

PRODUKTINFORMATION: JOGHURT

Wie wird das Produkt hergestellt (Produktion)?

Produktion

- Joghurt ist ein Sauermilchprodukt und wird aus pasteurisierter Milch oder Sahne hergestellt. Die Milch wird mit Joghurtkulturen geimpft und fermentiert, dann für zwei bis vier Stunden bei Temperaturen zwischen 42 und 45 Grad Celsius stehen gelassen.
- Während dieser Zeit vergären die Milchsäurebakterien, die Milch in Joghurt verwandeln, den Milchzucker in Milchsäure. Dieser Prozess findet entweder in großen Joghurttanks oder bereits im Verkaufsbehälter statt.
- Danach werden eventuell andere Zutaten untergemischt, das Joghurt wird abgefüllt und gekühlt.
- Wird das Produkt nach der Fermentation auf über 50 Grad Celsius erhitzt, dann sterben die Bakterien ab und es bleibt länger haltbar.
- Gleichzeitig muss ein Verdickungsmittel zugegeben werden, da sich sonst Flüssigkeit abtrennen würde. Auf so behandelten Produkten müssen der Hinweis „wärmebehandelt“ und das verwandte Bindemittel stehen.
- Im fertigen Joghurt sorgen etwa 0,7 bis 1,1 % Milchsäure für den frisch-säuerlichen Geschmack. Daneben sind bestimmte Aromakomponenten aus dem Stoffwechsel der Bakterien für den Joghurt-Geschmack verantwortlich.

Sorten

- Joghurt gibt es in den gleichen Fettstufen, wie die Milch: Magerjoghurt enthält 0,2% Fett, fettarmer Joghurt 1,5% Fett, Vollmilchjoghurt zwischen 3,5 bis 3,8% Fett. Sahnejoghurt muss 10% Fett enthalten.
- Was die Konsistenz betrifft gibt es stichfesten Joghurt, der im Becher säuert und reift, Rührjoghurt, der nach der Säuerung gerührt und dann im Becher abgefüllt wird, und Trinkjoghurt, meist ein Fruchtjoghurt mit einer sämigen Konsistenz.
- Neben Naturjoghurt ohne Beigabe von weiteren Lebensmitteln gibt es Fruchtjoghurt oder Joghurt mit Früchten, d.h. Joghurt mit einem Fruchtzusatz oder anderen Zutaten (Müsli, Schokolade...). Dieser Joghurt muss mindestens 6 % Frischfrucht enthalten.
- Joghurt mit Fruchtzubereitung muss nur 3,6% davon enthalten und Joghurt mit Fruchtgeschmack noch weniger. So müssen 250 g Erdbeerjoghurt mit Fruchtzubereitung nur eine halbe Erdbeere enthalten!

Bio-Produktion

- Wie bei allen Milchprodukten kann man zwischen Produkten aus ökologischer Landwirtschaft bzw. Bioprodukten und Produkten aus herkömmlicher Landwirtschaft bzw. herkömmlicher Produktion unterscheiden.
- Produkte aus der ökologischen Landwirtschaft zeichnen sich dadurch aus, dass auf eine artgerechte Haltung und Ernährung der Tiere geachtet wurde.
- Bio-Produkte enthalten Zutaten aus der ökologischen Landwirtschaft. Zudem enthalten sie keine unnatürlichen Zusatzstoffe und Aromen.
- Da das fruchteigene Aroma bei Herstellung und Lagerung von Fruchtjoghurt abnimmt, werden auch in Bioprodukte Aromastoffe gerührt. Der Unterschied bei den Bio-Produkten ist jedoch, dass natürliche Aromen verwendet werden, die aus Naturprodukten stammen.
- Ähnlich ist es mit Dickungsmitteln, die auch in Bio-Joghurt hinzugefügt werden, damit der Joghurt nicht zu flüssig wird. Die Zusätze in Biowaren wie Johannisbrotkernmehl, Maisstärke, etc., werden möglichst aus ökologisch angebauten Lebensmitteln gewonnen.

Wer ist an der Produktion beteiligt (soziale Aspekte, Arbeitsbedingungen, Bioprodukte)?

- An der Joghurtproduktion sind ursprünglich vor allem regionale Molkereien und Milchhöfe beteiligt. Durch geringer werdende Transportkosten und die Möglichkeit billiger Massenproduktion in anderen Regionen und Ländern wird die Produktion jedoch zunehmend ausgelagert.

Wie/wohin wird das Produkt transportiert (Transportmittel und Verpackung)?

- Dies führt dazu, dass ein eigentlich vollständig regional herstellbares Produkt an vielen verschiedenen Orten gefertigt wird. Zählt man die Kilometer zusammen, die die Bestandteile eines Joghurts zurückgelegt haben, wenn sie im Geschäft ankommen, kommt man auf absurd hohe Zahlen. Milch, Fruchtzubereitung und Verpackung kommen nicht selten aus den verschiedensten Teilen Europas. Zudem erfolgt Verarbeitung, Abfüllung und Verkauf an unterschiedlichen Orten.
- Die gängigen Verpackungen von Joghurt sind Plastikbecher oder Gläser, manchmal auch Pappbecher. Die Mehrweg-Gläser haben sich als umweltfreundlichste Variante herauskristallisiert.
- Dunkles Glas schützt den Joghurt dabei vor Lichteinfluss, der Inhaltsstoffe und Geschmack beeinflussen kann.

Welche Auswirkung hat die Produktion auf die Umwelt (ökologischer Anbau, regionaler Bezug)?

- Durch die Verlagerung der Produktion aus der Region hinaus kommt es zu hoher Umweltbelastung durch Transportwege. Zudem schadet die Abwanderung der Produktion den regional ansässigen Unternehmen.
- Die Tierhaltung für die Massenproduktion ist meist kritikwürdig. Die Milchkühe leben in bedrängten Verhältnissen, ohne ausgewogene Nahrung und Bewegung. In riesigen Ställen stehen sie auf Holzbalken, damit die Reinigung leichter fällt. Dies ist schmerzhaft für sie.
- Es gibt aber Bio-Produkte, deren Inhalte von Tieren aus der ökologischen Landwirtschaft kommen. Diese Tiere leben unter gesünderen und würdigeren Bedingungen.
- Die Bio-Produkte sind meist etwas teurer, entsprechen aber ihren realen Produktionskosten und sind in der Regel dafür gesünder für Menschen und Tiere.

Welche Nährstoffe hat das Produkt (Aspekt der Gesundheit)?

- Informationen hierzu finden Sie unter www.agendakids.muc.kobis.de (klicken Sie auf den Link „Ernährung“, der sich hinter der Weltkugel und den zwei Händen versteckt; dann auf „Infos“ und „Was kommt auf den Frühstückstisch?“).