

Nutrition and Health Claims (Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben) – Vor- oder Nachteile für Fleisch und Fleischerzeugnisse?

Nutrition and health claims – Advantages and drawbacks for meat and meat products?

K. O. HONIKEL

Zusammenfassung

Am 16. Juli 2003 hat die Kommission in Brüssel einen „Vorschlag für eine Verordnung des Europäischen Parlaments und des Rates über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel“ vorgelegt (2003/0165 [COD]). Damit wird Neuland betreten. Bisher wurden in Europa gesundheitsbezogene Angaben bei Lebensmitteln sehr zurückhaltend angewandt und erlaubt im Gegensatz zu Japan oder den USA. Die Nährwertkennzeichnung auf freiwilliger Basis ist seit der Richtlinie 90/496/EWG vom 24.09.1990 möglich. Dort wurden in standardisierter Form zwei Möglichkeiten der Kennzeichnung festgelegt: (1) Art und Menge an Energie, Eiweiß, Kohlenhydrate, Fett und (2) Art und Menge an Energie, Eiweiß-, Kohlenhydrate- (Zucker), Fett- (gesättigte Fettsäuren), Natrium- resp. Salz- und Ballaststoffgehalt. Vitamin- sowie Mineralstoffgehalte sind dann möglich, wenn diese signifikante Anteile aufwiesen. Auch Cholesterin sowie einfach- und mehrfach ungesättigte Fettsäuren können aufgeführt werden. Die nun weitergehenden Vorschläge wurden durch die auf den Markt drängenden funktionellen Lebensmittel notwendig, die mit *health claims* (gesundheitsbezogene Aussagen) werben. Dies ist bisher weder in den einzelnen Mitgliedsländern generell zulässig, noch wird es dort, wo es erlaubt ist, einheitlich gehandhabt. Zur Verbraucherinformation (ein Aspekt des Verbraucherschutzes) wären zumindest nährwertbezogene Angaben auch bei Fleisch und Fleischerzeugnissen sehr hilfreich, da diese zu einer ausgewogenen Ernährung gehören. Dies kann am besten dem Verbraucher durch Fakten vermittelt werden. Ein Plädoyer für diese Angaben soll in diesem Beitrag vorgetragen werden.

Schlüsselwörter	Ernährung – Fleisch – Zusammensetzung – nährwertbezogene Angaben
Key Words	nutrition – meat – composition – nutrition claims

Abstract

On 16th July 2003 the European Commission in Brussels put forward a proposal for a Regulation of the European Parliament and the Council about 'Nutrition and Health Claims on Foods (2003/0165[COD])'. So far in Europe health claims are rather restricted and permitted contrary to Japan or the USA. The labelling of nutritional values are permitted since the guideline 90/496/EEC of 24.09.1990. In this guideline 2 possibilities of standardized claims are allowed: (1) Kind and amount of energy, protein, carbohydrates, fat and (2) kind and amount of energy, protein, carbohydrates (sugar), fat (saturated fatty acids), sodium resp. salt and fiber. The content of vitamins and minerals are possible if significant amounts are present in a food. Also cholesterol content and mono- and polyunsaturated fatty acids can be mentioned. With this new proposal a further consumer information is possible. It is strongly recommended to use this possibility for reporting the nutritional facts in meat and meat products.

Einleitung

Die Fleischbranche hat die bisher mögliche, positiv zu nutzende freiwillige Nährwertkennzeichnung wenig genutzt, weder bei Fleisch noch bei seinen Erzeugnissen, im Gegensatz zu vielen anderen Lebensmittelgruppen.

Die meisten Fleischteilstücke, die mit Fettgehalten unter 10 % angeboten werden, hätten bei Energie, Eiweiß, Kohlehydrat, Fett (gesättigte/ungesättigte Fettsäuren), Vitamingehalten, Natrium-, Salzgehalt sowohl zur positiven Imagepflege des landwirtschaftlichen Urproduktes Fleisch als auch zur dringend notwendigen Unterrichtung des Verbrauchers genutzt werden können. Dieser weiß über Fleisch zu wenig, isst es aber gerne, oft mit schlechtem Gewissen. Auch die Schwierigkeiten der Angaben bei lose abgegebener Ware wären lösbar.

