

„Frei von Gluten“ - Backwaren auch bei Unverträglichkeit genießen

2020 untersuchte das Lebensmittel- und Veterinärinstitut Braunschweig **23 Proben glutenfreie Brote und Brotbackmischungen**. Die große Angebotsvielfalt der glutenfreien Lebensmittel spiegelte sich in den Proben wider: helle und dunkle Brote, mit und ohne Ölsaaten, Schokobrotchen, Knäckebrot, Brioche und Bagels wurden von den kommunalen Behörden eingereicht. Außerdem Backmischungen für helle Brote, Haferbrot, Saatenbrot und Schwarzbrot.

Bei der Rezeptur kommen nur glutenfreie Zutaten in Frage. Gluten dient normalerweise der Teigbindung und der Bildung einer lockeren Krume. In der Rezeptur muss die Rolle des fehlenden Klebereiweißes berücksichtigt werden. Statt der üblichen Brotgetreide kommen Getreideerzeugnisse überwiegend aus Reis und Mais, aber auch aus Hirse, Quinoa, Buchweizen, Haferflocken, Teffmehl, Kastanienmehl, Kartoffelstärke und glutenfreie Weizenstärke zum Einsatz. Weitere typische Zutaten sind Erzeugnisse aus Leguminosen wie Soja, Erbsen, Linsen und Süßlupinen. Als Verdickungsmittel dienen Hydroxypropylmethylcellulose, Guarkernmehl, Xanthan oder Johannisbrotkernmehl. Außerdem werden Ölsaaten wie Leinsamen, Sonnenblumenkerne, Sesam, Kürbiskerne, vereinzelt Chiasamen, Mohn und Hanf zugesetzt.

Insgesamt sieben Proben waren ohne Mängel. 21 Proben wurden auf den Glutengehalt untersucht. **In keiner Probe wurde Gluten nachgewiesen.**

Weitere Ergebnisse

Sieben Proben wurden auf ihren Gehalt an Mykotoxinen und Tropanalkaloiden untersucht. Diese wurden in keiner dieser Proben nachgewiesen.

In zehn Fällen waren im Zutatenverzeichnis Apfelfasern, Kartoffelfasern, Psylliumfasern oder Bambusfasern aufgeführt. Die Zulässigkeit der Verwendung solcher Fasern ist fraglich und kann anhand der hier vorhandenen Informationen zu den Proben nicht abschließend beantwortet werden. Es muss bei den Herstellern anhand der Produktspezifikation der Fasern und der Rezeptur des Brotes überprüft werden, ob der Zusatz zulässig ist.

Die Zutat „Psyllium“ war in sieben Produkten im Verzeichnis der Zutaten aufgeführt. Bei „Plantago psyllium L.“ handelt es sich um die Pflanze Flohsamen-Wegerich. Die gemahlene Samenschalen dienen bei glutenfreien Broten als Binde- und Verdickungsmittel. Die Bezeichnung „Psyllium“ reicht nach hiesiger Auffassung jedoch als Zutatenbezeichnung nicht aus.

Bei drei Proben wurde die angegebene Mindesthaltbarkeit überprüft. Ein Reis-Mais-Brot wies bei Ablauf der Mindesthaltbarkeit Schimmelbefall auf. Das Brot wurde als zum Verzehr nicht geeignet und das angegebene Datum der Mindesthaltbarkeit als irreführende Angabe beurteilt.

Einzelne Proben wurden je nach Deklaration auf Nährwertgehalte an Fett, Eiweiß und Ballaststoffen untersucht. Bei einer Probe glutenfreier Schokobrotchen war der deklarierte Eiweißgehalt zu hoch und wurde als irreführende Angabe beurteilt.

Bei zwei der Brotbackmischungen hob sich die Schriftart im Verzeichnis der Zutaten bei allergenen Zutaten aus Hafer und Sesam nicht wesentlich von der Schrift der anderen Zutaten ab. Die Zutaten waren daher nicht eindeutig als Allergen erkennbar.

In einer Nährwertdeklaration wurde die unzulässige Abkürzung „davon ges. Fettsäuren“ statt „davon gesättigte Fettsäuren“ verwendet.