

Maßgeschneidert essen

Functional Food als Hoffnungsträger oder Nischenprodukt

Wien, 27.04.07 (VEÖ) – Wurde früher in erster Linie gegessen, um satt zu werden, so sollen die heutigen Lebensmittel möglichst schlank – und gesund – erhalten. Hier kommen funktionelle Lebensmittel gerade recht. Viele sind bereits auf dem Markt, laufend kommen neue hinzu. Die Produktgruppe trägt über eine hohe werbliche Präsenz die Vorstellung von „gesunden“ und „modernen“ Lebensmitteln in die Öffentlichkeit. Gilt es, anders zu kaufen, statt anders zu essen? Diese Frage behandelte der Verband der Ernährungswissenschaftler Österreichs (VEÖ) auf seiner 6. Wissenschaftlichen Tagung von 26. – 27. April 2007. Ein interdisziplinäres Referentenforum behandelte die wesentlichen Aspekte zum Thema „Functional Food“. Gleichzeitig feierte der VEÖ sein 15-jähriges Verbandsbestehen.

Die Akzeptanz für „Lebensmittel mit Zusatznutzen“ ist hoch. Rund 62 % eines befragten Kollektivs von Erwachsenen gaben an, nährstoffangereicherte Lebensmittel zu kaufen. Bei genauer Betrachtung stellt sich heraus, dass Bevölkerungsgruppen, die sich ohnehin „gesünder“ ernähren, auch verstärkt nährstoffangereicherte Lebensmittel konsumieren.

Geschmack toppt Funktion

Um Informationen zu den Verwendungs- und Kaufmotiven von Functional Food zu erhalten, führte Prof. DI Dr. Rainer Haas (Institut für Marketing und Innovation der Universität für Bodenkultur, Wien) eine qualitative Wertkettenanalyse durch. Unter anderem wurde erhoben, welche Attribute beim Kauf von Functional Food (FF) wichtig sind. Interessanterweise steht der Geschmack an erster Stelle, erst dann folgt der Aspekt der Funktionalität, gefolgt von Natürlichkeit. Grundsätzlich wird die Kaufentscheidung vom Wunsch nach Lebensqualität und Zufriedenheit bestimmt. Bei den Nicht-Käufern dominiert als Grund der mangelnde Glaube an den gesundheitlichen Zusatznutzen.

Her mit mehr?

Aus ernährungswissenschaftlicher Sicht gibt es durchaus Ansätze für einen sinnvollen Einsatz von FF. Mag. Heinz Freisling (Department für Ernährungswissenschaften, Universität Wien) zeigte auf, dass angereicherte Lebensmittel bereits jetzt die Nährstoffversorgung wirksam verbessern. So stammen z. B. 40 % der empfohlenen Vitamin C-Zufuhr aus angereicherten Produkten. Wünschenswert sei allerdings eine gezieltere Nährstoffanreicherung. Aktuelle Daten belegen, dass lediglich die Zufuhr an Jod, Folat, Kalzium, Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren in bestimmten Bevölkerungsgruppen unter dem Referenzwert liegt. Nach wie vor aber werden viele Produkte nach dem Gießkannenprinzip mit den Vitaminen A, C und E angereichert.

Werbung mit der Gesundheit

Seit kurzem gibt es durch die „Health Claims“-Verordnung strenge Regeln für die Werbung mit der Gesundheit. Die Verordnung über Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben trat am 19. Jänner 2007 in Kraft und gilt ab dem 1. Juli 2007. Um die Konsumenten vor Täuschung zu schützen, müssen die Hersteller nun gesundheitsbezogene Aussagen wissenschaftlich belegen. Offene Fragen bei der Auslegung werden aber auch weiterhin für reichlichen Diskussionsstoff sorgen.

Die Grenzen der Technologie

Prof. DI Dr. Emmerich Berghofer (Department für Lebensmittelwissenschaften und -technologie, Universität für Bodenkultur, Wien) plädierte für eine Entschleunigung bei der Realisierung von FF: „Oft eilt die Technologie voraus und setzt vage Hinweise der Ernährungswissenschaft sofort in Produkte um.“ Große technologische Herausforderungen sieht Berghofer bei Lebensmitteln, die ihre Funktionalität durch Reduktion oder Entfernung von Inhaltsstoffen erreichen, wie z. B. kalorienreduzierte Lebensmittel. Auch sie müssen

geschmacklich überzeugen, um zu reüssieren. Viele funktionelle Inhaltsstoffe seien sehr empfindlich, daher müsse auch der Stabilität große Aufmerksamkeit geschenkt werden. Damit ein „Health Claim“ auch noch am Ende des Mindesthaltbarkeitsdatums seine Gültigkeit hat.

