

Öko-Test: Überraschende Ergebnisse bei Rapsöl-Qualität im Test

Öko-Test prüft 30 Rapsöle und deckt pestizidbelastete Produkte auf. 7 Öle schneiden schlecht ab, während 11 überzeugen.

Frankfurt/Main (dpa/tmn) – Rapsöl ist in vielen Küchen ein fester Bestandteil und zeichnet sich durch seine vielseitige Verwendbarkeit aus. Ob zum Braten, Frittieren oder für Salatdressings – Rapsöl ist nicht nur geschmacklich neutral, sondern enthält auch essenzielle Fettsäuren, die wichtig für unsere Ernährung sind. Doch aktuelle Analysen zeigen, dass nicht alle Produkte dieser Art unbedenklich sind.

Die Untersuchung von «Öko-Test» und ihre Ergebnisse

In der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift «Öko-Test» wurden 30 verschiedene Rapsöle auf Schadstoffe untersucht, darunter sowohl konventionelle als auch in Bio-Qualität erhältliche Produkte. Die Ergebnisse sind ernüchternd: Während elf Öle mit der Bewertung «sehr gut» abschneiden, gibt es auch sieben Produkte, die mit «mangelhaft» oder «ungenügend» durchfallen. Diese Zahlen werfen ein Schlaglicht auf die Qualitätssicherung in der Lebensmittelbranche.

Schockierende Rückstände

In einem der als mangelhaft bewerteten kaltgepressten Bio-Rapsöle wurden Rückstände des stark umstrittenen Pestizids DDT gefunden, welches in Deutschland seit 52 Jahren verboten

ist. Diese Schadstoffe stammen aus Rumänien, wo DDT ebenfalls nicht mehr eingesetzt werden darf. Diese Entdeckung zeigt, wie wichtig nachhaltige Anbaupraktiken und strenge Kontrollen sind, um die Gesundheit von Verbrauchern nicht zu gefährden.

Gesundheitsrisiken durch Transfette

Darüber hinaus wurden in zwei der raffinierten Rapsöle hohe Werte von Transfettsäuren festgestellt. Diese ungesättigten Fettsäuren sind bekannt dafür, das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu erhöhen. Auch wenn diese Produkte die gesetzlichen Grenzwerte einhalten, sieht «Öko-Test» hier einen beunruhigenden Trend, der das Bewusstsein für gesunde Ernährung weiter schärfen sollte.

Umweltaspekte und Verunreinigungen

Fast zwei Drittel der getesteten Öle wiesen zudem Verunreinigungen durch Mineralölbestandteile auf. Diese Ergebnisse rufen zur Vorsicht auf, da solche Rückstände insbesondere durch den Kontakt mit Schmierölen während des Ernte- oder Pressprozesses entstehen. Diese Probleme verdeutlichen die Notwendigkeit einer transparenten und verantwortungsvollen Produktionsweise.

Positives aus der Testreihe

Es gibt jedoch auch erfreuliche Nachrichten: Unter den Testsiegern befinden sich fünf Produkte, die zu den günstigsten zählen und in Qualität und Preis überzeugen können. Produkte wie «Bellasan Reines Pflanzenöl aus Raps» (Aldi) oder «Vita D'Or Reines Rapsöl» (Lidl) bieten Verbrauchern eine preiswerte, gleichzeitig aber qualitativ hochwertige Option, die sich gut in die alltägliche Kochpraxis integrieren lässt.

Fazit: Ein Aufruf zur Achtsamkeit

Die Resultate der Untersuchung von «Öko-Test» liefern deutlich Aufschluss über die Qualität von Rapsölen und deren potenzielle gesundheitliche Risiken. Für Verbraucher ist es unerlässlich, beim Kauf auf Qualität zu achten und sich über die Herkunft und Herstellung der Produkte zu informieren. Ein bewusster Konsum kann dazu beitragen, sowohl die eigene Gesundheit als auch die der Umwelt zu schützen.

– **NAG**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de