Auch viele Fleischerzeugnisse könnten dem Verbraucher in ihrem positiven Ernährungswert vermittelt werden. Bei Fleischerzeugnissen sind deren Inhaltsstoffe durch die Standardisierung der Rezepturen noch besser bekannt als beim variablen Urprodukt Fleisch.

Auch nach den neuen Vorschlägen der Kommission wären viele Fleischteilstücke und Fleischerzeugnisse (bei letzteren hängt es von einer eventuell festgelegten Energie- oder Fett- oder Salzobergrenze ab) mit positiven Nährwertangaben zu versehen.

Gesundheitsbezogene Angaben sind weitaus aufwändiger, teurer und schwieriger, da sie den wissenschaftlichen Nachweis der Wirkung erfordern und einer Zulassung bedürfen.

Fett- und Fleischverzehr

Entgegen der häufig gehörten Aussage, Fleisch und Fleischerzeugnisse seien wenig geeignet für eine gesunde Ernährung,

gehören Fleisch und Fleischerzeugnisse in unserer westlichen Welt zu einer ausgewogenen Ernährung. Wie viel Fleisch und Fleischerzeugnisse verzehrt werden, unterliegt großen individuellen Schwankungen, die sowohl vom Geschlecht wie auch von der Region und dem Angebot abhängen können. So gibt es allein in der Bundesrepublik Deutschland zwischen den alten und neuen Bundesländern und zwischen Männern und Frauen Unterschiede in dem Verzehr von Fleisch und Fleischerzeugnissen (Tab. 1).

Fleisch und Fleischerzeugnisse werden häufig als fett bezeichnet. Diese nicht aussrottbare Fehlmeinung trifft bei Fleisch nur für ganz wenige Teilstücke aller Tierarten zu, die in den letzten 50 Jahren erheblich magerer wurden (z.B. HONIKEL und WELHÄUSER (1993 a und b) für Rind und Schwein) und für einen Teil der Fleischerzeugnisse, die einer Abtrocknung unterliegen; so enthalten z.B. Rohwürste häufig > 30 % Fett. Während der Durchschnitt bei allen verzehrten Frischfleischarten in der Größenordnung von unter 10 % Fett liegt, liegt er bei den Fleischerzeugnissen bei 23-25 %, regional etwas unterschiedlich. Die Spannweite liegt bei Fleisch zwischen unter 1-40 % Fett, bei den Fleischerzeugnissen ist die Spanne sogar noch größer von unter 1-gut 50 %. Die Extremwerte treten relativ selten auf und sollten bei einer Betrachtung nicht herangezogen werden.

Tabelle 1 wurde anhand der Daten des Ernährungsberichts 2000 berechnet. Es ergibt sich, dass nur etwa 10 % Energieaufnahme aus den Fetten in Fleisch und Fleischerzeugnissen stammen, während die gesamte Energiezufuhr aus Fetten in der Bundesrepublik Deutschland laut Ernährungsbericht 2000 (DGE 2000) 35 % der Energieaufnahme ausmacht. Die Schlussfolgerung daraus ist, dass Fleisch und Fleischerzeugnisse zwar Fett enthalten, diese aber nicht bei der Fettaufnahme der Bevölkerung überwiegen.

Tab. 1: Fettaufnahme aus Fleisch + Fleischerzeugnissen und tägliche Energiezufuhr aus Fett nach Angaben des Ernährungsberichtes 2000 (DGE, 2000)

	männlich 25 – 51		weiblich 25 - 51	
	alte BL	neue BL	alte BL	neue BL
Fleischverzehr (g/d)	74,2	62,4	64,6	61,9
Fleischerzeugnisse (Wurstverzehr g/d)	81,7	92,6	54,5	67,4
Summe g/d	155,9	155,0	119,1	129,3

daraus ergibt sich eine Fettaufnahme (g/d)

aus Fleisch (10 % Fett im Mittel)	7,4	6,25	6,5	6,2
aus Fleischerzeugnissen/Wurst (25 %)	20,4	23,15	13,6	16,8
Summe	27,8	29,4	20,1	23,0
davon gesättigte FS (40 %)	11,1	11,8	8,0	9,2
einfach ungesättigte FS (50 %)	13,9	14,7	10,1	11,5
mehrfach ungesättigte FS (10 %)	2,8	2,9	2,0	2,3

daraus ergibt sich eine prozentuale Energiezufuhr aus Fett bei der Gesamtenergie

Gesamtenergie	2510 kcal/d männlich		2028 kcal/d weiblich	
% Energie aus Fetten in Fleisch + Fleischerzeugnissen	10,0	10,5	8,9	10,2
% Energie aus allen Fetten lt. Ernährungsbericht 2000	35,4		34,7	