Food Safety

Sicherheitsbewertung ist ein schwieriges Unterfangen, weil alle Eventualitäten des Verzehr und der übrigen Ernährung berücksichtigt werden müssen. Prof. Dr. Hildegard Przyrembel (Bundesinstitut für Risikobewertung, Berlin) erläuterte die Vorgehensweise: „Man geht davon aus, dass in der Ernährung der Bevölkerung nur eine bestimmte Anzahl der verzehrten Lebensmittel angereichert ist, berücksichtigt die Aufnahme des fraglichen Nährstoffs durch die Gesamternährung und gegebenenfalls ernährungsstrategische Ziele für die Bevölkerung.“ Das Ergebnis, d. h. die Nährstoffmenge, die einem Lebensmittel zugesetzt werden darf, soll einerseits möglichst wenige Personen gefährden, andererseits aber auch eine signifikante zusätzliche Zufuhr ermöglichen.

Natürlich gut

Im Bereich der tierischen Lebensmittel (Fleisch, Fisch, Milch, Eier) gibt es Bestrebungen, funktionelle Eigenschaften durch den Einsatz bestimmter Fütterungs- und Haltungsbedingungen zu erzeugen. Mag. Angela Mörixbauer (eatconsult, Wien) stellte einige Ansätze dazu vor. Der Fokus liegt auf einer Optimierung des Fettsäuremusters. Auf Almweiden erzeugte Milch enthält deutlich höhere Gehalte an funktionellen Fettsäuren und weist somit einen gesundheitlichen Zusatznutzen auf. Fütterungsexperimente konnten zeigen, dass der Verzicht auf Getreide und Maisanteile in der Milchviehfütterung zugunsten von linolensäurereichem Grundfutter zu einem wünschenswerten Fettsäureprofil führt. Artenreiche Weiden und spezielle Leguminosen könnten auch in tieferen Lagen einen „Almmilcheffekt“ hervorrufen. Ein österreichisches Forschungsprojekt konnte durch eine optimierte Fütterung bei Süßwasserfischen den Anteil an langkettigen Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) auf Werte anheben, wie sie sonst nur in fettreichen Meeresfischen wie Hering, Makrele oder Lachs gemessen werden.

Die Apotheke aus dem Supermarkt?

In den letzten Jahren haben sich Proteinfragmente, sogenannte bioaktive Peptide, als interessantes Forschungsfeld herausgestellt. Mittlerweile wurden bereits einige funktionelle Peptide identifiziert, die einen positiven Einfluss auf verschiedene Körperfunktionen haben. Eine der am besten beschriebenen Wirkungen ist der blutdrucksenkende Effekt. Entsprechende funktionelle Milchprodukte sind bereits auf dem Markt.

Selbstgespräch der Wissenden?

Eine abschließende Talkrunde stellte sich der Frage „Sagen, was Sache ist! Wie kommunizieren Ernährungsfachkräfte das Thema funktionelle Lebensmittel?“. Die Zuspiegelung einer Straßenbefragung diente als plakativer Einstieg und zeigte auf, was Konsumenten über Functional Food wissen. Reichlich Diskussionsstoff lieferte die provokante Feststellung Spiekermanns, dass Botschaften der Ernährungsexperten häufig am Adressaten vorbei gingen und eher ein „Selbstgespräch der Wissenden“ seien. In einem Punkt waren sich alle Teilnehmer einig: Functional Food kann auch in Zukunft nur die Ergänzung einer ausgewogenen Ernährung sein, nicht deren Ersatz. Es bedarf allerdings neuer Strategien, um diese Botschaft zu vermitteln. Der nachgewiesene Nutzen muss einfach und allgemein verständlich kommuniziert werden.

Rückfragehinweis: Mag. Helga Cvitkovich-Steiner, 0699/118 10 698, hcs@veoe.org