

- ▷ Wer die kühle Umschlaghalle beim Fruchthof Northeim betritt, sieht sich inmitten eines Festivals fruchtigster Gerüche und unterschiedlichster Farben und Formen. Die hundertfache Vielfalt an Obst, Gemüse und Zitrusfrüchten aus der ganzen Welt wie aus der Region bringt nicht nur duftige Abwechslung auf die Zunge, sondern liefert auch handfeste gesundheitliche Argumente.

## FRUCHTHOF NORTHEIM Gesundheitsvorsorger mit Flavonoiden



Fruchthof-Inhaber Lutz Hasenbeck kennt den aktuellen Markttrend: Convenience – insbesondere die Gastronomie setzt auf bequem vorverarbeitetes Obst, Gemüse und Feinkostsalate.



Riesige Kühlschränke: Im Lager vom FRUCHTHOF NORTHEIM bleiben die Früchte bei +3 bis +8 Grad Celsius auch bei größter Sommerhitze frisch.

**Das Auge isst mit.** Farbenfrohe Gemüse- und Obstsorten geben einem Gericht optisch das bunte Etwas. Bei grünen, gelben und roten Früchten kommt noch etwas hinzu: Sie enthalten besonders viele „Karotinoide“ und „Flavonoide“. Beta-Carotin, in Möhren, und Lykopen, in Tomaten, sind die bekanntesten Karotinoide. Sie sind Balsam für die Augen und machen als Krebs-Polizisten in unserem Körper Jagd auf „freie Radikale“.

**Flavonoide steuern die Farbgebung** der Pflanze und schützen sie vor äußeren schädlichen Einflüssen. Im Menschen bekämpfen sie Viren, Bakterien und Pilze. Außerdem senken sie das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, stärken das Immunsystem und senken das Darmkrebsrisiko. Da Flavonoide hauptsächlich in den äußeren Schichten von Früchten angesiedelt sind, sollten sie möglichst ungeschält verspeist werden.

**Jeden Tag und jede Nacht** treffen beim Fruchthof Bananen aus Südamerika, Orangen aus Spanien, Tafeltrauben aus Italien oder Salate aus deutschen Landen ein. Schon am nächsten Morgen ist die frische Fracht in temperierten LKWs auf dem Weg in die Regale der Lebensmittelhändler oder auf die Küchenbretter von Hotels, Restaurants oder Kurkliniken unserer Region. Die 60 Fruchthof-Mitarbeiter um den Firmeninhaber Lutz Hasenbeck und seinen beiden Söhnen Nils und Marc sind allesamt hervorragende Warenkundler mit dem Blick für Qualität. Im Frühjahr 2003 nahm der Frische-Spezialist die Hallenerweiterung in Betrieb – gerade rechtzeitig, um beispielsweise im Hitzesommer täglich bis zu 8.000 durstlöschende Melonen umzuschlagen. ◀