

Alkohol in Lebensmitteln

„nüchtern betrachtet“

Zahlreiche Lebensmittel können geringe Mengen Alkohol (Ethanol) enthalten, ohne dass dies auf den ersten Blick erkennbar ist. Ein geringer Alkoholgehalt ist allerdings in manchen Lebensmitteln, beispielsweise durch Gärungsprozesse, kaum vermeidbar.

Wird Alkohol bei der Herstellung zugesetzt, muss dies – zumindest bei Fertigpackungen – indirekt über das Zutatenverzeichnis deklariert werden. Entsteht der Alkohol erst bei der Herstellung oder Reifung des Lebensmittels durch natürliche Prozesse, ist seine Anwesenheit nicht offensichtlich.

Auch Getränke, die als „alkoholfrei“ beworben werden, dürfen geringe Mengen an Alkohol enthalten. Die anwesenden Alkoholmengen sind in der Regel nicht bedenklich. Trotzdem fallen einzelne Proben auf, bei deren Bewertung dann das Minimierungsgebot (so geringe Gehalte wie technologisch möglich) herangezogen wird.

Das LGL hat 2020 und 2021 1.259 Lebensmittel aus unterschiedlichen Kategorien untersucht, darunter auch Lebensmittel, in denen Alkohol nicht vermutet wird. Zusätzlich hat das LGL auf Grundlage der erhaltenen Ergebnisse eine toxikologische Bewertung vorgenommen, um das durch den Verzehr entstehende Gefahrenpotenzial abschätzen zu können.

Grundsätzlich gilt, dass bei Getränken mit einem Alkoholgehalt von mehr als 1,2 % vol (9,5 g/l) der Alkoholgehalt angegeben werden muss. Getränke, die als „alkoholfrei“ oder „ohne Alkohol“ beworben werden, dürfen trotzdem geringe Mengen Alkohol enthalten. Der Alkoholgehalt von Biermischgetränken muss dem Anteil an alkoholfreiem Bier entsprechend deutlich unter 0,5 %vol liegen.

Sind die festgestellten Alkoholgehalte bedenklich?

Effekte wie psychomotorische Störungen, zum Beispiel in Form verlangsamter Reaktionszeit, waren in sechs Fällen, aber in geringem Maße zu erwarten. Daher wurden die Produkte nicht beanstandet. Es handelte sich um alkoholhaltige Süßigkeiten, Backwaren, aber auch um flüssige Beikost. Im Fall der flüssigen Beikost für Säuglinge

und Kleinkinder – einem Apfelsaft mit einem festgestellten Alkoholgehalt von 0,94 g/l – war auf Basis einer toxikologischen Sicherheitsbeurteilung von einer Gesundheitsgefahr nicht auszugehen. Jedoch wurde der Hersteller darauf hingewiesen, dass aus Gründen des vorbeugenden Verbraucherschutzes bei Lebensmitteln für diese sensible Verbrauchergruppe der Gehalt an Ethanol auf ein möglichst geringes Maß reduziert werden sollte. Die anderen Erzeugnisse beurteilte das LGL als unauffällig.

Ergebnisse

Die höchsten Alkoholgehalte wiesen Lebensmittel mit Alkoholzusatz auf, zum Beispiel Schnapspralinen oder Weingelee.

Bei entalkoholisierten Getränken wie Wein, Schaumwein und Bier wurde die tolerable Alkoholkonzentration von 0,5 %vol meist eingehalten. Der Wert von deutlich unter 0,5 %vol – dem Anteil an alkoholfreiem Bier entsprechend – wurde bei einigen Biermischgetränken nicht eingehalten. Das LGL hat diese Produkte daher beanstandet.

Lebensmittel, bei deren Herstellung gewünschte Gärungsprozesse stattfinden, enthalten immer auch Alkohol. So enthielt Sauerkraut bis zu 4,3 g/kg Alkohol, Essig bis zu 4,18 g/l. Aber auch in überreifen Bananen, Gemüsesäften und -nektaren, fermentierten Teegetränken und Backwaren fand das LGL Alkohol.