

Ernährung im Rampenlicht

PRESSE



Österreich: Weniger Aluminium in Laugengebäck

Der VKI hat vergangenes Jahr Laugengebäck auf seinen Aluminiumgehalt untersucht und anschließend vor den „Blechbrezeln“ bestimmter Bäckereien gewarnt. Obwohl es damals bei vielen anderen Bäckern wenig zu beanstanden gegeben hatte, löste die Veröffentlichung der Ergebnisse heftige Debatten sowie öffentliches Interesse aus. Ein aktueller Nachttest stimmt die Konsumentenschützer aber zuversichtlich: Die Bäcker scheinen ihre Hausaufgaben gemacht zu haben.

<http://www.konsument.at/cs/Satellite?pagename=Konsument/MagazinArtikel/Detail&cid=318897163817>

Elektrische Schokolade mit weniger Fett

Schokoladenlieber aufgepasst: Wissenschaftlern ist es mit einem physikalischen Trick gelungen, das Fett in der Schokolade zu reduzieren, aber gleichzeitig seine cremige Konsistenz zu bewahren! Forscher von der Temple University in Philadelphia haben nun mit Hilfe eines elektrischen Feldes in Flussrichtung der erwärmten Schokolade die festen Kakaopartikel in eine kettenähnliche Anordnung gezwungen, die die Beschaffenheit des Schokobreis günstig beeinflusst. Der Fettgehalt einer getesteten Schokolade mit einem elektrischen Feld von 1.600 Volt/cm ließ sich dadurch um mehr als 10 % reduzieren, ohne dass die Qualität des Produkts darunter litt. Den Forschern zufolge schmecke die so behandelte Schokolade auch sehr gut – manche meinen sogar, sie hätte ein stärkeres Kakaoaroma als fettreiche Produkte.

<http://science.orf.at/stories/2781305/>

Foodwatch findet Mineralölreste in Süßigkeiten

Die Verbraucherschutzorganisation Foodwatch hat in einer aktuellen Untersuchung deutliche Rückstände von Mineralölen in diversen Süßigkeiten gefunden, darunter im beliebten „Kinder Riegel“ von Ferrero, sowie in den Schokohappen „Sun Rice“ von Aldi. Bereits in den letzten Jahren traten gehäuft Fälle von Mineralölresten in Süßigkeiten auf; die Stiftung Warentest fand damals Rückstände in Adventskalendern oder Schoko-Osterhasen. Geht es nach den Herstellern und Händlern, sollen die gefährlichen aromatischen Mineralölkohlenwasserstoffe, gänzlich aus der Lebensmittelwertschöpfkette verbannt werden. Aldi Süd hielt seine Lieferanten an, nur noch mineralölfreie Produktionsmittel zu verwenden, ähnliche Vorgaben habe Lidl seinen Zulieferern gemacht. Ferrero und andere betroffene Hersteller äußerten sich bislang noch nicht zu den Ergebnissen von Foodwatch.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/ernaehrung/foodwatch-findet-mineraloel-spuren-in-ferrero-kinder-riegel-a-1100882.html>

Neues zu Referenzwerten von Vitamin B₆

Aufgrund der vorhandenen Daten konnte die Europäische Lebensmittelbehörde sowohl einen Average Requirement (AR)* als auch einen Population Reference Intake (PRI)** festlegen. Für erwachsene Frauen gelten demnach ein AR von 1,3 mg am Tag und ein PRI von 1,6 mg pro Tag. Für Männer beträgt der AR 1,5 mg und der PRI 1,7 mg. Für Kinder von 1–14 Jahren reicht der AR von 0,5 bis 1,2 mg. Für Jugendliche im Alter von 15–17 Jahren gelten die AR-Werte der Erwachsenen. Für Schwangere wurden 1,8 mg empfohlen (PRI), für Stillende 1,7 mg (PRI). Für alle sechs Vitamin-B₆-Formen – Pyridoxin, Pyridoxal, Pyridoxamin und deren phosphorylierte Formen – wurde eine Vitamin-Aktivität bestätigt. Interessanterweise wird die bisherige Meinung, die Proteinaufnahme würde auch den Bedarf von Vitamin B₆ beeinflussen, angezweifelt.

<https://www.efsa.europa.eu/de/efsajournal/pub/4485>

Österreichischer Lebensmittelsicherheitsbericht 2015 präsentiert

Für den aktuellsten Bericht hat man wieder die Kontrollen aller Betriebe entlang der Lebensmittelkette zusammengestellt - von landwirtschaftlichen Betrieben über Gewerbe und Industrie bis zu Handel und Gastronomie. Die AGES hat gemeinsam mit den Lebensmitteluntersuchungsanstalten der Länder Wien, Kärnten und Vorarlberg mehr als 29.000 Proben untersucht. Das erfreuliche Ergebnis: Bei 83,4 % der Proben gab es keinen Grund zur Beanstandung. Die häufigsten Beanstandungsgründe waren Kennzeichnungsmängel und irreführende Angaben.

