheitstagen in Berlin, dass es etwas geben muss, das größer und mächtiger ist als er. Sogar größer und mächtiger als wir alle. Und er ahnt auch, dass es dieses Etwas ziemlich gut mit uns meint. Doch die Ahnung reicht ihm nicht. Er will es genau wissen und möchte einmal einen Blick hinter die Kulissen dieser Welt werfen. Er hat auf vielen Wegen versucht, die so genannte „Erleuchtung“ zu erlangen und meditiert täglich um sich mit der spirituellen Energie zu verbinden. Aber so ganz wollte es ihm nie gelingen.

Erst in der Steiermark mit ihrer wunderschönen Landschaft – insbesondere in den Apfelgärten in der Oststeiermark – hat er gefunden, was er so lange gesucht hat: Innere Ruhe und die Erkenntnis, dass sich das „Göttliche“ am besten in der Verbindung aus der Kraft der Natur und dem Talent des Menschen, diese zu respektieren und sie liebevoll zu nutzen, widerspiegelt.

# Zum Anbeißen!

## Die leckersten Äpfel für jeden Geschmack



### Braeburn

frisch-aromatisch

Die Sorte Braeburn stammt aus Neuseeland. Man erkennt den Braeburn an seiner festen, aber dünnen Schale und seinem süß-saurem Geschmack. Schmeckt am besten zur Jause oder als Obstsalat.



### Fuji / Kiku®

saftig-süß

Der Apfel mit dem exotischen Namen stammt aus Japan. Er ist eine Kreuzung aus den Sorten Golden Delicious und Ralls Janet. Der Fuji schmeckt super süß und würzig. In der Küche kann man ihn gut für Kompott und Gelees verwenden.



### Gala

saftig-süß

Extra süß, extra lecker. Super geeignet zum Strudelbacken oder als Bratapfel. Der Gala stammt ursprünglich aus Neuseeland und ist eine Kreuzung aus den Sorten Kidds Orange und Golden Delicious.



### Arlet

fruchtig-feinsäuerlich

Wer hat's erfunden? Richtig, die Schweizer. Die Sorte Arlet kommt aus der Schweiz und ist eine Kreuzung aus Golden Delicious und Idared. Der Arlet hat ein tolles Aroma und besonders viele Vitamine. Ideal für Kompott, Gelees, Nachspeisen oder zu würzigem Schnittkäse.



### Elstar

würzig-fruchtig

Herzhaft frisch und würzig-süß schmeckt die Apfelsorte Elstar. Sie stammt aus Holland und ist eine Kreuzung aus den Sorten Golden Delicious und Ingrid Marie. Besonders lecker schmeckt der Elstar im Obstsalat, als Apfeln oder zu Weichkäse.



### Idared

mild-süß

Der Idared ist ein toller Apfel für die Herstellung von Apfelmus und Apfelkompott. Er schmeckt mild, süß und saftig und enthält besonders viel Vitamin C. Erstmals gezüchtet wurde die Sorte in den USA.



### Golden Delicious

süß-aromatisch

Die Sorte Golden Delicious stammt ursprünglich aus den USA. Der Golden Delicious schmeckt extra süß und saftig und hat ein weiches Fruchtfleisch. Am besten verwendet man ihn zum Backen. Auch zu Schimmelkäse passt er gut.



### Jonagold

süß-feinsäuerlich

Aus einer Kreuzung der Sorten Golden Delicious und Jonathan ist in den USA die beliebte Apfelsorte Jonagold entstanden. Er schmeckt süß, aber auch ganz fein säuerlich und hat ein cremefarbiges Fruchtfleisch. Der ideale Apfel zum Backen, für Obstsalate oder frische Säfte.



### Kronprinz Rudolf

würzig-süß-säuerlich

Der Kronprinz Rudolf ist ein echter Steirer. Sein Fruchtfleisch ist weiß-gelblich und er hat ein besonders würziges Aroma. Besonders lecker im Apfelstrudel.



### Evelina®

süß-sauer

Die pikant-würzige Sorte Evelina stammt aus Deutschland. Evelina ist ein echtes Multitalent, schmeckt aber besonders gut im Obstsalat.



Obst Partner Steiermark GmbH  
Ludwig-Binder-Straße 3, 8200 Gleisdorf  
Tel. +43 (0) 3112/36414-0, Fax: +43 (0) 3112/36414-50  
office@opst.at, www.opst.at