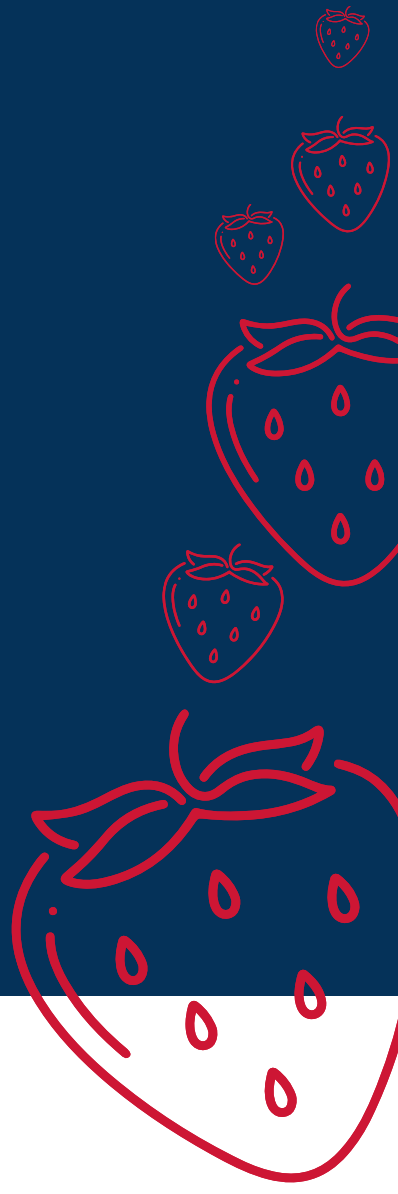


# Ernte-Erdbeeren-Tag

Am 20. Mai 2021

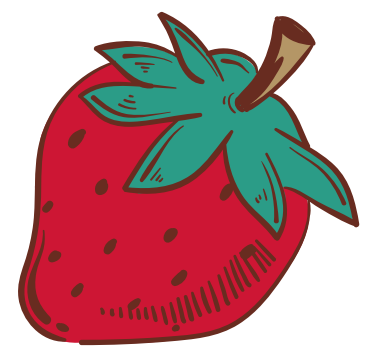
Der Ernte-Erdbeeren-Tag, der auch Pflück-Erdbeeren-Tag genannt wird, kommt ursprünglich aus den USA und leitet den Beginn der Erdbeersaison ein.








Erdbeeren dürfen nicht zu früh geerntet werden, denn sie können nicht, wie beispielsweise Tomaten, nachreifen. Deshalb ist es besonders wichtig, nur die ganz reifen und roten Früchte zu pflücken, da diese erst das volle Aroma besitzen. Erdbeeren sind auch ziemlich empfindlich, da sie zu 90 % aus Wasser bestehen. Habt ihr schon mal das Stroh auf den Erdbeerefeldern liegen gesehen? Dieses dient zum Schutz vor Regen, Pilzen und Fruchtfäule und um die Erdbeeren sauber zu halten.

Beim Pflücken sollten die Früchte so wenig wie möglich berührt werden, da sie sonst schnell Druckstellen bekommen. Am besten werden sie am Stiel gepflückt, den man später abschneidet. So bleibt die Frucht länger frisch. Erdbeeren sollten auch erst direkt vor dem Verzehr gewaschen werden, da sie sonst schnell matschig werden und ihren Geschmack verlieren. Am besten halten sie sich im Kühlschrank, da das Aroma dort sehr gut bewahrt wird.

## Fakten zur Erdbeere:



-  Sie bestehen zu 90 % aus Wasser.
-  Erdbeeren sind sehr gesund - pro 100g haben sie nur 30 Kalorien.
-  Erdbeeren sind Vitaminbomben: Acht Erdbeeren haben genauso viel Vitamin C wie eine Orange.
-  Laut Statistik isst jeder Deutsche 3,4 Kilo Erdbeeren im Jahr.
-  Die Erdbeere ist eigentlich gar keine Frucht, sondern eine Nuss. Die gelben Körnchen sind die Nüsschen. Der Körper ist eine so genannte Scheinfrucht.

## Quellenangaben und weiterführende Informationen:

maintower (2020): [Heute ist Ernte-Erdbeeren-Tag - was müssen wir wissen?](#)