

STEVIA ALS SÜßSTOFF

Die Zucker-Revolution erreicht Europa

Ein süßes Leben ohne Karies und Übergewicht? Dieser Traum rückt näher. Die Süße aus Stevia-Pflanzen soll nun auch in Europa als Lebensmittel zugelassen werden.

VON Burkhard Strassmann | 26. April 2010 - 16:58 Uhr

© Nanduu/Photocase



Sünde ohne Reue? Mit Süßstoff aus Stevia können solche kleinen Genüsse gesünder werden. Stevia kann kommen. In der Pflanze aus Südamerika stecken enorme Hoffnungen, denn sie ist zuckersüß, aber kalorienfrei und absolut zahnfreundlich. Jetzt steht Stevia vor dem Durchbruch in Europa, denn die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) begutachtete das "Süßblatt" oder "Honigkraut" Mitte April als unbedenklich – zumindest, unter bestimmten Bedingungen.

Das kommt einer kleinen Revolution gleich, denn die als ideale Alternative zu Rohr- und Rübenzucker einerseits und zu künstlichen Süßstoffen andererseits geltende Pflanze durfte in Europa bis jetzt nicht als Nahrungsmittel angeboten werden. Lediglich in Bioläden und Reformhäusern fand man Stevia-Produkte unter Tarnlabels wie "Badezusatz" oder "Tiernahrung".

Was in Südamerika und Asien in großen Mengen konsumiert wird, galt hier als unsicher und nicht hinlänglich untersucht. Das Votum der EFSA: Der Stevia-Süßstoff Rebaudiosid A ist unter Berücksichtigung einer täglichen Höchstdosis von vier Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht unschädlich. Das bedeutet konkret: Ein Mensch von 65 Kilogramm darf 80 Gramm Zucker täglich durch Steviosid ersetzen. Das entspricht immerhin fast 30 Stück Würfelzucker.

Dies freut zum Beispiel den Schweizer Limonadenhersteller Storms, der als erster in Europa Stevia-Limonade mit Sondererlaubnis vertreibt. Die großen Brausehersteller

werden folgen. Coca Cola verkauft in den USA bereits eine Stevia-Brause namens Sprite Green , von PepsiCo gibt es das Konkurrenzgetränk PureVia .

In den USA startete die Legalisierung früher; dort wurde lange Zeit alles, was mit Stevia zu tun hatte, in Drugstores als Nahrungsergänzungsmittel verkauft. Heute liegt das weiße, körnige Truvia als legaler Zuckersatz in adretten Tütchen in den Regalen der Supermärkte.

Warum die Zulassung von Stevia samt allen Extrakten in Europa nach der Novel-Food-Verordnung seit 1997 nicht gelang, liegt in der Natur der Sache. Pflanzen und deren Extrakte sind ein unüberschaubares Stoffgemisch; als unschädlich gilt so etwas in der Europäischen Gemeinschaft erst, wenn alle Einzelkomponenten geprüft sind. Die entsprechenden Studien sind teuer. Weil sich aber niemand eine Pflanze patentieren lassen kann, war das Interesse zahlungskräftiger Lebensmittelkonzerne an Stevia stets gering.

Das hat sich erst geändert, als man die süßen Komponenten von Stevia chemisch isolieren und in großer Reinheit herstellen konnte. Solche Verfahren sind patentierbar – jetzt sind auch Großkonzerne wie Cargill oder Coca Cola im Geschäft. Reine Stevia-Süßstoffe wie das Rebaudiosid A lassen sich mit vertretbarem Aufwand testen und stellen die Aufsichtsbehörden zufrieden.

Schon am 4. Juli 2008 veröffentlichte die Weltgesundheitsorganisation (WHO) eine Entscheidung zu einem zweiten süßen Inhaltsstoff der Stevia, Steviosid. Die WHO kam zu der Ansicht, dass ein zu 95 Prozent reiner und standardisierter Steviosid-Extrakt sicher ist. Als Tagesdosis legte sie ebenfalls 4 mg/kg Körpergewicht fest. Nach der EFSA-Entscheidung von April fehlt zum definitiven Durchbruch der Stevia nur noch eine Entscheidung der Europäischen Kommission.

Bloß die wahren Stevia-Freunde, die das grüne Blatt lieben, das man zum Süßen einfach in den Tee tut, sind unzufrieden. Denn was demnächst als legalisierte Stevia-Süße auf den Markt kommen wird, hat mit Natur nicht mehr viel zu tun. Die Stevia-Blätter aber bleiben bis auf Weiteres – Badezusatz.

COPYRIGHT: ZEIT ONLINE

ADRESSE: <http://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2010-04/stevia-zucker>