

## Kennzeichnung von Zusatzstoffen

Auf dieser Seite möchten wir Sie über den Einsatz von Zusatzstoffen in den Mensen und Cafeterien des Studentenwerkes Freiberg informieren.

Wir verarbeiten in unseren Einrichtungen hauptsächlich frische Zutaten und geben den Lebensmitteln selbst keine Zusatzstoffe zu. Zudem versuchen wir weitestgehend auf den Einsatz vorgefertigter Industrieprodukte, die häufig Zusatzstoffe enthalten, zu verzichten.

Um jedoch eine zeitnahe Herstellung und eine gleichbleibende Qualität (Aussehen, Geruch, Geschmack) unserer Gerichte zu ermöglichen, ist oft der zusätzliche Einsatz dieser Produkte unumgänglich. Durch die Verwendung vorgefertigter Zutaten können wir zum Beispiel flexibler auf Nachfragespitzen reagieren. Wir legen beim Einkauf aller Lebensmittel größtes Augenmerk darauf, dass möglichst wenige und bestenfalls gar keine Zusatzstoffe enthalten sind, so zum Beispiel sind alle unsere eingesetzten Soßen frei von Geschmacksverstärkern. Leider bietet die Industrie nicht für alle Produkte kennzeichnungsfreie Alternativen an.

Grundsätzlich dürfen Zusatzstoffe nur zugelassen werden, wenn sie

1. gesundheitlich unbedenklich sind
2. die technische Notwendigkeit für den Einsatz besteht und
3. der Verbraucher durch den Einsatz nicht getäuscht wird (Quelle: [www.aid.de](http://www.aid.de))

Einige Menschen können bestimmte Zusatzstoffe nicht oder nur schwer vertragen, weshalb das Vorhandensein dieser Stoffe dem Verbraucher kenntlich zu machen ist.

Die in unseren Gerichten enthaltenen Zusatzstoffe ersehen Sie auf den Speiseplänen als Nummer. Die Bedeutung der einzelnen Zahlen ist ebenfalls auf den Speiseplan aufgedruckt oder befindet sich als Hinweis an den jeweiligen Vitrinen (z.B. bei Kuchen, Brötchen, Desserts).

Warum auf manche Zusatzstoffe nicht verzichtet werden kann und aus welchem Zweck diese eingesetzt werden, möchten wir im Anhang erläutern.

### **mit Konservierungsstoff (1)**

Konservierungsstoffe helfen Lebensmittel, die nicht erhitzt werden können (wie Feinkostsalate, Dressings), frisch und sicher zu halten. Konservierungsstoffe verzögern den Verderb von hygienisch einwandfreien Lebensmitteln indem sie das Wachstum von Hefen, Schimmelpilzen und einiger Bakterien hemmen. Somit erhöhen sie die Haltbarkeit und die Sicherheit von Lebensmitteln (Schutz vor krankheitserregenden Mikroorganismen) und bieten für uns die Möglichkeit der Lagerhaltung. Wichtige Konservierungsstoffe sind die in Fleisch- und Wurstprodukten eingesetzten Nitritpökelsalze.

## **mit Farbstoff (2)**

Farbstoffe werden unter anderem eingesetzt, um den verarbeitungsbedingten Farbverlust eines Lebensmittels durch die Einflüsse von Luft, Licht Temperatur und Feuchte auszugleichen. Ebenso sollen Farben ein Lebensmittel attraktiver machen, indem sie zum Beispiel die Geschmacksrichtung widerspiegeln – die rote Farbe in der Götterspeise ergibt zusammen mit dem Erdbeergeschmack ein harmonisches Gesamtbild. Götterspeise wäre ohne den Einsatz von Farbstoffen eine graue Masse. Zudem werden Farben angewandt, um natürliche oder jahreszeitliche Schwankungen in den Rohstoffen zu korrigieren. So wird die gelbe Farbe der Winterbutter über den Einsatz von Farbstoffen erreicht. Winterbutter wäre durch die grünfutterarme Ernährung der Kühe sonst hellweiß.

Das Aufwerten von Lebensmitteln niederer Qualität durch den Einsatz von Farbstoffen ist verboten.

