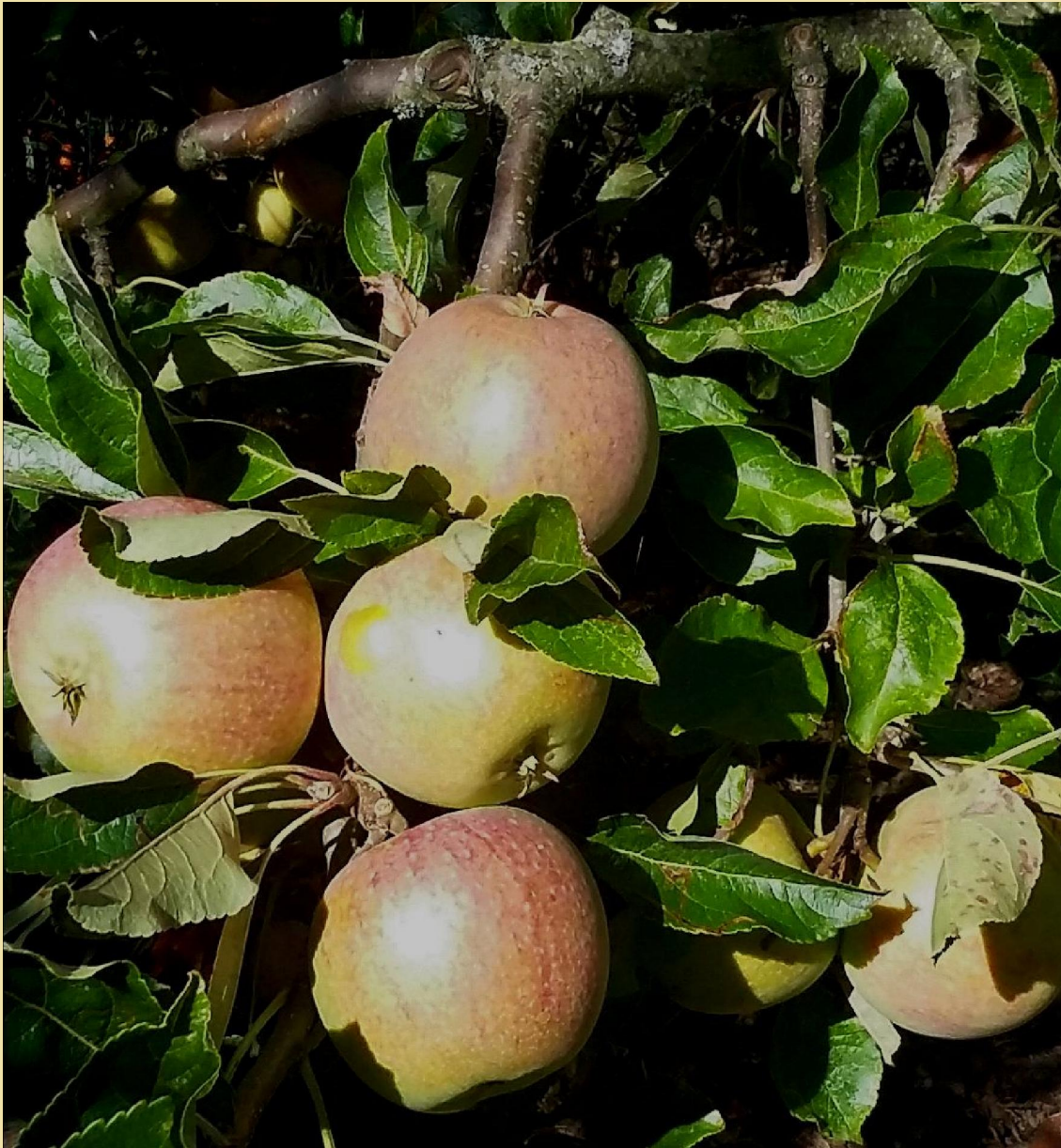


MEDICINHAVERNES JULEKALENDER

Velkommen til den femtende låge i Medicinhavernes julekalender!

15. december 2020

Om æblet fra Langeland



ÆBLET LANGELAND

I Medicinhaverne dyrkes næsten alle de kendte æbler, som er fremavlet på Langeland. På Pometet – det danske æblemuseum – siges det, at "Langeland" eller

”Langelandsæblet” går helt tilbage til omkring år 1800. Æblet kan bruges både som spise- og madæble, men det er kun blevet ganske lidt dyrket, da det let får stød. I Pometets afprøvning af økologisk dyrkede æbler, var det et meget sundt æble.

”Langeland” blev omtalt i bladet ”Haven” fra 1907: ”Jeg (er) ganske enig med Hr. R. naar han anbefaler Langelandsæblet, en Sort, der jo ellers ikke findes på de officielle Lister over anbefalelsesværdige Sorter. Dens eneste Skrøbelighed er den, at en del Frugter på udsatte Steder blæser ned. Den er dog i saa henseende ikke værre end f.eks. Flaskeæble; desuden taaler Frugten at blive plukket forholdsvis tidligt”.

En kendt talemåde siger: ”An Apple a Day, keeps the Doctor away” eller oversat til dansk: ”Et æble om dagen holder doktoren fra døren”. Det er nu overdrevet ligefrem at sige, at man ikke bliver syg, hvis man spiser et æble dagligt, men der er mange gavnlige indholdsstoffer i æbler. De indeholder mange antioxidanter og mange vitaminer; først og fremmest vitamin-C, men også vitamin A, E, K og forskellige vitamin-B former.

Endvidere er det rigt på mineraler, først og fremmest kalk, fosfor, magnesium og kalium.

”Langeland” vokser i ”Haven for fordøjelse, stofskifte og ernæring”

Du er tilmeldt Medicinhavernes nyhedsbrev, som udsendes 10-12 gange årligt. Helt ekstraordinært sendes nyhedsbrevet som julekalender hver dag fra 1. til 24. december 2020.

[Tilmeld Medicinhavernes julekalender og nyhedsbrev](#)

[Afmeld Medicinhavernes julekalender](#)

Følg også Medicinhaverne på

<http://medicinhaberne.dk/>

eller på Instagram: [instagram.com/medicinhaberne_tranekaer/](https://www.instagram.com/medicinhaberne_tranekaer/)

eller på Facebook: Medicinhaberne Tranekær



Julekalenderen og nyhedsbrevene udsendes af

Medicinhaberne i Tranekær, Botofte Strandvej 2A, 5953 Tranekær

medicinhaberne@mail.dk, mobil 21 84 78 22

Redaktør: Lise Munk

Tekst: Helle Ravn

Foto: Helle Ravn mfl.