Welt am Sonntag, 30.3.1997

Chemie im Brot verunsichert Verbraucher

Von ANNEGRET SCHIRRMACHER
Hamburg

Brot ist in Deutschland das Nahrungsmittel Nr. 1: Jeder Bundesbürger hat davon im vergangenen Jahr rund 82 Kilogramm gegessen. Doch Pestizidrückstände im Getreide, Zusatzstoffe und Backmittel im Teig verunsichern die Verbraucher. Viele fragen sich, ob sie ihr Brot noch unbeschwert genießen können.

Für Heiko Zentgraf von der Bonner Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung ist Brot nach wie vor ein gesundes Nahrungsmittel: „Es liefert Kohlehydrate, Eiweiß, Ballaststoffe und B-Vitamine, daneben Mineralstoffe und Spurenelemente wie Kalium und Magnesium." Ein Großteil davon lagert in den Randschichten des Korns, die vor allem in dunkleren Mehlen und im Vollkornschrot enthalten sind. Wenn er zu hellem Mehl verarbeitet wird, verliert Vollkornweizen rund 90 Prozent Magnesium und Vitamin B 1.

■ WISSEN WIR, WAS WIR ESSEN?
SERIE / FOLGE 11

Das beliebteste Getreide ist laut Zentgraf zur Zeit der Roggen. Viele Mineralstoffe, Vitamine und vor allem die Aminosäure Lysin machen ihn wertvoller als Weizen. Doch auch dieser liefert eine ausgewogene Mischung von Mineralstoffen. Immer beliebter wird Dinkel, eine Urform des Weizens, mit seinem hohen Eiweißgehalt. Gerste ist reich an Mineralstoffen, Vitamin B und vielen Ballaststoffen, während Hafer besonders viel Fett, Vitamin B 1, E 1, Eisen und Kalium enthält.

Doch im Brot ist meist mehr als nur Mehl, Salz, Sauerteig und Wasser. Zusatzstoffe und Backmittel aus den Labors der Industrie erleichtern den Bäckern die Arbeit. „Sie verrühren fertig gelieferte Mehlmischungen nur noch mit Wasser und backen sie ab", weiß Udo Pollmer, Lebensmittelchemiker vom europäischen Institut für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaften. „Was in den von der Industrie gelieferten Tüten wirklich drin ist, wissen sie selbst oft nicht." Problematisch ist, daß die kleinen Bäckereien oft ganz unterschiedlich konstruierte Maschinen einsetzen. „Damit ihre Backmischungen in jeder Maschine gelingen, geben Backmittelindustrie und Mühlen oft sehr viele verschiedene Feinchemikalien hinein. Im Mehl für Großfabriken sind oft weniger Zusätze, weil es für einen spezielle Backstraße gemischt wird."

Wieviele Feinchemikalien in der EU zugelassen sind, können selbst Experten nicht genau beantworten. Umstritten ist auch deren Wirkung auf den Menschen. Jürgen-Michael Brümmer von der Bundesanstalt für Kartoffel-, Getreide- und Fettforschung hält sie für ungefährlich, da es sich bei ihnen um Bausteine aus natürlichen Lebensmitteln handelt.

Lebensmittelchemiker Pollmer ist anderer Ansicht. Er hat zum Beispiel den Kunstsauerteig genau untersucht – eine Mischung aus Feinchemikalien, die in vielen Bäckereien den Natursauerteig ersetzt. Pollmer: „Dieser Kunstsauerteig ist vielleicht nicht direkt schädlich, aber er verkürzt die Fermentation des Teiges erheblich." Dies hat zur Folge, daß das Getreide nur wenig aufgeschlossen wird; der Organismus kann dadurch wichtige Spurenelemente und Mineralstoffe gar nicht aufnehmen, das Brot ist weniger bekömmlich.

Kritisiert wird auch das häufig verwendete Enzym Schimmelpilz-Amylase, das den Hefe-Gärprozeß erleichtert. Der Allergologe Xaver Baur vom berufsgenossenschaftlichen Forschungsinstitut für Arbeitsmedizin warnt: „Jeder vierte Bäcker, den wir mit asthmatischen Beschwerden untersuchen, ist wahrscheinlich allergisch gegen diese Amylasen. Er atmet sie mit dem feinen Mehlstaub der Backmischungen ein. Wir wissen, daß noch viele andere mögliche Allergene in Mehlzusatzstoffen enthalten sind. Leider können wir ihre Wirkung nicht erforschen, weil die meisten Hersteller uns ihre Substanzen nicht untersuchen lassen." Baur testet zur Zeit, ob Amylasen auch nach dem Erhitzen – also im gebackenen Brot – noch Schaden anrichten.

Udo Pollmer kann die Heimlichtuerei der Industrie, der Mühlen und der Bäcker nicht verstehen: „Wenn die Stoffe so harmlos sind, sollen sie sie doch nennen!" Nicht

Kritiker fordern Kennzeichnung

einmal auf verpacktem Brot müssen die Hersteller alle Zutaten angegeben: „Stoffe, die für die maschinelle Verarbeitung wichtig sind, stehen nicht drauf, wie zum Beispiel die Enzyme", so Pollmer. Bei unverpacktem Brot erfahren die Kunden fast nie, welche Zusatzstoffe ihr Bäcker benutzt. Nur sehr wenige legen freiwillig Listen mit allen Zutaten vom Zentralverband des deutschen Bäckerhandwerks im Laden aus.

„Kunden können höchstens am Geruch in der Bäckerei erkennen, ob der Bäcker mit Natursauerteig und Hefe arbeitet", sagt Pollmer. „Dann riecht es wie in einem Obstkeller." Selbst Bio-Gütesiegeln traut der Lebensmittelchemiker nicht blind. Er rät den Verbrauchern, immer genau nach den Zutaten zu fragen.

Der Hamburger Biobäcker Thomas Effenberger ist einer, der sich gerne fragen läßt. „Ich verwende nur Getreide, Sauerteig oder Hefe, Wasser, Meersalz. Denn wer sein Handwerk gelernt hat, braucht keine Hilfsmittel aus dem Labor." Er schätzt, daß nur zwei Prozent aller Bäcker ohne Feinchemikalien arbeiten.

Außerdem verbäckt Effenberger nur Korn, das mit biologischen Mitteln gespritzt und gedüngt ist. Er traut der Auskunft der Bundesanstalt für Land- und Forstwirtschaft nicht. Sie behauptet, daß 99 Prozent des chemisch gespritzten Getreides frei von Pestizidrückständen sei. „Kein Wunder", erklärt Experte Pollmer. „Getreide bindet die Spritzmittel und macht sie damit für den Analytiker unsichtbar." Doch die Verdauungsenzyme des Menschen setzten einen Teil dieser gebundenen Stoffe im Darm wieder frei. Pollmer: „Bei Versuchstieren haben sie Leberschäden ausgelöst."

Nächsten Sonntag:
Billig-Eier kommen immer aus der Legebatterie

LARS WOLSCHINA

Oben: Die Brötchen, die in dieser Bäckerei aus dem Ofen kommen, sehen aufgrund einer Feinchemikalien-Mischung im Mehl immer gleich aus. Nur die wenigsten Bäcker kennen die Zusammensetzung. **Links:** Bio-Bäcker Effenberger aus Hamburg an seiner Getreidemühle