

KLEINES GLOSSAR DER NAHRUNGSMITTEL-ZUSATZSTOFFE

AROMA

A

Künstliche Aromastoffe

werden rein chemisch gewonnen. Für sie gibt es keine Vorbilder in der Natur.

Naturidentische Aromastoffe

werden ebenfalls im Labor hergestellt. Das Endprodukt ist chemisch gleich wie ein natürlicher Aromastoff (z. B. Vanillin).

Natürliche Aromastoffe

müssen pflanzlicher oder tierischer Herkunft sein. Das heißt aber nicht, dass ein „natürliches Erdbeeraroma“ aus der Erdbeere stammen muss. Es kann auch aus Kartoffeln oder anderen natürlichen Rohstoffen gewonnen werden.

EMULGATOREN

E

bewirken, dass Wasser und Fett gemischt werden können; z. B. in Mayonnaise. Bekanntester Emulgator ist Lecithin.

FARBSTOFFE

F

heben die Farbe eines Nahrungsmittels hervor.

Natürliche Farbstoffe

sind z. B. Rote Beete, Kirschsafft, Safran (wird aus einer bestimmten Krokus-Art hergestellt, ist intensiv gelb).

Künstliche Farbstoffe

z. B. Beta-Carotin (macht Margarine buttergelb).

Wenn möglich sollten wir künstliche Farbstoffe vermeiden, da sie Allergien hervorrufen können.

GESCHMACKSVERSTÄRKER

G

verstecken sich hinter dem Wort Glutamat. Dieses weiße Pulver besitzt keinen eigenen Geschmack, intensiviert aber den Geschmack der anderen Bestandteile des Essens.

KONSERVIERUNGSSTOFFE

K

verbessern die Haltbarkeit.

STÄRKE

S

Natürliche Stärke

ist ein pflanzlicher Stoff und wird z. B. aus Mais, Weizen oder Kartoffeln gewonnen. Sie wird eingesetzt als Bindemittel.

Modifizierte Stärke

ist Stärke, die so verändert wurde, dass sie einen bestimmten Zweck erfüllen kann; z. B. dass Tiefkühlkost nach dem Auftauen die gewünschte Konsistenz behält.

STABILISATOREN

verhindern das Entmischen oder Absetzen von Stoffen in Lebensmitteln.

Diese können auch Emulgatoren, Dickungsmittel oder Geliermittel sein.

Sie erzeugen eine bestimmte Konsistenz. So ist z. B. das Ketchup immer gleich flüssig.