

# Ernährung im Rampenlicht

PRESSE



## RASFF 2019: Salmonellen, Listerien, E. coli und Aflatoxine als Hauptprobleme

Etwa 4.000 Meldungen wurden vergangenes Jahr über das europäische Schnellwarnsystem übermittelt. In Deutschland stellten Obst und Gemüse sowie Nüsse, Nusserzeugnisse und Samen die am häufigsten gemeldeten Produktkategorien dar, gefolgt von Kräutern und Gewürzen. Häufigster Beanstandungsgrund waren 2019 Salmonellen, gefolgt von anderen Pathogenen wie Listerien oder E. Coli in Lebens- oder Futtermitteln, gefolgt von Aflatoxinen. Auch toxisch wirkende Konzentrationen natürlicher Inhaltsstoffe gingen ins Schnellwarnsystem ein, etwa Marillenkerne mit Blausäure, welche oftmals als gesundheitsfördernder Snack oder Heilmittel beworben werden. Auch der Anteil der über das RASFF gemeldeten Nahrungsergänzungsmittel steigt seit einigen Jahren an, meist aufgrund nicht zugelassener Substanzen. Im letzten Jahr führten Beanstandungen mit dem cholesterinsenkenden Stoff Monacolin K aus Rotschimmelreis diese Liste an, da dieser identisch mit dem Arzneimittel Lovastatin ist. Nebenwirkungen, die bei Lovastatin auftreten, können auch durch die Einnahme von Monacolin K hervorgerufen werden.

[https://www.bvl.bund.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/01\\_lebensmittel/2020/2020\\_07\\_30\\_PI\\_RASFF-Bericht.html;jsessionid=0C9D44080704AE834BD5FA395F70125B.2\\_cid351](https://www.bvl.bund.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/01_lebensmittel/2020/2020_07_30_PI_RASFF-Bericht.html;jsessionid=0C9D44080704AE834BD5FA395F70125B.2_cid351)

## BfR-Bewertung von hochdosierten Vitamin D-Nahrungsergänzungsmitteln

Das BfR führte eine Bewertung von Nahrungsergänzungsmitteln mit einem Vitamin D-Gehalt von 50 bis 100

µg durch. Bei gelegentlichem Verzehr dieser Präparate stuft das BfR das Risiko einer Überdosierung als gering ein, bei langfristiger Einnahme deutet die derzeitige Studienlage allerdings auf ein erhöhtes gesundheitliches Risiko hin. Eine tägliche Aufnahme von 20 µg Vitamin D täglich reicht aus, um den Bedarf der Mehrheit der Bevölkerung zu decken. Der Wert für die täglich tolerierbare Höchstmenge wurde von der EFSA auf 100 µg festgelegt. Das BfR rät, die Einnahme hochdosierter Nahrungsergänzungsmittel vor der Einnahme ärztlich abzuklären.

<https://www.bfr.bund.de/cm/343/vitamin-d-einnahme-hochdosierter-nahrungsergaenzungsmittel-unnoetig.pdf>

## Foodwatch - Nominierungen zum „Goldenen Windbeutel“ 2020

Fünf Lebensmittel wurden dieses Jahr für die Wahl zum goldenen Windbeutel nominiert, die von Foodwatch für Etikettenschwindel kritisiert werden. Zur Auswahl stehen:

- „Arla Bio Weidemilch haltbar“: Beworben wird die Milch mit einem Siegel, das 71 % weniger CO<sub>2</sub> verspricht. Dies bezieht sich allerdings nur auf die Verpackung und nicht auf die Treibhausgase, welche durch die Milchproduktion entstehen.
- „Volvic Bio Rooibos Tee“: 92 % des Getränks sind aromatisiertes Mineralwasser, der Anteil an Rooibos beträgt nur 0,26 %. Auch ist die Flasche rot eingefärbt.
- „Hochland Grünländer Käse“: Das Unternehmen verspricht Milch von „Freilaufrindern“. Dies bedeutet allerdings nur, dass sich diese im Stall bewegen können.
- „Be Kind Protein Riegel Crunchy Peanut“: Obwohl der Riegel von Mars als gesunder Proteinsnack beworben wird, besteht er fast zur Hälfte aus Zucker und Fett.
- „Zentis 50 % weniger Zucker Erdbeere“: Bei dem Erdbeeraufstrich wurde der Zucker durch Wasser ersetzt und kostet doppelt so viel wie der Aufstrich mit regulärem Zuckergehalt.

