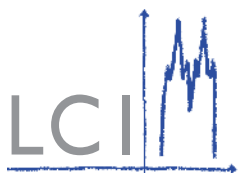


Gehalte an Trans-Fettsäuren in Feinen Backwaren und Knabberartikeln deutlich minimiert!

Im Rahmen einer aktuellen Studie im LCI, bei der ausgewählte Süßwaren auf ihre Gehalte an TFA untersucht wurden, konnten die bisherigen nachhaltigen Erfolge der Minimierungsarbeiten bestätigt werden.



Trans-Fettsäuren
(engl. trans fatty acids, TFA) können auf natürlichem Wege durch spe-

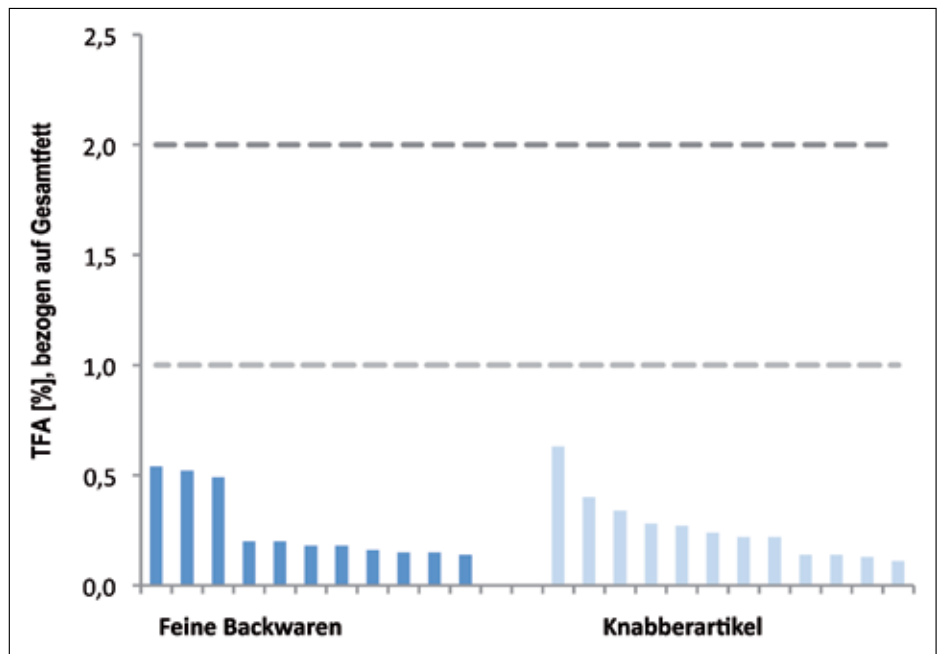
zielle Bakterien im Pansen von Wiederkäuern gebildet werden. Aus diesem Grund weisen Wiederkäuerfette, wie sie z. B. in Milch vorkommen, und aus ihnen gewonnene Lebensmittel natürlicherweise Trans-Fettsäuren auf (ruminante TFA). Sogenannte nicht ruminante TFA können hingegen bei der Teilhärtung (partielle Hydrierung) pflanzlicher Fette gebildet werden und sind dadurch auch in Lebensmitteln vorhanden, die mit teilgehärteten Fetten hergestellt worden sind (vergleiche hierzu LCI-Focus „Analytik von Trans-Fettsäuren“, süßwaren Heft 05/2011).

Gesundheitliche Bedeutung und Empfehlung

Bei erhöhter Zufuhr können TFA ebenso wie gesättigte Fettsäuren zu Veränderungen im Fettstoffwechsel führen. Einerseits fördern TFA die Bildung von LDL-Cholesterin im Blut, andererseits wird das HDL-Cholesterin durch TFA gesenkt. Unabhängig davon, ob es sich um ruminante oder nicht ruminante TFA handelt, wird auf diese Weise das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) empfiehlt daher, täglich nicht mehr als 1 % der benötigten Energie (Energieprozent) in Form von TFA aufzunehmen.

Rechtliche Regelungen und aktuelle TFA-Gehalte

In der Europäischen Union sind Höchstgehalte für TFA in Lebensmitteln nur für Säuglingsnahrung



und Olivenöl festgelegt. In Dänemark gilt ein Höchstgehalt von max. 2 % TFA im Gesamtfett für alle Lebensmittel, in Österreich gelten ähnliche Regelungen.

Seit fast zwei Jahrzehnten werden von der Deutschen Lebensmittelindustrie freiwillig Anstrengungen unternommen, um die Gehalte an TFA zu minimieren. Dies gelingt beispielsweise durch die Verwendung von ungehärteten oder vollgehärteten Fetten. Des Weiteren wurden auch die technischen Bedingungen der Fetthärtung optimiert und Rezepturen angepasst. Diese Minimierungsstrategien waren bei vielen Lebensmitteln sehr erfolgreich.

Im Rahmen einer aktuellen Studie (2011/2012) im LCI, bei der ausgewählte Süßwaren auf ihre Gehalte an TFA untersucht wurden, konnten die bisherigen Erfolge der Minimierung bestätigt werden: Bei industriell hergestellten Feinen Backwaren und Knabberartikeln lagen hierbei die TFA-Gehalte in der Regel unter 2 %, meist sogar weit unter 1 % des Gesamtfettgehaltes (siehe dazu Abbildung 1).

Lebensmittelchemisches Institut (LCI) des Bundesverbandes der Deutschen Süßwarenindustrie e.V.
 Institutsleiter: Prof. Dr. Reinhard Matissek
 Adamsstraße 52 - 54, 51063 Köln
 Telefon: 0221 - 62 30 61, Fax: 0221 - 61 06 | 201277
<http://www.LCI-Koeln.de>