Die Beanstandungsquote bei Verdachtsproben lag bei 1,1 %, nur 0,2 % der Plan-proben waren gesundheitsschädlich. 40 der 93 gesundheitsschädlichen Proben (43,0 %) wurden aufgrund von mikrobiellen Kontaminationen und Hygienemängeln beanstandet. 18 Beanstandungen beruhten großteils auf Mykotoxinen. Gesundheitsschädliche Fremdkörper und Verunreinigungen befanden sich in 16 Proben (17,2 %), acht Proben (8,6 %) wiederum wurden auf Grund ihrer Inhaltsstoffe oder ihrer Zusammensetzung als gesundheitsschädlich eingestuft. Die Beanstandungsquote wegen Gesundheitsschädlichkeit lag in den vergangenen drei Jahren bei maximal 0,4 %.

<https://www.verbrauchergesundheit.gv.at/lebensmittel/lebensmittelkontrolle/LMSicherheit.html>

Warnung vor Rohmilch: FSME wird übertragen

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat Fragen zur möglichen Übertragung von FSME-Viren über rohe Milch beantwortet. Das Virus kann nach Infektion eines Tieres über die Milch ausgeschieden werden. Konsumenten können sich daher über Rohmilch infizieren. Vereinzelt ist das schon geschehen: 2005 und 2006 durch Ziegen-Rohmilch in Estland, Lettland und der Slowakei; 2008 viermal in Österreich durch Frischkäse aus Ziegenrohmilch; 2016 zweimal durch Ziegen-Rohmilch. Bisher sind keine Erkrankungsfälle bekannt, die auf dem Verzehr von pasteurisierter oder hochehitzter Milch beruhten. Ausreichendes Erhitzen zerstört die FSME-Erreger. Vom Verzehr roher Milch rät das BfR dringend ab. Risikogruppen sollten auch Vorzugsmilch nur abgekocht verzehren.

http://www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zur_uebertragung_von_fsme_viren_durch_rohmilch-198090.html

Fettreicher Fisch hilft gegen Darmkrebs?

Darmkrebspatienten sollten einer neuen Studie zu Folge sehr viele Omega-3-Fettsäuren mit ihrer täglichen Nahrung zu sich nehmen. Untersuchungen an erkrankten US-Bürgern zeigen: Patienten, die nach ihrer Diagnose täglich mindestens 0,3 Gramm an Omega-3-Fettsäuren über Lachs, Thunfisch und Co. zu sich nahmen, hatten ein um 41 % niedrigeres Risiko, am Krebs zu sterben, als Vergleichspersonen, die weniger als 0,1 Gramm pro Tag konsumierten. Nun hofft man, dass sich die Beobachtung in weiteren Studien nicht als Zufall herausstellt.

https://science.apa.at/rubrik/medizin_und_biotech/Fettreicher_Fisch_koennte_Ueberlebenschancen_bei_Darmkrebs_

Stillen schützt vor Diabetes?

In Deutschland leiden 4 % aller schwangeren Frauen vor der Geburt an einem Schwangerschaftsdiabetes. In der Regel normalisiert sich der Blutzuckerspiegel nach der Entbindung, das Risiko für einen späteren Typ-2-Diabetes der Mutter steigt aber. Das „Gegenmittel“ dazu könnte Stillen sein! Wissenschaftler des Helmholtz Zentrums München haben herausgefunden, dass sich ab einer Stilldauer von drei Monaten der mütterliche Stoffwechsel auch langfristig verändert. Das wiederum hat einen schützenden Effekt vor Diabetes, der bis zu 15 Jahre anhalten kann. Für die Studie untersuchten die Forscher den Stoffwechsel von knapp 200 Frauen mit Schwangerschaftsdiabetes. Dazu wurden nüchtern und 30 bzw. 120 Minuten nach Einnahme der Zuckerlösung Blutproben entnommen und auf insgesamt 156 Stoffwechselprodukte analysiert. Die Analyse zeigte, dass offenbar einige Stoffwechselwege, die mit Diabetes und Insulinresistenz in Zusammenhang stehen, durch das Stillen positiv beeinflusst werden.

<https://www.aid.de/inhalt/wie-stillen-vor-diabetes-schuetzt-27778.html>

Arzneimittel in heimischem Trinkwasser

Der Verbrauch an Arzneimitteln steigt in Österreich von Jahr zu Jahr. Täglich sind es mehr als zwei Tonnen. Auch die Palette der enthaltenen Wirkstoffe wird immer größer – und diese hinterlassen Spuren in unserer Umwelt. Eine neue Studie des Umweltbundesamts zeigt: Medikamentenwirkstoffe befinden sich in Flüssen

und Seen aber auch im Grund- und Trinkwasser sowie im Boden, Klärschlamm und Kompost in ganz Österreich. Viele Substanzen sind langlebig und wasserlöslich und können dadurch zum Problem werden. Das gilt auch für Arzneimittel in der Veterinärmedizin. Die Autoren raten zu einem sorgsamem Umgang, vor allem bei der Entsorgung.

http://www.umweltbundesamt.at/aktuell/presse/lastnews/news2016/news_160823/