<https://www.foodwatch.org/de/pressemitteilungen/2020/goldener-windbeutel-2020-wie-umwelt-und-gesundheitsbewusste-verbraucher-getauscht-werden/>

## Klimawandel: Anstieg von Infektionen mit Vibrionen?

Aufgrund des Klimawandels und der damit verbundenen Erwärmung der Meere gehen Wissenschaftler von einer möglichen Zunahme der Vibrio-Infektionen aus. Diese vermehren sich bei hohen Wassertemperaturen und können etwa beim Baden durch kleine Wunden in den Körper gelangen oder über nicht ausreichend erhitzten Fisch und Meeresfrüchte aufgenommen werden. Neben Durchfallerkrankungen können die Bakterien Ohr- und Wundinfektionen oder in schweren Fällen lebensgefährliche Blutvergiftungen auslösen. Menschen mit offenen oder schlecht heilenden Wunden wird empfohlen, warmes Meerwasser über 20 Grad Celsius zu vermeiden, vor allem, wenn sie an Vorerkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem leiden. Durch die globale Erwärmung wird eine Zunahme der Vibrioinfektionen durch Oberflächen- und Küstenwasser erwartet. Während

das Risiko bei Fisch aus tieferen Meeresschichten als gering eingeschätzt wird, gelten roh verzehrte Meeresfrüchte wie Austern als risikoreich hinsichtlich Vibrioinfektionen.

<https://www.bfr.bund.de/cm/343/foerdert-der-klimawandel-das-risiko-von-infektionen-durch-vibrionen.pdf>

## Wissenschaftler prognostizieren zunehmenden Verlust fruchtbarer Böden

Ein internationales Forscherteam errechnete anhand verschiedener Szenarien die Bodenerosion bis zum Jahre 2070. Im Vergleich zu 2015 soll diese zwischen 30 und 66 % zunehmen. Bodenerosion führt zu einem Verlust der fruchtbaren Erde und kann somit die landwirtschaftliche Produktivität gefährden, was wiederum eine Gefahr für die Ernährung der Weltbevölkerung darstellen würde. Neben intensiver Landwirtschaft, Abholzung und Überweidung trägt auch der Klimawandel zu einer Verstärkung dieser Entwicklung bei. Tropische und subtropische Länder mit wenig Einkommen sind besonders betroffen.

<https://science.orf.at/stories/3201441/>

## Verpflichtende Quote von Mehrwegverpackungen gefordert

Im Rahmen der von der EU ab 2021 angekündigten Abgabe auf nicht recycelte Kunststoffverpackungen plädieren die Grünen auf eine verpflichtende Quote für Mehrweggetränkeverpackungen im Handel. Bis 2023 soll der Mehrweganteil mindestens 25 %, bis 2025 mindestens 40 % und bis 2030 mindestens 55 % betragen. Mehrweggebilde, typischerweise in Form von Glasflaschen, sollen zukünftig in jedem Geschäft in Österreich erhältlich sein. Zusätzlich soll für Einweggetränkeverpackungen Pfand eingehoben werden. Ebenfalls in Planung ist eine Abgabe von 80 Cent pro Kilogramm für Produzenten und Importeure für in Verkehr gebrachte Plastikverpackungen. Diese soll ökologisch gestaffelt und daran angepasst werden, wie gut die Materialien wiederverwendet werden können. Die geplante EU-Maßnahme beinhaltet eine Abgabe von 80 Cent pro Kilogramm nicht recycelter Kunststoffverpackungen und würde in Österreich ohne Gegenmaßnahmen jährlich Kosten in Höhe von 160 bis 180 Millionen verursachen. Die Menge an Plastikabfall in Österreich beläuft sich derzeit auf 900.000 Tonnen pro Jahr, bis zum Jahr 2021 wird eine Steigerung auf 1 Mio. Tonnen vermutet.

