

Was bringt der neue Süßstoff für die Gesundheit?

JOSEF BRUCKMOSER

BRÜSSEL, SALZBURG (SN).

Die umstrittene Natursüße Stevia könnte 2012 in der EU als Lebensmittelzusatz zugelassen werden. Die Mitgliedsländer haben jetzt einen Vorschlag der EU-Kommission in Brüssel abgesegnet. Es muss nur noch das Europaparlament zustimmen.

Der natürliche Süßstoff wird aus den Blättern der in Paraguay wachsenden Pflanze Stevia rebaudiana gewonnen und soll bis zu 300 Mal süßer sein als Zucker. Damit ließe sich Stevia für kalorienarme Getränke nutzen. Stevia stand lang im Verdacht, krebserregend und erbgutschädigend zu sein. Seit 2011 gilt eine begrenzte Tagesdosis aber als unbedenklich.

Wir befragten SN-Kolumnist Friedrich Hoppichler, Ärztlicher Leiter des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder Salzburg, zu den Konsequenzen für die Konsumenten:

SN: Herr Professor Hoppichler, was heißt die bevorstehende Zulassung von Stevia für gesundheitsbewusste Konsumenten?

Hoppichler: Eine Zulassung wird noch dieses Jahr erwartet. Das heißt, ab 2012 könnten für den Konsumenten dann mit Stevia gesüßte Produkte in den Geschäften erhältlich sein. Im Nicht-EU-Land Schweiz wurde



FRIEDRICH HOPPICHLER

Stevia zum Süßen für einzelne Produkte wie Eistee und Schokolade bereits vor Jahren zugelassen. Der isolierte Reinstoff ist dort in Apotheken, Drogerien und Supermärkten erhältlich. In Japan dominiert Stevia schon

40 Prozent des Zuckerersatzstoffmarkts. Auch in den USA, Australien und Neuseeland sind einzelne Steviapräparate als Süßungsmittel erhältlich. Ein namhafter Cola-Getränke-Produzent hat seine Cola-Label, die mit Stevia gesüßt sind, bereits zur Marktreife gebracht und vertreibt sie in den USA.

SN: Sind damit alle Bedenken gegen Stevia ausgeräumt?

Hoppichler: Stevia wurde ausführlich untersucht und man stellte in ihren Blättern – neben den süßenden Steviolglykosiden – über 100 pflanzliche Wirkstoffe fest, darunter beispielsweise Antioxidantien und gefäßschützende Flavonoide. Dennoch wurde Stevia lang verdächtigt, krebserregend und erbgutschädigend zu sein. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat den Süßstoff aber als unbedenklich eingestuft, und zwar bis zu einer täglichen Aufnahmemenge von 4 mg Steviolglykosiden pro Kilogramm Körpergewicht.

SN: Was sind die Vorteile gegenüber anderen Süßstoffen?

Hoppichler: Durch die enorme Süßkraft von Stevia könnte dieses natürliche Süßungsmittel für zuckerreduzierte Getränke oder Süßspeisen genutzt werden. Der große Vorteil liegt darin, dass der Süßstoff kalorienfrei und ohne blutzuckersteigernde Wirkung ist – und damit ideal für Übergewichtige, Diabetiker oder Patienten mit metabolischem Syndrom. Im Gegensatz zu künstlichen Süßstoffen entstammt Stevia einer natürlichen Quelle und hat den Vorteil, dass es temperaturstabil ist und daher auch zum Kochen und Backen verwendet werden kann.



Steviapflanze. Bild: SN/SCHÖRGHOFER