



### Ihre Region

Neues aus der  
Genossenschaft  
Migros Luzern

Aus der Region. Für die Region.

# Kleine Lieblinge

Superfood mit intensivem Geschmack, vielseitig einsetzbar, das sind **Aroniabeeren**.  
Familie Heggli baut sie für die Migros-Region Luzern an und verarbeitet sie auch  
gleich zu Saft oder Rohkost.

**Text:** Claudia Schmidt **Bilder:** Gerber/Lösch; Veronika Studer

Mit einem Refraktometer bestimmt  
Thomas Heggli den Zucker-  
gehalt der Aroniabeeren. 75 Oechsle  
müssen es mindestens sein.

**A**roniapflanzen treiben im Frühjahr aus, und bis zur Ernte der Aroniabeeren wird es noch dauern. Doch Thomas Heggli aus Benzenschwil hat immer noch einen Vorrat an Beeren zum Trocknen und Entsaften. «Damit alle Inhaltsstoffe erhalten bleiben, frieren wir sie direkt nach der Ernte ein. Wir holen sie bei Bedarf aus der Tiefkühlung», erklärt der Landwirt, der von seiner Frau Anita unterstützt wird. Der Vorteil: Bei der Verarbeitung sind weniger externe Helfer involviert, meist kann der Bauer alle anfallenden Arbeiten mit familiärer Hilfe bewältigen.



Die Heggli nehmen eine Probe Aroniasaft aus dem Edelstahltank.



Gemütlich ist das tägliche Gläschen Aroniasaft am Familientisch.

Der Hof war früher eine Milchwirtschaft, später eine Schweinezucht. Die Familie wollte auf eine biologisch-dynamische Wirtschaftsweise umstellen, doch die Schweinezucht war ein Hindernis. Dann hörte Thomas Heggli von Aroniabeeren. Die Früchte, die botanisch Apfelbeeren heissen, waren Anfang des vergangenen Jahrhunderts von Amerika nach Russland gekommen. Das raue Klima dort konnte den robusten Beeren nichts anhaben. «Und hier gedeihen sie prächtig. Die Pflanzen sind frostfest», sagt Heggli. Die Umstellung auf den Anbau der Aroniabeeren 2013 gelang schnell. Das Know-how dafür eignete sich das Ehepaar Heggli in Deutschland an.

#### Mithilfe von Maschinen

Rund 80 Tonnen Aroniabeeren erntet Thomas Heggli auf 17 Hektaren Land. Bei der Ernte sind Maschinen im Einsatz, so kommt er mit weniger Arbeitskräften aus.

Getrocknet werden die Beeren in Trockenschränken. Die Temperatur beträgt nie mehr als 42 Grad, deshalb haben die Aroniabeeren Rohkostqualität. «Für uns ist das sehr wichtig. **Es gibt keine Zollschranke für Aroniabeeren. Deshalb müssen wir uns qualitativ von Importprodukten unterscheiden.** Das tun wir ganz klar durch den regionalen, biologisch-dynamischen Anbau, die Frische und das schonende Trocknen», sagt Heggli. Die Kunden wissen das zu schätzen. Die Beeren stammen zu 100 Prozent aus der Region und erhielten die Zertifizierung für das Label «Aus der Region. Für die Region.» problemlos.

Um die Aroniabeere hat Heggli, der auch eine Ausbildung als Marketingplaner absolviert hat, eine eigene Welt erschaffen. Die Produkte bietet er in seinem Internetshop an. Die Pflanzen kann man sogar im Frühjahr erwerben. Für Heggli mehr als ein Marketinginstrument: Seine Aroniabeeren sollen noch bekannter werden. **MM**



#### Tipps der Produzenten

##### Zum Wohlsein

Aroniabeeren enthalten viele Anthozyane. Sie gehören zu den zellschützenden Antioxidantien. Familie Heggli empfiehlt:

**Tipps 1** Getrocknete Aroniabeeren bereichern jedes Müesli. Einfach darüber streuen – oder vorher einweichen.

**Tipps 2** Mit einem Hochleistungsmixer kann man Aroniabeeren fein mahlen bzw. pürieren. So lassen sie sich gut in Smoothies und Milchshakes mischen.

**Tipps 3** Aroniasaft schmeckt manchen Menschen zu herb. Mit etwas Süssmost verdünnt, wird der Geschmack milder und süsser.

#### Degustationen in der Migros

Bis Mitte Mai finden in grösseren Filialen Degustationen statt. Von Donnerstag bis Samstag können sich Kunden vor Ort vom umfangreichen Angebot an Produkten mit dem Label «Aus der Region. Für die Region.» überzeugen.

**Mehr Infos:** [www.ausderregion.ch](http://www.ausderregion.ch)



Aroniabeeren getrocknet, 100 g  
**Fr. 6.10**



Die Migros gehört den Leuten. Deshalb fördert sie die regionale Landwirtschaft wie kein anderer und verkauft schweizweit rund 9000 regionale Produkte von über 10 000 regionalen Produzenten.