Die vermeintlich hohe Fettmenge, die Fleischerzeugnissen immer wieder unterstellt wird, könnte bei den von der Europäischen Union vorgesehenen nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben zum Fallstrick für Fleischerzeugnisse werden. Denn in ihrem Entwurf vom Juli 2003 fordert die Kommission, dass nur dann nährwertbezogene Angaben, sogenannte *nutrition claims*, ausgebracht werden können, wenn sie vorgegebene Nährwertprofile – *nutrition profiles* – erfüllen. D. h. die Angabe von bestimmten Inhaltsstoffen, z. B. die Gesamtmenge an Fett, gesättigten Fettsäuren, Salz etc. werden gewichtet und von einer Kommission bewertet, ob nährwertbezogene Angaben oder gesundheitsbezogene Angaben zugelassen werden.

Wie strikt die EU diese Sache angehen will, ist daraus zu erkennen, dass bereits

im Kommissionsvorschlag eine Werbung mit Gesundheits- und Nährwertangaben bei alkoholischen Getränken über 1,2 % Alkohol als nicht gestattet vorgeschlagen wird.

Bei einem Lebensmittel und der vorgeschlagenen Regelung auf nährwertbezogene Angaben verzichten zu müssen, stellt einen erheblichen Wettbewerbsnachteil und Imageverlust dar. Deshalb sollten alle Anstrengungen unternommen werden, die wahre Zusammensetzung von Fleisch und vor allem Fleischerzeugnissen bekannt zu machen. Zu den Entscheidungen der Experten in der EU müssen Fakten zu Fleisch und Fleischerzeugnissen vorliegen.

Die bisherige Möglichkeit (Nährwertkennzeichnungs-Richtlinie, 1990), nährwertbezogene Angaben auf den Etiketten von

Lebensmitteln anzubringen, wird in Milchprodukten häufig, bei Backwaren gelegentlich, selbst bei Lebensmitteln wie Obst und Gemüse relativ häufig vorgenommen. Angaben wie Fettgehalt oder Gehalt an gesättigten Fettsäuren sowie Natrium- oder Salzgehalt bei Fleischerzeugnissen würden genauso wie die Angabe des vorhandenen Nitrit- oder Nitratgehalts für die meisten Erzeugnisse positiv sprechen, zumal bei den meisten Verbrauchern immer noch falsche Vorstellungen über die Zusammensetzung überwiegen.

Zusammensetzung deutscher Fleischerzeugnisse

In einer Untersuchung, die bei einer Reihe von Herstellern von Fleischerzeugnissen im letzten Jahr (2002) durchgeführt wurde, zeigte sich, dass deutsche Fleischerzeugnisse sehr wohl in der Zusammensetzung positiv zu bewerten sind (Tab. 2).

Aufgrund der unterschiedlichen Hersteller gibt es eine weite Schwankungsbreite, wobei mit Durchschnitt nicht der Mittelwert, sondern der Medianwert gemeint ist. So enthalten Aspik-Produkte im durchschnittlichen Wert 9 % Fett, 15,6 % Eiweiß, 1,8 % Salz, 17,5 mg Nitrit/kg Erzeugnis sowie nur 10 mg Nitrat/kg. Die Mengen an Salz, Nitrit und Nitrat sind erheblich niedriger als von den meisten angenommen wird, die an Eiweiß höher, die von Fett liegen bei diesem Produkt wohl im Erwartungsbereich der Verbraucher.

