

## Information Glutaminsäure in Bio-Hefeextrakten

Sehr geehrte(r) Besucher(in) der BioFach 2011,

In der öffentlichen Diskussion wurde Hefeextrakt mit dem chemischen Geschmacksverstärker Glutamat (E621) gleichgesetzt. Somit wurde ein seit über 100 Jahren als gesundheitsförderndes Nahrungsmittel anerkanntes Produkt ins Kreuzfeuer der Kritik gezerrt.

Die bekanntesten Anwendungen für Hefen sind die alkoholische Gärung und die Teiglockerung. Hefe ist vor allem für Vegetarier und Veganer eine wichtige Quelle von essentiellen Aminosäuren und Vitaminen der B-Gruppe, die der Körper nicht selbst bilden kann.

BIOREAL Bio-Hefe wird entsprechend der EU-Bio-Verordnung, im Unterschied zu konventionellen Hefeprodukten, ausschließlich auf Nährstoffen aus kontrolliert biologischem Anbau, ohne Zusatz von Chemikalien oder synthetischen Zusatzstoffen, gezüchtet.

BIOREAL Bio-Hefeextrakt, hergestellt aus BIOREAL Bio-Hefemilch, ist ein reines Biolebensmittel, vergleichbar mit pflanzlichen und tierischen Bioprodukten. Es ist in keiner Weise vergleichbar mit synthetischem Glutamat oder einer mit Hilfe von Salzsäure und Natronlauge hergestellter Speisewürze.

BIOREAL Bio-Hefeextrakt enthält als natürlichen Bestandteil ca. 4,4 % Glutaminsäure, die in vielen natürlichen Lebensmitteln wie Parmesankäse, Tomaten, Erbsen, Rindfleisch, Kuhmilch und sogar Muttermilch - teilweise in erheblich höheren Konzentrationen - vorkommt (siehe Rückseite).

BIOREAL Bio-Hefeextrakt oder BIOREAL Bio-Hefe sind wertvolle natürliche Bestandteile in vielen Bio-Lebensmitteln, die wesentlich und positiv zu den sensorischen Eigenschaften der Lebensmittel beitragen.

### **Fazit:**

**BIOREAL Bio-Hefeextrakt und BIOREAL Bio-Hefe sind somit die natürliche und gesundheitlich unbedenkliche Alternative zur natürlichen Geschmacksveredelung von Lebensmitteln.**

**Konventionelle Hefeextrakte, Speisewürzen oder Glutamate sind in Bio-Produkten „fehl am Platze“. Der heutige Bio-Verbraucher erwartet wohlschmeckende, hochwertige Bio-Produkte die ausschließlich aus ökologischen Rohstoffen produziert werden.**

### Beispiele für Glutaminsäure in Lebensmitteln

Lebensmittel	in mg/ 100g
Ei. Trockeneiweiss	11.800
Parmesan, 3.6%	8.100
Appenzeller Käse. 20% Fett i.Tr.	7.860
Sojamehl	7.830
Ei. Trockenvollei	6.390
Tilsiter. 30% Fett	6.380
Gouda 45% i.Tr.	6.280
Edamer. 30% Fett.	6.210
Emmentaler 45% Fett i. Tr.	6.070
Erdnuss	5.630
Trockenvollmilch	5.510
Dinkelmehl, Vollkornmehl	5.170
Ei. Trockeneigelb	4.520
Camembert. 50% Fett	4.500
Eierteigwaren	4.490
Kochschinken (Schwein)	4.420
Hackfleisch (Schwein)	4.410
<b>BIOREAL Bio- Hefeextrakt (*1)</b>	<b>4.400</b>
Rind	4.130
Kasseler, gepökelt (Schwein)	4.120
Hühnerbrust mit Haut	4.120
Kalbfleisch	3.970
Schweineschnitzel	3.950
Weizenmehl. Typ 405	3.660
Thunfisch	3.520
Hafermehl	3.406
Forelle	3.330
Nordseegarnele	3.250
Hering, Atlantik	3.230
Karpfen	3.190
Weissbrot	3.150
Haferflocken	3.080
Rahmfrischkäse 50% Fett i.Tr.	3.050
Zwieback	3.040
Alaska Seelachs	3.020
Brötchen (Weizen)	2.740
Roggenmehl, Typ 1370	2.510
(*1) Quelle Agrano GmbH & Co.KG	
Quelle: Grosser Souci Fachmann Kraut, ISBN 9 783804 750388	