

## Die Erdbeere: Deutschlands unangefochtene Lieblingsfrucht!

Die Erdbeere ist die beliebteste Frucht der Deutschen. Erfahren Sie, warum sie 80 % der Konsumenten begeistert und welche Nährstoffe sie bietet.



**Deutschland** - Die Liebe der Deutschen zu Obst zeigt sich eindrucksvoll in den aktuellen Umfragen und Statistiken. Jährlich konsumiert jeder Deutsche rund 60 Kilogramm Obst. Unter diesen Früchten sticht die Erdbeere als absolute Lieblingsfrucht hervor. Laut einer Umfrage von Yougov im Auftrag der Deutschen Presse-Agentur zählt etwa 79 Prozent der Deutschen die Erdbeere zu ihren Favoriten. Dies wird von dem Bericht des **Merkur** untermauert, wo betont wird, dass fast 80 Prozent der Bevölkerung diese Scheinfrucht schätzt.

Die Erdbeere beeindruckt nicht nur in ihrer Beliebtheit, sondern auch in ihrer Vielfalt. Sie wird häufig pur konsumiert oder findet sich in vielen Desserts wieder – sei es auf Kuchen, mit Sahne

oder als Teil von Joghurts. Über 89 Prozent der Deutschen freuen sich auf die Erdbeerzeit, die bis Ende Juni dauert. Nur zwei Prozent der Befragten geben an, keine Erdbeeren zu mögen, was die hohe Beliebtheit dieser Frucht unterstreicht.

## **Beliebtheit im Vergleich**

In der Rangliste der Obstsorten folgen die Erdbeere auf dem ersten Platz, gefolgt vom Apfel, den 58 Prozent der Befragten bevorzugen. Himbeeren und Kirschen belegen die Plätze drei und vier, während Rhabarber und Stachelbeeren am Ende der Liste stehen, mit nur jeweils 17 Prozent. Die am häufigsten bevorzugten Obstsorten im Überblick:

- Erdbeeren - 79%
- Äpfel - 58%
- Himbeeren - 53%
- Kirschen - 50%
- Rhabarber - 17%
- Stachelbeeren - 17%

Die Vorlieben der Deutschen sind sehr vielfältig und lassen sich nicht nur auf den Geschmack, sondern auch auf die gesundheitlichen Vorteile der verschiedenen Früchte zurückführen. Äpfel sind bekannt für ihren hohen Ballaststoffgehalt, während Bananen eine bedeutende Kaliumquelle darstellen. Tafeltrauben helfen bei der Vitamin C-Aufnahme und Pfirsiche sind reich an wichtigen Nährstoffen wie Kalium und Magnesium.

## **Gesundheitliche Aspekte**

Die gesundheitlichen Vorteile der Erdbeere sind bemerkenswert. Sie enthält mehr Vitamin C als Orangen, sowie Ballaststoffe, Eisen, Kalium und wichtige Vitamine wie B9 (Folat) und B2. Dies macht die Erdbeere nicht nur zu einer köstlichen, sondern auch zu einer nahrhaften Wahl. Studies zeigen, dass der Verzehr von Erdbeeren auch mit positiven Effekten auf das Herz-Kreislauf-

System verbunden ist, Krankheitskeime abtöten kann und entzündungshemmende Eigenschaften besitzt.

Diese Ernährungsgewohnheiten sind nicht nur Geschmackssache, sondern haben auch einen direkten Einfluss auf die Gesundheit der Bevölkerung. Laut dem **Robert Koch-Institut** sind gesunde Essgewohnheiten entscheidend für die Prävention von Krankheiten und die Förderung des Wohlbefindens.

Zusammenfassend zeigen aktuelle Umfrageergebnisse und gesundheitliche Insights, dass die Erdbeere in Deutschland nicht nur als Genussmittel, sondern auch als wertvolle Nahrungsquelle geschätzt wird.

Details	
<b>Vorfall</b>	Sonstiges
<b>Ort</b>	Deutschland
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.merkur.de">www.merkur.de</a></li><li>• <a href="http://www.rnd.de">www.rnd.de</a></li><li>• <a href="http://www.rki.de">www.rki.de</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**