Bei den Brühwürsten kommt man – wenn man von den Brühwürsten mit stückigen Einlagen wie Bierschinken absieht – auf 20-25 % Fett, das gleiche gilt für Blutwürste, während Rohwürste, Kochmettwüste und Leberwürste in der Regel sich den 30 % nähern oder diese überschreiten. Der Salzgehalt liegt um 2 % mit Ausnahme der Rohfleischprodukte und trägt mit Sicherheit nicht zur überhöhten Salzaufnahme bei. Die verhältnismäßig geringen Mengen an Nitrit und Nitrat, die in fast allen Produkten vorhanden sind und die leider nicht so umfangreich vorliegen wie die von Fett, Eiweiß oder Salz, sollten in der Öffentlichkeit kommuniziert werden.

Fettaufnahmeempfehlung

Die deutsch/österreichischen/schweizerischen sogenannten D-A-CH-Referenzwerte (DGE, 2000b) aus dem Jahre 2000 empfehlen, bei der Gesamtenergieaufnahme des Organismus diese zu 30 %, bei schwerer körperlicher Arbeit bis zu 35 % aus Fett zu decken. Der Eurodiätreport von 2001 (Public Health Nutrition, 2001) endet bei einer ähnlichen Größenordnung, ebenso die DRI-Werte (Daily Recommended Intake) der USA und Kanadas (Institute of Medicine, 2002). Die tägliche empfohlene Aufnahme bei den DRI-Werten beginnen bei 20 %. Der FAO/WHO-Expertenbericht 2003 (WHO, 2003) endet ebenfalls bei 30-35 %, beginnt jedoch mit dem niedrigsten Wert von 15 % der Energie aus Fetten in der Nahrung.

Wenn wir also in Deutschland bei etwa 35 % Fettaufnahme liegen und diese Werte aus dem Ernährungsbericht 2000 sind eher konservativ an der oberen Grenze der tatsächlichen Aufnahme angesiedelt, dann liegen wir in Deutschland schon relativ gut, allerdings noch nicht in einem Idealbereich für diejenigen, die wenig körperliche Aktivität entfalten. Von diesen jeweils 30-35 % sollen bis zu 10 % aus gesättigten Fettsäuren bestehen, d.h. also ein Drittel.

In Fleisch und Fleischerzeugnissen sind in der üblichen Mischung aus Rind, Schwein und Geflügel in etwa 40 % gesättigte Fettsäuren vorhanden. Damit liegen die meisten Fleischarten leicht über dem gewünschten Idealwert von 1/3. Für diejenigen, die etwas weniger Rind und dafür mehr Schwein und Geflügel essen, dürfte sich der Prozentsatz gesättigter Fettsäuren 35 % annähern. Einfach ungesättigte Fettsäuren machen durch Fleisch und Fleischerzeugnisse mindestens 50 % aus, bei einer Bevorzugung von Schwein und Geflügel kann dieser Wert sehr wohl 55 % überschreiten, so dass die Forderung über 10 % bis zu 14 %, d.h. ca. die Hälfte der Gesamtenergiezufuhr als Fett durch einfach ungesättigte Fettsäuren bei Fleisch und Fleischerzeugnisse allemal erfüllt wäre.

Tab. 2: Zusammensetzung deutscher Fleischerzeugnisse (Angaben von 2003)
(jeweils N > 100 bei Fett, Eiweiß, Salz; N = 20 - 30 bei Nitrit und Nitrat)

	Fett (%)			Eiweiß (%)			Salz (%)			Nitrit (mg/kg)			Nitrat (mg/kg)		
	von	bis	Durchschnitt	von	bis	Durchschnitt	von	bis	Durchschnitt	von	bis	Durchschnitt	von	bis	Durchschnitt
Aspikprodukte	0,6	20	9,0	10	24	15,6	1,3	2,6	1,80	3	30	17,5	5	29	10,0
Brühwurst, Stücke	6	27	12,5	12	19,5	16,1	1,5	3,0	2,05	1	30	19,0	12	48	20,5
Brühwurst, grob	6	30	22,3	10	19	14,0	1,8	3,5	2,10	1	26	11,0	10	105	30,0
Brühwurst, fein	8	33	24,5	10	16	12,4	1,7	2,3	2,15	1	30	17,0	9	41	28,0
Würstchen	14	35	24,5	10	17,5	12,5	1,7	2,5	2,00	1	65	30,0	5	30	17,0
Blutwurst	14	44	25,5	12	23	16,5	1,7	2,5	2,20			20,0			83,0
schnittfeste Rohwurst	1	45	29,5	14	30	21,0	2,5	4,7	3,70	1	50	10,5	5	110	29,5
streichfähige Rohwurst	7	50	31,0	11	25	16,0	2,1	4,6	2,85	1	40	8,5	5	200	45,0
Kochmettwurst	15	50	32,0	10	17	13,5	1,6	2,2	1,75			5,5			24,5
Leberwurst	15	44	31,0	10	23	14,0	1,1	3,1	1,85	1	50	11,0	8	150	60,0