<https://www.derstandard.at/story/2000119824213/gewessler-will-verbindliche-quoten-fuer-mehrwegverpackungen-im-handel>

## Heimische Superfoods ersetzen Exoten

Um Transportwege und Kosten beim Einkauf von Superfoods zu vermeiden, kann auf heimische Alternativen

zurückgegriffen werden, die eine ähnliche Nährstoffdichte aufweisen. So bieten sich statt Papayas etwa Karotten an: Sie sind reich an Vitamin A und Antioxidantien und enthalten verdauungsfördernde Enzyme. Anstatt Moringapulver kann man auf heimische Wildkräuter wie Petersilie, Löwenzahn, Sauerampfer oder Gierschblätter zurückgreifen. Außerdem bietet sich Raps- statt Kokosöl an, das vor allem durch seine Zusammensetzung an ungesättigten Fettsäuren punktet. Als Alternative zu Granatapfelkernen kann auch heimischer Grünkohl eingesetzt werden, der reich an Kalzium, Antioxidantien, Vitamin C, E und K ist. Baobab, weist einen besonders hohen Gehalt an Vitamin C auf, das allerdings auch in Paprika enthalten ist. Um besonders viele blaue Pflanzenschutzstoffe aufzunehmen eignen sich statt dem südamerikanischen Acai auch Heidelbeeren, blaue Trauben oder Rotkohl. Für getrocknete Gojibeeren bieten Sanddorn oder Johannisbeeren geeigneten Ersatz an, deren Vitamin C Gehalt vergleichbar mit dem von Gojibeeren ist. Quinoa lässt sich durch die regionale Hirse ersetzen, die zudem einen höheren Eisengehalt aufweist. Der hohe Anteil an ungesättigten Fettsäuren in Avocados lässt sich sehr gut durch Walnüsse ersetzen. Zu guter Letzt kommen noch Leinsamen ins Spiel: Deren Nährstoffgehalt ist nahezu ident mit dem der Chiasamen.

<https://www.diepresse.com/5864772/heimische-superfood-alternativen>

## **AGES Schwerpunktaktion zu Geflügel: Beanstandungsquote unter 5 %**

In einer Schwerpunktaktion überprüfte die AGES das Auftreten von Campylobacter und Salmonellen in Hühner- und Putenfleisch sowie der Tierarzneimittelgruppe NSAID (nonsteroidal antiinflammatory drugs) in Putenfleisch. Von 136 Proben wurden sechs Proben beanstandet: Zwei Proben Putenfleisch enthielten Salmonellen, vier Proben Hühnerfleisch Campylobacter. NSAID konnten in keiner Probe nachgewiesen werden.

<https://www.ages.at/en/wissen-aktuell/publikationen/35106/>

## **Lebensmittelverschwendung: Ein Drittel der Nahrungsmittel landet im Müll**

Ein Drittel aller weltweit produzierten Lebensmittel landet auf dem Weg zum Konsumenten im Müll, in Summe 1 Mrd. Tonnen. Um diese Menge anzubauen, benötigt man eine Fläche, die der Größe von China entspricht. Eine Lebensmittelverschwendung, unter der auch das Klima leidet: rund 8 % der Treibhausgasemissionen gehen auf dieses Konto. In der EU werden jährlich etwa 88 Mio. Tonnen an Nahrungsmitteln verschwendet, also rund 20 % der Produktion bzw. 173 kg pro Person. Fast die Hälfte geht auf zu große Einkäufe oder falsche Lagerung in Privathaushalten zurück. Der Rest entsteht gewerblich: Produkte werden aufgrund optische Mängel oft gar nicht erst geerntet oder verderben bei der Lagerung und beim Transport. Die Menge weggeworfener Lebensmittel in Österreich beläuft sich auf 1 Mio. Tonnen, resp. 133 kg pro Kopf und pro Jahr. Auch hierzulande fällt nahezu die Hälfte auf Haushalte zurück. An erster Stelle landen Brot und Gebäck, Obst und Gemüse, Milchprodukte und Eier sowie Fleisch und Fisch in der Tonne. Die Umweltschutzorganisation WWF fordert nun eine nachhaltigere Lebensmittelproduktion und sieht vor allem Handlungsbedarf bei Fleisch und anderen tierischen Produkten, da auf diese mehr als 60 % des

Flächenverbrauchs fallen. Für eine Verminderung der Treibhausgase müsste vor allem der Anbau von Gemüse und Hülsenfrüchten optimiert werden, da hierbei die meisten Verluste anfallen.

<https://orf.at/stories/3183146/>