

Supermarkt-Brot: Gesund oder gefährlich? Die versteckten Enzyme enthüllt!

Entdecken Sie die Unterschiede zwischen Supermarkt- und Handwerksbrot: Herstellung, Inhaltsstoffe und gesundheitliche Aspekte im Fokus.



Deutschland - Im Jahr 2023 wurden in Deutschland über 1,6 Millionen Tonnen Brot verkauft, wie der Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks mitteilt. Der hohe Absatz ist jedoch von unterschiedlichen Qualitätsstandards geprägt, die zwischen Supermärkten und traditionellen Handwerksbäckereien bestehen. Supermärkte und Discounter bieten eine Vielzahl von Backwaren an, darunter Laugenstangen, Donuts und Brötchen. Doch die Favoriten der Verbraucher haben sich verändert: 24 Prozent bevorzugen die schnell erreichbaren Brötchen aus Selbstbedienungs-Regalen der Supermärkte, während jeder fünfte Deutsche regelmäßig Backwaren von der

Supermarktttheke kauft.

Im Gegensatz zu den handwerklich gebackenen Produkten, die oft selbst hergestellt werden und dem Teig ausreichend Zeit zur Gärung geben, verwenden Supermärkte meist tiefgekühlte Teiglinge, die lediglich aufgebacken oder aufgetaut werden. Diese Unterschiedlichkeit in der Herstellung hat weitreichende Folgen für die Qualität und die gesundheitliche Unbedenklichkeit des Brotes.

Gesundheitliche Aspekte von Supermarkt-Brot

Ein zu beachtender Fakt ist die Verwendung von künstlich hergestellten Enzymen in Supermarkt-Brot, die dazu dienen, die Haltbarkeit von Backwaren auf bis zu neun Wochen zu verlängern. Alarmierend ist, dass diese Enzyme nicht immer auf der Zutatenliste angegeben werden. In einigen Broten sind sogar bis zu 250 verschiedene Enzyme enthalten, die gesundheitliche Probleme verursachen können, besonders bei Menschen mit Reizdarm. Zudem enthalten viele Supermarktbackwaren FODMAPs – schwer resorbierbare Kohlenhydrate, die Verdauungsprobleme hervorrufen können.

Die gesundheitlichen Risiken verbunden mit diesen Zutaten haben auch das Verbraucherschutzforum in Berlin angesprochen. Es wird empfohlen, beim Kauf von Brot bewusster zu agieren und die Möglichkeiten der Handwerksbäckereien in Betracht zu ziehen, die oft qualitativ hochwertige Produkte anbieten.

Die Herausforderungen für Handwerksbäcker

Die Massenproduktion von Brot und die günstigen Preise der Discounter stellen eine ernsthafte Herausforderung für kleine, handwerkliche Bäckereien dar. Die Zahl der

Handwerksbäckereien in Deutschland ist von etwa 15.000 im Jahr 2009 auf nur noch etwa 10.500 im Jahr 2019 gesunken. Ein aktuelles Beispiel ist die „Lila Bäcker“, die im Oktober 2023 Insolvenz anmeldete, was die Preiserhöhungen und die Konkurrenz durch Discounter widerspiegelt.

Die Wahl des Brotes hat nicht nur Auswirkungen auf die Gesundheit, sondern auch auf die Tradition des Bäckerhandwerks, das zunehmend gefährdet ist. Die Bequemlichkeit und die niedrigen Preise der Supermarktprodukte ziehen viele Verbraucher an, doch die Qualität und die gesundheitlichen Aspekte bleiben oft außen vor.

Die Diskussion über die Vorzüge von Handwerksbrot versus industriell hergestelltem Brot ist aktueller denn je und zeigt die vielschichtigen Facetten der Brotkultur in Deutschland. Verbraucher sind eingeladen, sich kritischer mit ihren Brot-Einkäufen auseinanderzusetzen und die Qualität zu priorisieren.

Details	
Vorfall	Insolvenz
Ort	Deutschland
Quellen	• www.ruhr24.de • institut-der-gesundheit.com • verbraucherschutzforum.berlin

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de