Bei den mehrfach ungesättigten Fettsäuren kommen wir bei Fleisch und Fleischerzeugnissen in der Regel auf etwa 8-10 % der Gesamtfettsäurezufuhr. Dies entspräche etwa 3 % bei der gesamten Fettsäureaufnahme, ca. 7-10 % wären erwünscht. Die landläufige Meinung, tierische Fette = gesättigte Fette, ist trotzdem für Fleischfette nicht richtig, da sie einen hohen Anteil einfach ungesättigter Fettsäuren enthalten.

Transfettsäuren kommen in Fleisch und Fleischerzeugnissen so gut wie nicht vor. Transfettsäuren entstehen in der Natur kaum, sie werden meistens durch die Raffination von Fetten, d.h. bei der Dehydrierung von Fetten gebildet.

Beim Cholesterin werden in der Regel 300 mg/Tag als die maximale Menge empfohlen. In Fleisch und Fleischerzeugnissen liegen pro 100 g als konservativer Wert nicht mehr als 65 mg/100 g vor. Werden ca. 150 g Fleisch und Fleischerzeugnisse pro Tag verzehrt, wie aus

Tabelle 1 als üblich hervorgeht, dann liegt der Verzehr an Cholesterin in der Größenordnung von ca. 100 mg/Tag. Auch dies ist eine Menge, die weit unter den täglichen 300 mg liegt. Fleisch und Fleischerzeugnisse sind nicht die Schuldigen an einem erhöhten Cholesterinspiegel.

Eiweißaufnahme

In Deutschland werden von den Männern etwa 25 g, von Frauen etwa 20 g Eiweiß durch Fleisch und deren Erzeugnisse aufgenommen (Tab. 3). Die Summe der theoretisch berechneten Menge zur Energieaufnahme aus Fleisch und Fleischerzeugnissen macht etwa 4 % der Energiemenge bei Männern und Frauen aus.

Die Summe aller Eiweiße an der Energieaufnahme, rein theoretisch berechnet, ist mit knapp 14 % um etwa den Faktor 3 bis 3 1/2 höher, so dass auch hier nicht von einer übersteigerten Menge an Eiweißaufnahme durch Fleisch und Fleischerzeugnisse gesprochen werden kann.

Tab. 3: Eiweißaufnahme aus Fleisch und Fleischerzeugnissen und Energieanteil (nach Ernährungsbericht 2000, DGE 2000a) in Anlehnung an Tabelle 1

	männlich 25 – 51 Jahre		weiblich 25 – 51 Jahre	
	alte BL	neue BL	alte BL	neue BL
mit Fleisch (g/d), 20 % Eiweiß	14,8	12,5	12,9	12,4
mit Fleischerzeugnissen (g/d), 13 % Eiweiß	10,6	12,0	7,0	8,1
Summe	25,4	24,5	19,9	20,5
Summe Energieaufnahme aus Eiweiß (%) aus Fleisch + Fleischerzeugnissen	4,0	3,9	3,9	4,0
Summe aller Eiweiße %	13,7		13,9	

Vorschlag der EU-Kommission

In ihrem Vorschlag „nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben“ durch Verordnungen und Gesetze zu regeln, kommt die Europäische Union einer Forderung nach, die in den letzten 10-15 Jahren immer wieder gestellt wurde. Es ist nicht nur

der Verbraucher an nährwertbezogenen Angaben interessiert, evtl. muss auch eine Regelung geschaffen werden, damit nicht innerhalb der Europäischen Union Äpfel mit Birnen verglichen werden. Dies trifft für die analytischen Methoden zu Nährstoffmengen zu, die Art und Weise ihrer Angabe, vor allem aber bei den gesundheits-

bezogenen Angaben ist die EU gefordert. Denn Functional Foods wollen Aussagen benutzen, die über den Nährwert hinausgehen und die Gesundheit betreffen. Bis dato ist es in Deutschland nach der Gesetzgebung nicht erlaubt, direkte gesundheitsbezogene Angaben bei Lebensmitteln zu machen, denn dies ist nach dem Arzneimittelgesetz den Arzneien vorbehalten.

