

Genuss ohne Tricks

Lecker, natürlich und ohne bedenkliche Inhaltsstoffe. So wünschen sich Verbraucherinnen und Verbraucher ihre Lebensmittel. Bio-Hersteller machen's vor: Ihre Rezepturen finden mittlerweile überall Anwendung.

WOFÜR WERDEN ZUSATZSTOFFE EINGESETZT?

Zusatzstoffe, Aromen und Farbstoffe werden eingesetzt, um etwa die Verarbeitung zu erleichtern, die Haltbarkeit zu verlängern oder den Geschmack und das Aussehen von Lebensmitteln zu verändern. In Deutschland sind 320 solcher Stoffe zugelassen. Viele der Hilfsmittel sind gesundheitlich oder ökologisch umstritten. Für Bio-Lebensmittel dürfen nur 56 dieser Stoffe verwendet werden. Dabei handelt es sich um besonders unbedenkliche Zusätze wie z.B. Pflanzenextrakte, Essig oder Johannisbrotkernmehl.

WARUM IST DAS INNOVATIV?

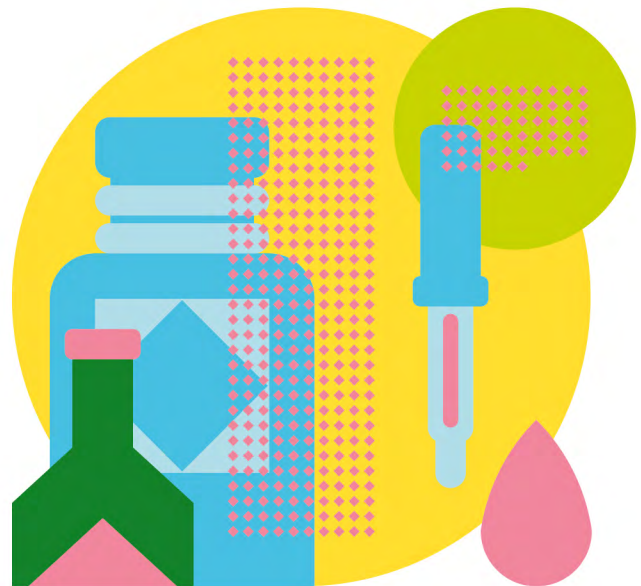
Ob Süßwaren, Aufstriche, Wurst oder Backwaren: Viele Lebensmittel sind hochverarbeitet und enthalten lange Listen an Zusatzstoffen, die oft schwer verständlich sind. Dabei würden mehr als die Hälfte aller Verbraucher gern Zusatzstoffe vermeiden, etwa wegen Unverträglichkeiten oder gesundheitlicher Bedenken. Bio-Unternehmen setzen bewusst auf Transparenz und verarbeiten hochwertige Zutaten ohne bedenkliche Zusatzstoffe. Durch innovative Rezepturen und die Weiterentwicklung von traditionellen Verarbeitungsmethoden werden viele Hilfsstoffe überflüssig.

Beispielsweise setzen Bio-Bäckereien statt auf technische Enzyme auf eine lange Teigruhe. So braucht die Herstellung etwas mehr Zeit, dafür werden die Brote aber besonders bekömmlich und lecker. Statt gesundheitlich stark umstrittener Azo-Farbstoffe nutzen Bio-Hersteller Pflanzenextrakte aus Kurkuma oder Ro-

ter Beete, um Gummibärchen oder Getränke zu färben. In konventionellen Produkten kommen häufig kritische Konservierungsstoffe zum Einsatz, um die Haltbarkeit von Lebensmitteln zu verbessern. Doch es geht auch anders: Bio-Hersteller nutzen natürliche Hilfsmittel wie Rosmarinextrakt, um beispielsweise Gebäck oder Wurstwaren auf natürlichem Wege haltbarer zu machen. Und anstelle kritischer Trennmittel kommt bei Bio-Reibekäse Stärke zum Einsatz, damit der Käse nicht zusammenklebt.

Neben neuen innovativen Rezepturen setzen Bio-Unternehmen bewusst auf den Erhalt und die Wiederentdeckung traditioneller Verfahren zur Lebensmittelherstellung und -verarbeitung. Diese Methoden nutzen überwiegend regional verfügbare

**320 Stoffe sind konventionell
zugelassen – bei Bio sind es
hingegen nur 56 Stoffe**



Rohstoffe, sind oft besonders schonend für das Produkt und stärken die regionalen Ernährungssysteme. Gleichzeitig entstehen in einer dezentralen, regional verankerten Lebensmittelverarbeitung eine große Vielfalt an Produkten. Statt die ewig gleichen Backmischungen mit zahlreichen Zusatz- und Hilfsstoffen entwickeln handwerkliche Bio-Bäckereien ihre ganz eigenen, individuellen Rezepte und sorgen so für Abwechslung auf dem Teller.

