

KUNDENINFO

Zusatzstoffe in Öko-Lebensmitteln

Die Verwendung und Notwendigkeit von Zusatzstoffen in Lebensmitteln wird seit Jahren kontrovers diskutiert: Laut Verbraucherzentralen können bei knapp einem Drittel der Zusatzstoffe Allergierisiken, die Gewöhnung an den Kunstgeschmack sowie bei Kindern überhöhte Aufnahmemengen nicht ausgeschlossen werden. Grund genug für einen restriktiven Umgang mit den kleinen Helfern.

Natürliche Öko-Rohstoffe statt Zusatzstoffe

In Öko-Lebensmitteln werden keine problematischen Stoffe wie Geschmacksverstärker, Konservierungsmittel, Stabilisatoren, Schnellreifemittel, Süßstoffe, synthetische Farbstoffe und Phosphate (in Fleischwaren) eingesetzt. Von den ca. 330 EU-weit zugelassenen Stoffen dürfen nur 56 in den Öko-Lebensmittel verarbeitet werden. Naturland ist mit seinen Richtlinien noch restriktiver und lässt nur 26 dieser Stoffe zu. Diese dürfen – soweit verfügbar – nur in Öko-Qualität eingesetzt werden.

So müssen Zusatzstoffe gekennzeichnet werden

In der Zutatenliste der Lebensmittelverpackungen müssen alle verwendeten Zusatzstoffe vollständig aufgeführt werden. Hierbei werden zur Beschreibung des Einsatzzweckes die Klassennamen (z. B. Säuerungsmittel) und der chemische Name bzw. die E-Nummer angegeben (z. B. E 330 oder Citronensäure). Bei loser Ware müssen die wichtigsten Zusatzstoffgruppen auf einem Schild neben den Waren, als Aushang oder in einem ausliegenden Heft angegeben werden. Die E-Nummern gelten in allen EU-Ländern einheitlich.

Produktgruppe	zugelassene Zusatzstoffe		
	nicht Bio	Bio	Naturland
insgesamt	ca. 330	56	26
Milch/Käse	ca.110	ca. 23	10
Brot/Backwaren	ca.200	ca. 31	12
Fleisch/Wurst	ca.80	ca. 19	9
Doppelnennungen möglich			

Produkte ohne Zusatzstoffe sind anders

Zutatenlisten im Vergleich

Gängiges Öko-Roggenmischbrot:
Roggenmehl, Weizenmehl, Wasser, Meersalz, Natursauerteig

Gängiges konventionelles Roggenmischbrot: Roggenmehl, Weizen, Wasser, Salz, Hefe, Backmittel (Verdickungsmittel E 412, Emulgator E 200), Backferment

Hersteller, die weitgehend ohne Zusatzstoffe arbeiten, können Rohstoffmängel kaum kaschieren. Sie müssen eigene Rezepturen entwickeln und statt künstlicher Aromen und Zusatzstoffe natürliche Öko-Zutaten einsetzen, z. B. Acerolakirsche statt Ascorbinsäure, Hefeextrakt statt Glutamat oder Gemüsepulver statt Nitritpökelsalz. Dies macht den Einsatz hochwertiger Zutaten notwendig. Und auch die Verarbeitung der Bio-Lebensmitteln wird ohne die kleinen Hilfsmittel erschwert. So bedarf es handwerkliches Know-how, ein Brot ohne Ascorbinsäure, eine Wurst ohne Phosphat und ein Frucht- oder Gemüsepüree ohne Stabilisatoren herzustellen. Solch hochwertige Lebensmittel haben daher ihren Preis – bieten aber auch eine Alternative zu dem standardisierten Einheitsgeschmack vieler konventioneller Produkte.

Keine Zusatzstoffe aus Gentechnik

Bereits heute können etwa ein Drittel der Zusatzstoffe mit Hilfe der Gentechnik hergestellt werden. Jedoch müssen nicht alle gentechnischen Anwendungen auf dem Etikett angegeben werden: Zusatzstoffe, die aus gentechnisch veränderten Pflanzen (GVO) hergestellt werden, müssen gekennzeichnet werden, z. B. Fettsäuren aus GVO-Soja oder Stärke aus GVO-Mais. Hingegen muss die gentechnische Herkunft bei Zusatzstoffen nicht angegeben werden, wenn sie nur mit Hilfe gentechnisch veränderter Mikroorganismen hergestellt wurden, z. B. der Süßstoff Aspartam, das Verdickungsmittel Xanthan oder der Geschmacksverstärker Glutamat. Über die Produktionsweise der Zusatzstoffe werden die Kunden also meist im Dunkeln gelassen. Klarheit besteht hingegen bei Öko-Lebensmitteln: Hier ist die Anwendung von Gentechnik in jeder Form verboten.