Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

VZS-name

VZS-str
VZS-plz
VZS-tel
info@verbraucherzentrale.it

Ist der Zusatzstoff Lecithin tierisch oder pflanzlich?

Mon, 04/11/2016 - 11:47

Lecithin (E 322) wird als Emulgator vielen verarbeiteten Lebensmitteln zugesetzt. Es bewirkt, dass sich die Fett- und die Wasser-Phase eines Lebensmittels nicht trennen. Auch sorgt es dafür, dass Margarine beim Braten nicht spritzt und sich Teige besser kneten lassen. Fette werden durch den Zusatz von Lecithin weniger schnell ranzig.
Lecithin kommt natürlicherweise in tierischen und pflanzlichen Zellen vor, unter anderem in der Zellmembran. Gerüchten zufolge könne Lecithin, das Lebensmitteln zugesetzt wird, aus Nervengewebe oder Blut stammen. Tatsächlich wird Lecithin jedoch größtenteils aus pflanzlichen Quellen gewonnen. Als Rohstoffe dienen überwiegend Sojabohnen, aber auch Sonnenblumen, Raps, Erdnüsse oder Mais. Tierische Quellen wie Eigelb oder Molke sind ebenfalls möglich.
Wenn es sich bei den Rohstoffen um kennzeichnungspflichtige Allergene handelt – dazu zählen unter anderem Sojabohnen, Erdnüsse, Milch und Hühnerei –, müssen Hersteller den Ursprung des verwendeten Lecithins angeben. Lecithin aus Sojabohnen wird in der Zutatenliste als „Sojalecithin“ angegeben. Falls das Sojalecithin aus gentechnisch veränderten Sojabohnen hergestellt wird, muss dies entsprechend gekennzeichnet werden.

Medien-Information
Bozen, 11.04.2016