WARUM IST ES SINNVOLL, ZUSATZSTOFFE ZU REDUZIEREN?

- **Natürliche Lebensmittel:** Mehr Genuss und gut für die Gesundheit
- **Verständliche Zutatenliste:** Nachvollziehbarkeit für Verbrauchende
- **Ökologisch unbedenkliche Zutaten:** Umweltschutz, Ressourcenschonung, keine gentechnisch veränderten Lebensmittel oder Zutaten.
- **Traditionelle Verfahren:** Gute Bekömmlichkeit und bewährte Produktionsmethoden

WELCHE ROLLE HAT BIO?

Parallel zur Entwicklung des ökologischen Landbaus entstand die ökologische Lebensmittelverarbeitung. Ziel war und ist es, Rohwaren schonend und naturbelassen zu verarbeiten. Innovationen wie pflanzliche Rötungsmittel für Wurst anstelle von Nitritpökelsalz, Gummibärchen aus Fruchtsäften statt aus aromatisiertem Wasser mit Zucker und Fruchtmüslis mit Fruchtpulver statt synthetischen Farbstoffen wurden von mittelständischen Bio-Betrieben entwickelt und von engagierten Lebensmitteltechnologien vorangetrieben.

WARUM IST DAS NACHHALTIG?

- **Sozial:** Der Verzicht auf unnötige Zusatzstoffe schützt die Gesundheit und senkt die gesellschaftlichen Gesundheitskosten. Klare Zutatenlisten fördern bewusste Konsumententscheidungen. Menschen, die aus gesundheitlichen, kulturellen oder religiösen Gründen besondere Ansprüche an ihre Ernährung haben, schätzen die verständlichen Zutatenlisten besonders.
- **Ökologisch:** In Bio-Produkten dürfen grundsätzlich viel weniger Zusatzstoffe eingesetzt werden als bei konventionellen Produkten. Und diese erlaubten Zusatzstoffe müssen wiederum, wann immer technisch

möglich, ebenfalls ökologisch erzeugt werden und sind somit besonders klima- und umweltschonend.

- **Ökonomisch:** Der Verzicht auf unnötige externe Inputs wie Zusatzstoffe kann die Wertschöpfung bei den Herstellerunternehmen steigern und stärkt ihre Resilienz durch geringere Abhängigkeiten von einzelnen Zusatzstoffherstellern.

WIE SIEHT DIE ZUKUNFT AUS?

Bio-Hersteller zeigen, wie aus guten Zutaten ohne umstrittene Zusätze köstliche Lebensmittel entstehen. Das Wissen um traditionelle und umweltschonende Verfahren ist vorhanden und kann ein Vorbild für die konventionellen Lebensmittelherstellung sein. Indem auch konventionelle Lebensmittelhersteller auf kritische Zusätze verzichten, wird eine gesunde und nachhaltige Ernährung gefördert.

Die von Bio-Unternehmen genutzten Verfahren, Rezepturen und Zutaten lassen sich mit wenigen Anpassungen auch in der konventionellen Lebensmittelherstellung anwenden. Und die Nachfrage nach naturbelassenen Lebensmitteln ohne kritische Zusätze wächst; Verbraucherinnen und Verbraucher legen Wert auf möglichst wenig Zusatzstoffe. Mittlerweile werden ursprünglich fast ausschließlich in der Bio-Branche genutzte Stoffe und Verfahren, etwa das Färben von Süßigkeiten und Speiseeis durch Pflanzenextrakte, auch in konventionellen Produkten angewendet. Insbesondere bei Nahrungsmitteln für Kinder sind die Zutatenlisten dank natürlicher Alternativen heute kürzer und verständlicher.

Dennoch gibt es weiterhin viele Industrieprodukte, die mit unnötigen Zusatzstoffen hergestellt werden. Hier liegt großes Potenzial für eine nachhaltige Weiterentwicklung der Produktvielfalt im Laden, ohne Einbußen bei Qualität und Geschmack. _____

HEBELWIRKUNG

Aufwand



Auswirkungen



Übertragbarkeit

