

*„Königliches Gemüse“, „Frühlingsluft in Stangen“, „essbares Elfenbein“ - so vielfältig die Vergleiche sind, so groß ist auch die Faszination, die Spargel immer wieder und durch die Jahrhunderte auf viele Feinschmecker aus allen Erdteilen ausübt.*

Für Gourmets gilt **Steigerwälder Spargel** als „König des Gemüses“. Doch der zur botanischen Familie der Liliengewächse gehörende *Asperagus officinalis* schmeckt nicht nur gut, er hält auch fit. Seit der Antike zählt er als Heilpflanze. Pharao Echnaton und seine Gemahlin Nofretete ernannten Spargel zur Götterspeise. Die Römer setzten ihn zur Herzstärkung ein, die Chinesen gegen Husten und verschiedene Hauterkrankungen. Sogar als Aphrodisiakum soll sich **Steigerwälder Spargel** angeblich eignen - der wissenschaftliche Nachweis hierfür fehlt allerdings bis heute.

In Deutschland wurde das Gemüse erstmals 1568 in der Nähe von Stuttgart angebaut. Bis ins 19. Jh. wurde Spargel besonders als Heilmittel gehandelt. 1871 entstand in Schwetzingen die erste Spargelkultur dieser wurde über Apotheken vertrieben. Dies war der Grundstein für die schnelle Karriere des Spargels.

Bei Reinhart´s in Pusselsheim ca. um die Zeit des 19. Jh. wurde Spargel als Hausmedizin angebaut und verwendet. Bruno Reinhart brachte die Delikatesse als Mitgift der Aussteuer 1948 mit nach Untersteinbach. Er kultivierte Spargel, an der Gemarkung Flürlein in Obersteinbach, als Unterbaumkultur. Alfons Reinhart eignete sich dort in seiner Kindheit schon ein Fachwissen über Spargel an, dass er dann 1983 auf Spargelgroßkulturen ausgeweitet hat, diese mit heutigem vielen Fachwissen von Alfons und Ingo Reinhart erfolgreich betrieben werden.

**Steigerwälder Spargel**, ist seit dieser Zeit für Spargelliebhaber als Frühlingsdelikatesse, bei Bauer Reinhart in Untersteinbach zu erwerben.

Zwar besteht das Gourmet-Gemüse zu 93 bis 95 Prozent aus Wasser – aber der Rest hat es in sich.

Was **Steigerwälder** kalorienarme **Stangen** an wertvollen Inhaltsstoffen zu bieten haben:

Kaliumsalze, Asparaginsäure und ätherische Öle fördern die Nierentätigkeit und tragen damit zur Entwässerung bei.

Vitamine des B-Komplexes, z.B. Vitamin B1 und B2, unterstützen die Funktion des Nervensystems und wirken Müdigkeit und Konzentrationsstörungen entgegen.

Die Folsäure, die **Steigerwälder Spargel** in hohen Konzentrationen aufweist, ist an vielen Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt und wirkt beim Ungeborenen Fehlbildungen entgegen.

Vitamin C und E fangen aggressive zellschädigende Substanzen ein, die sich im Stoffwechsel bilden oder von außen in den Körper gelangen.

Betakarotin, die Vorstufe des Vitamins A, ist ebenfalls ein Radikalfänger, der aggressive zellschädigende Moleküle entschärft.

Neben einem hohen Gehalt an Magnesium, Kalium, Kalzium, Kupfer und Natrium weist **Steigerwälder Spargel** auch bioaktive Substanzen auf wie Saponine, denen eine krebshemmende Wirkung zugeschrieben wird.

*Natürlich*