**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 61 (1988)

**Heft:** 11

**Artikel:** Apfelsaft : sag mir, wo die Konsumenten sind!

**Autor:** Haeberli, Dori

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-519411

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 12.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Apfelsaft: Sag mir, wo die Konsumenten sind!

*(PI) Hochgradig verarbeitete Nahrungsmittel, vor allem kalorienreduzierte künstlich gesüsste Light-Getränke, sind in. Natürliche Produkte wie Apfelsaft verdienen aber vermehrte Beachtung. Wenn wir ihn trinken, leisten wir einen Beitrag zur Erhaltung der Natur.*

1980 betrug der Konsum an Apfelsaft pro Kopf der Bevölkerung noch 12,3 Liter, und nach dem zweiten Schweizerischen Ernährungsbericht steht er unter den alkoholfreien Getränken sowohl beim Mittagessen als auch beim Abendessen an vorderster Stelle. Während Jahren stagnierte der Konsum so um die 12 Liter herum, um dann allmählich gegen 11 Liter zu sinken. Auch wenn wir – vor Deutschland, Oesterreich und Frankreich – immer noch mit viel Vorsprung Weltmeister im «Apfelsaft-Trinken» sind, gibt der Konsumrückgang eines so natürlichen Getränks, wie das Apfelsaft ist, zu denken. Sind heute Limonaden, Süssgetränke oder gar die sogenannten «Light»-Getränke moderner und gefragter, ist «natürlich» out und nur noch «light» in?

In der auf den 1. Januar 1988 in Kraft gesetzten Lebensmittelverordnung (Änderung vom 4. 11. 1987) fällt auf, wie umfangreich – im Gegensatz zur früheren Verordnung – die Kapitel über «Diätetische Lebensmittel und Speziallebensmittel» geworden sind. Nichts gegen diese Diät-Lebensmittel, die «aufgrund ihrer Zusammensetzung den besonderen Ernährungsbedürfnissen von Menschen entsprechen, die aus gesundheitlichen Gründen eine andersartige Kost benötigen». Aber was die sogenannten «Speziallebensmittel» anbelangt, so hat man hier doch fast das Gefühl, «natürlich» sei nicht mehr ganz in . . . Da liest man von energieverminderten und energiearmen, von kohlenhydratverminderten, von zuckermodifizierten und zuckerfreien Lebensmitteln, von Zuckeraustauschstoffen, von eiweissangereicherten, nahrungsfaserreichen Lebensmitteln usw. Machen wir es uns im besonderen mit den kalorienreduzierten, den sogenannten «Light»-Nahrungsmitteln und -Getränken nicht etwas «light», d.h. leicht, wenn wir nicht aus Gesundheitsgründen auf eine solche Diät angewiesen sind? Anstatt mässig und mit Vernunft zu geniessen, wird oft fröhlich drauflos gegessen und getrunken – auf die Menge kommt es weniger an – es ist ja «light» und schlägt deshalb in der Kalorienbilanz vermeintlich weniger zu Buche als ein natürliches, vollwertiges Nahrungsmittel oder Getränk.

In einem natürlichen Getränk, wie das beispielsweise Apfelsaft ist, fallen die Kalorien bzw. Joule ohnehin kaum ins Gewicht. Dafür hat man aber etwas, das – gleich wie die Milch – zum Vollkommensten gehört, das uns die Natur in einem Getränk an Nähr- und Aufbaustoffen schenkt. Sein gesundheitlicher Wert beruht auf einem ausgewogenen Gehalt an Fruchtzucker, der als Energiespender direkt ins Blut übergeht und sich somit nicht in Fett umwandelt, während seine Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente für das richtige Funktionieren vieler Vorgänge im Körper unentbehrlich sind. Apfelsaft ist ein erfrischendes und zugleich stärkendes Getränk zu den Hauptmahlzeiten oder Zwischenverpflegungen, für die Arbeitspause sowie bei Sport und Spiel und für Erwachsene wie Kinder gleichermassen gut geeignet. Für den Apfelsaft spricht aber noch mehr:

Die weit über die Felder verstreuten hochstämmigen Obstbäume prägen vom Mittelland bis weit ins Voralpengebiet hinein unser schönes Landschaftsbild. Diese Feldobstbäume sind zugleich auch die bevorzugten Nistplätze vieler Singvögel. Und die Früchte dieser meist extensiv bewirtschafteten Bäume liefern einen Grossteil des Rohstoffes für den Apfelsaft. Nur wenn der Absatz dieses natürlichen Getränks weiterhin gesichert ist, nur dann können diese Feldobstbäume bewahrt und müssen nicht gefällt werden, weil sie unrentabel geworden sind. Mit dem Genuss von Apfelsaft hilft man deshalb gleichzeitig auch mit, unsere abwechslungsreiche Baumlandschaft und unsere Umwelt zu erhalten.

Vieles spricht somit für den Apfelsaft, dieses hundertprozentig reine Naturgetränk, das alle Nähr-, Gesundheits- und Genusswerte des Apfels, aber keinerlei Konservierungsmittel oder andere Fremdstoffe enthält: Apfelsaft ist und bleibt fabelhaft, natürlich und somit auch in!

*Dori Haeberli*