## **Gewachst (3)**

Das Überziehen von Lebensmitteln mit Wachsen (Bienenwachs oder Schellack) ist eine Methode um Qualitätseinbußen, wie Austrocknung und Aromaverlust bei Obst zu verhindern. Diese Methode wird bei frischen Zitrusfrüchten, Melonen, Äpfeln, Birnen angewandt. Durch gründliches Abwaschen kann die Wachsschicht vollständig entfernt werden.

## **Geschwärzt (4)**

Eine Schwärzung mittels Eisengluconat und Eisenlactat wird bei Oliven angewandt, die ihre schwarze Farbe durch natürliche Reifung noch nicht erreicht haben. Die Verarbeitung der unreifen, gefärbten Olive ist kennzeichnungspflichtig.

## **mit Antioxidationsmittel (5)**

Antioxidantien schützen die Lebensmittel vor oxidativem Verderb durch Luftsauerstoff. Ein natürliches Antioxidationsmittel ist die Zitronensäure, die zugegeben wird, um das Verfärben von frisch aufgeschnittenem Obst zu vermeiden. Ebenso verhindern Antioxidantien das Ranzigwerden von Fetten und Ölen, weswegen diese oft in fettreichen Lebensmitteln, Margarinen und Speiseölen zugesetzt werden.

## **mit Phosphat (6)**

Phosphate ermöglichen durch Ihre Fähigkeit Wasser zu binden, eine bessere Verarbeitung von Fleisch zu Wurst. Traditionell wird Wurst aus noch schlachtwarmen Zutaten hergestellt. Dies ist in der industriellen Wurstproduktion nicht mehr möglich. Phosphat ermöglicht die

Kaltverarbeitung von Fleisch und darf deshalb in genau definierten Mengen zugegeben werden. Der Einsatz von Phosphaten bei Fleischerzeugnissen ist kennzeichnungspflichtig.

### **Geschwefelt (7)**

Schwefeldioxyde und Sulfite schützen getrocknete Früchte und Gemüse vor Farbveränderungen. So z.B. werden Sulfite eingesetzt, um die Verfärbung von Meerrettich oder getrockneten Kartoffelerzeugnissen zu verhindern und die typische Farbe zu erhalten.

### **mit Süßungsmitteln (8)**

Süßungsmittel werden eingesetzt, um Lebensmittel ohne oder unter reduzierter Verwendung von Zucker zu süßen. Süßungsmittel haben eine bis zu 500mal größere Süßkraft als natürlicher Zucker. Einige davon sind kalorienfrei, andere weisen zumindest einen deutlich geringeren Kaloriengehalt als herkömmliche Kohlenhydrate auf. Süßungsmittel kommen häufig in Desserts, Kuchen oder kalorienreduzierten Produkten vor.

### **mit Geschmacksverstärker (9)**

Geschmacksverstärker, insbesondere Mononatriumglutamat, sind wohl die umstrittensten Zusatzstoffe. Mononatriumglutamat, welches in asiatischen Ländern auch als die fünfte Geschmacksart „umami“ bezeichnet wird, steht in Verdacht bei einigen Verbrauchern Unverträglichkeiten hervorzurufen. Ebenso bewirkt dieser Stoff einen Mehrverzehr, was ernährungsphysiologisch äußerst bedenklich ist. Geschmacksverstärker werden Lebensmitteln zugegeben, um ihnen eine bestimmte sensorische Charakteristik zu verleihen, den Geschmack des Lebensmittels zu verbessern oder den typischen Geschmack zu verstärken. Geschmacksverstärker sind oftmals in Würzsoßen und Wurstprodukten zu finden.

### **Phenylalaninhaltig (10)**

Phenylalanin ist ein lebensnotwendiger Eiweißbestandteil, der besonders im Hormonstoffwechsel des Menschen eine große Rolle spielt. Menschen mit der Erkrankung Phenylketonurie (kurz: PKU) fehlt ein körpereigenes Enzym, welches für den Abbau von Phenylalanin zuständig ist. Diese Menschen müssen speziell auf ihre Ernährung achten und dürfen kein Phenylalanin aufnehmen. Deswegen muss das Vorhandensein dieser Aminosäure gekennzeichnet werden. Für alle anderen Menschen ist Phenylalanin ungefährlich bzw. sogar lebensnotwendig.

**Zusätzlich sehen Sie auf den Piktogrammen in unseren Speiseplänen, ob Speisen Schweinefleisch oder Alkohol enthalten.**