

Nüsse: Kleine Kraftpakete mit großer Wirkung

29.9.2026 - | Bergische Universität Wuppertal

Mandeln, Walnüsse, Pistazien oder Cashewkerne: Jede Nusssorte bringt andere wertvolle Inhaltsstoffe mit. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt rund 25 Gramm am Tag. Doch welche Nüsse liefern was? Wie sollten sie gelagert werden? Und warum ist bei Paranüssen Vorsicht geboten? Die Wuppertaler Lebensmittelchemikerin Prof. Dr. Julia Bornhorst gibt Antworten.

Sie finden den gesamten Beitrag auf der Internetseite des UniService Third Mission.

Er wird von der Universitätskommunikation der Bergischen Universität zusätzlich veröffentlicht. Die „Bergischen Transfergeschichten“ zeigen an vielen Beispielen, wie Forschende mit ihren Ergebnissen Gesellschaft, Wirtschaft, Region und Alltag aktiv mitgestalten.

<https://www.uni-wuppertal.de/de/news/detail/nuesse-kleine-kraftpakete-mit-grosser-wirkung>