Während für die nährwertbezogenen Angaben der Vorschlag der EU für Fleisch und Fleischerzeugnisse durch jahrzehntelang erprobte analytische Methoden, die europaweit zum großen Teil angewandt werden, leicht und problemlos umgesetzt werden könnten, ist dies bei gesundheitsbezogenen Angaben wesentlich schwieriger. Es muss nicht nur durch Untersuchungen die positive Wirkung eines Lebensmittels auf den Menschen nachgewiesen werden, diese Untersuchungen sollen auch von einer staatlichen Kommission, wahrscheinlich von der European Food Safety Agency (EFSA), überprüft werden. Dies ist ein langwieriger, komplizierter und teurer Vorgang, den sich die wenigsten mittelständischen Lebensmittelbetriebe leisten können. Aber europäische Fleischerzeugnisse werden kein Problem haben, sich mit nährwertbezogenen Angaben allein und dem Geschmack, den sie besitzen, auf dem Markt ihren Anteil zu sichern.

Vorschläge der EU zu den Nährwertaussagen

Energie, Fett, Zucker

„**Energiearm**“ ist eine Forderung, die von Fleisch und Fleischerzeugnissen aufgrund des niedrigen Wertes von 40 kcal/100 g nicht erfüllt werden kann. „**Energiereduziert**“ ist bei Fleisch nicht möglich, da dies unverändert – so wie es gewonnen – auch abgegeben werden muss. Aber bei Fleischerzeugnissen mit einem Minus von 30 % gegenüber dem normalen Produkt auf dem Markt wird dies möglich sein. „**Energiefrei**“ ist ebenso wie „**energiearm**“ bei Fleisch und Fleischerzeugnissen nicht möglich.

Bei „**fettarm**“ hingegen haben Fleisch und auch einige Fleischerzeugnisse, wie z. B. Aspikprodukte oder magerer Schinken eine Chance. Unter 3 g Fett/100 g schaffen eine Reihe von Fleischteilstücken völlig problemlos. „**Fettfrei**“ hingegen wird nicht möglich sein.

„**Arm an gesättigten Fettsäuren**“ unter 1,5 g ist ebenso wie „fettarm“ bei Fleisch und einigen wenigen Fleischerzeugnissen möglich. „**Frei von gesättigten Fettsäuren**“ wird jedoch nicht möglich sein.

Die Aussage zu Zucker unter „**zuckerarm**“ unter 5 g oder gar „**zuckerfrei**“ unter 0,5 g oder „**ohne Zuckerzusatz**“ ist für Fleischteilstücke problemlos und ebenso für die meisten Fleischerzeugnisse möglich.

Natrium, Salz

Für die meisten Fleischteilstücke wird die Aussage „**natrium- oder salzarm**“ zutreffen, da sie unter 0,12 g Natrium/100 g enthalten. Bei Fleischerzeugnissen dürfte dies, wenn sie nicht völlig salzfrei hergestellt werden, nicht möglich sein. „**Sehr natrium- oder sehr salzarm**“ geht nicht, „**natrium- oder salzfrei**“ erst recht nicht.

Ballaststoffe

„**Ballaststoffhaltig**“ und „**hoher Ballaststoffgehalt**“ ist bei Fleisch nicht möglich, da ja Fleisch keine Ballaststoffe enthält, jedoch können einige neuere sich auf dem Markt befindende Produkte, die Ballaststoffe zusetzen, wie Körner etc., evtl. 3 bis 6 g/100 g überschreiten.

