

## MELDUNGEN

**Holunder kann jetzt  
geerntet werden**

**Düsseldorf** (mp). Derzeit können Holunderbeeren gesammelt und zu gesundem Saft oder Marmelade verarbeitet werden. Im sonnigen August haben sich die weißen Blüten des Strauches in schwarze Beeren verwandelt, die auch als Fliederbeeren bekannt sind. Die kleinen Früchte enthalten viel Vitamin C und B, Fruchtsäure und ätherische Öle sowie das farbgebende Anthocyan. Dieses Antioxidans verlangsamt den Alterungsprozess des menschlichen Körpers.