

Autorin: Dr. Evelyn Ilg Hampe

Glutenfreie Getreidesorten / Glutengehalt

Anzahl untersuchte Proben: 17

beanstandet: 0

Hinweis betreffend Glutengehalt: 1

Ausgangslage

Die Zöliakie ist eine Krankheit, die durch Getreideeiweisskomponenten (Gluten), in erster Linie durch das in Weizen enthaltene Klebereiweiss Gliadin, sowie durch ähnliche Proteine in Roggen, Gerste, Dinkel, Kamut und Hafer ausgelöst wird. Die Aufnahme dieser Proteine führt zu funktionellen und morphologischen Veränderungen der Dünndarmschleimhaut, wodurch die Funktion des Dünndarms deutlich beeinträchtigt werden kann. Als Folge davon können Zöliakiebetreffende unter Mangelzuständen (z.B. Anämie durch Eisenmangel) leiden.



Die strikt glutenfreie Ernährung lebenslang ist die einzige zur Verfügung stehende Behandlung. Verträgliche Getreide sind z.B. Mais, Reis, Buchweizen und Hirse.

Untersuchungsziele

Im Rahmen der Kampagne wurde der Frage nachgegangen, inwiefern auch Mais, Reis, Buchweizen, Hirse oder Amaranth geringe Mengen an Gluten enthalten können.

Gesetzliche Grundlagen

Für die Deklaration von Zutaten, die unerwünschte Reaktionen auslösen können, gibt es gemäss Lebensmittelkennzeichnungsverordnung (LKV) Art. 8 folgende Regelungen:

Sie müssen in jedem Fall im Verzeichnis der Zutaten deutlich bezeichnet werden. Auf diese Zutaten muss auch dann hingewiesen werden, wenn sie nicht absichtlich zugesetzt werden, sondern unbeabsichtigt in ein anderes Lebensmittel gelangt sind (unbeabsichtigte Vermischungen oder Kontaminationen), sofern ihr Anteil, z.B. im Falle von glutenhaltigem Getreide, 10 mg Prolamin (Gliadin) pro 100 g Trockenmasse des Lebensmittels übersteigen könnte.

Lebensmittel für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit werden in Art. 9 der Verordnung über Speziallebensmittel definiert. Sie müssen gemäss Regelung folgende Anforderungen erfüllen:

- Bestehen diese Lebensmittel aus einer oder mehreren Zutaten aus Weizen einschliesslich sämtlicher Triticum-Arten, Roggen, Gerste, Hafer oder ihren Kreuzungen oder enthalten sie solche Zutaten und wurden sie zur Reduzierung ihres Glutengehaltes in spezieller Weise verarbeitet, so dürfen sie beim Verkauf an die Konsumentinnen und Konsumenten einen Glutengehalt von höchstens 100 mg/kg aufweisen. Sie sind mit „sehr geringer Glutengehalt“ zu kennzeichnen. Sie können mit „glutenfrei“ gekennzeichnet werden, wenn ihr Glutengehalt höchstens 20 mg/kg beträgt. Die Kennzeichnung „sehr geringer Glutengehalt“ darf nur für Lebensmittel gemäss diesem Art. 9 verwendet werden.
- Lebensmittel, die für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit bestimmt sind, und aus einer oder mehreren Zutaten bestehen, die Weizen einschliesslich sämtlicher Triticum-Arten, Roggen, Gerste, Hafer oder ihre Kreuzungen ersetzen, oder die solche Zutaten enthalten, dürfen beim Verkauf an die Konsumentinnen und Konsumenten einen Glutengehalt von höchstens 20 mg/kg aufweisen. Bei der Kennzeichnung ist der Begriff „glutenfrei“ zu verwenden.

Probenbeschreibung

In acht verschiedenen Geschäften wurden 7 Produkte auf Basis von Reis, 3 auf Basis von Buchweizen, 3 auf Basis von Hirse, 2 auf Basis von Amaranth und 2 auf Basis von Mais erhoben. 13 Produkte enthielten Zutaten aus biologischem Anbau. Die Lebensmittel wurden im Inland (3), Deutschland (4), USA (4), China (1), Österreich (1), Peru (1), Thailand (1) oder Ungarn (1) hergestellt. Eine Probe deklarierte als Herkunft „Europa“.

Prüfverfahren

Zur Bestimmung des Gliadinegehaltes wurde ein Sandwich-ELISA-Kit verwendet.

Ergebnisse und Massnahmen

In einem bioorganisch erzeugten Maismehl konnte rund 2500 ppm Gluten nachgewiesen werden. Auf der Verpackung wurde mit dem Hinweis „kann Spuren von Gluten enthalten“ auf Gluten hingewiesen. Bei allen anderen Proben lag der Glutengehalt unterhalb der Bestimmungsgrenze von 10 mg / kg. Somit erfüllten alle Produkte die gesetzlichen Bestimmungen.

Trotz des erwähnten Hinweises erachtete das Kantonale Laboratorium den Gehalt an Gluten in der Maisprobe als recht hoch, so dass das zuständige Amt informiert wurde.

Schlussfolgerungen

Aufgrund der zufriedenstellenden Ergebnisse drängt sich in der nächsten Zukunft die Kontrolle von glutenfreien Getreideproben nicht auf. Einzig Maisprodukte werden in den nächsten zwei Jahren wieder untersucht.