Eiweißquelle

Beim Eiweiß wird es für Fleisch und Fleischerzeugnisse sehr positiv. Über 12 % der Energie aus Eiweiß erfüllen die meisten Fleischteilstücke, diejenigen, die unter 35 % Fett aufweisen und das sind > 95 %. Auch viele Fleischerzeugnisse werden diese Möglichkeit besitzen. Auch als „**eiweißreich**“ werden einige Fleischteilstücke auszuweisen sein, die zwischen 15 % und 25 % Fett enthalten, aber auch eine Reihe von mageren Fleischerzeugnissen erfüllen diese Voraussetzung.

Vitamine, Mineralstoffe

„**Natürliche Quelle von Vitaminen und Mineralstoffen**“ mit über 50 % der empfohlenen täglichen Aufnahme des RDA-Wertes wird für einige Vitamine und Mineralstoffe in mageren Teilstücken zutreffen. Dies gilt für Fleisch wie Fleischerzeugnisse. Angereichert mit Vitaminen und Mineralstoffen ist natürlich beim Fleisch nicht möglich, jedoch ist dies bei Fleischerzeugnissen, die Ascorbat enthalten oder denen man Vitamin E zusetzt, theoretisch möglich. **Reich an Vitaminen und Mineralstoffen** gilt ebenso bei einigen Teilstücken und Fleischerzeugnissen, wenn gewünscht.

Schlussfolgerung

Wenn Überzeugungsarbeit geleistet werden kann, dass Fleisch und Fleischerzeugnisse nicht fett sind, nicht zu salzhaltig und keine überhöhten Nitrit- oder Nitratmengen enthalten, dann müsste es möglich sein, nährwertbezogene Angaben bei Fleisch und Fleischerzeugnissen in Zukunft entsprechend den Anforderungen der EU-Verordnung zu nutzen. Dies wäre

1. eine Vermeidung eines Wettbewerbnachteils und
2. eine dringende Notwendigkeit, um dem negativen Image von Fleisch und Fleischerzeugnissen, vor allem im Bereich der Ernährungswissenschaft und Ernährungslehre zu begegnen.

Wie viele unsinnige Äußerungen werden auch heute wegen des hohen Gehaltes an gesättigten Fettsäuren in Fleisch und Fleischerzeugnissen geäußert, ebenso wegen des hohen Fettgehaltes im Allgemeinen, wegen des Nitrit-/Nitratgehaltes, des hohen Eiweißgehaltes etc. Diese falschen Angaben wären durch nährwertbezogene Angaben problemlos zu widerlegen. Es ist damit nicht nur der gute Geschmack des Fleisches und der Erzeugnisse mit ihrem hohen Nährwert hervorzuheben, sondern es wäre auch ein Stück

unserer Esskultur in Europa zu verteidigen. Wir sind in einer Zeit des Umbruches, bei der vieles was wir traditionell kennen, langsam aber sicher aus unserem Leben verschwindet. Die traditionellen Fleisch und Fleischerzeugnisse von hoher Qualität mit entsprechendem Aussehen, gutem Geschmack, hohem Nährwert und ihrer leichten Handhabbarkeit als Convenience-Produkte sollten beim europäischen Verbraucher und vor allem bei uns in Deutschland als Teil unserer Esskultur erhalten bleiben und sie verdienen es auch in jeder Hinsicht.

Literatur

D-A-CH-Werte: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung, Schweizerische Vereinigung für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährwertzufuhr, Umschau/Braus-Verlag, 1. Auflage, Frankfurt/Main (2000)

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE). Ernährungsbericht 2000

DRI-Werte (2002): Institute of Medicine of the National Academies: Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids. The National Academies Press, Washington D. C. 2002, Prepublication Copy, Unedited Proof; www.nap.edu

Eurodiätreport (2001): Public Health Nutrition, Volume 4, Number 2 (A, B), April 2001, ISSN 1368-9800

HONIKEL K.O. und R. Wellhäuser (1993 a): Zusammensetzung verbrauchergerecht zugeschnittener Schweinefleischteilstücke. *Fleischwirtschaft* 73, 863 – 866

HONIKEL K.O. und R. Wellhäuser (1993 b): Zusammensetzung verbrauchergerecht zugeschnittener Rindfleischteilstücke. *Fleischwirtschaft* 73, 1051 - 1056

Report of the Joint WHO/FAO Expert Consultation on Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. WHO Technical Report Series 916, Genf 2003