

Frankfurt, 31. März 2016



ÖKO-TEST Superfood

Super mit Blei

Superfoods sind im Trend, weil sie sehr gesund sein sollen. Doch das Verbrauchermagazin ÖKO-TEST zeigt, dass diese oft massiv mit gesundheitsgefährdenden Schadstoffen wie Mineralöl, Cadmium, Blei und Pestiziden belastet sind. Sogar Bio-Marken enttäuschen.

Superfoods wie Chiasamen sollen gegen Blutzuckerstress, Schlaganfallrisiko und Herzinfarktgefahr wirken. Gojibeeren und Moringa gelten als Anti-Aging-Mittel, Hanfsamen sollen Müdigkeit und Erschöpfung vertreiben. Wissenschaftliche Belege für diese Wirkungen gibt es allerdings keine, die Gehalte an Vitaminen, Mineralstoffen oder Omega-3-Fettsäuren sind – berechnet auf Portionsgrößen – auch nicht höher als in heimischen Lebensmitteln. Dazu kommt, dass in diesen Produkten eine Vielzahl von Schadstoffen nachgewiesen wurde. 22 Artikel, darunter Acai-, Spirulina-, Gerstengras- und Weizengraspulver, hat ÖKO-TEST ins Labor geschickt, mehr als zwei Drittel fallen durch. Zwei Bio-Marken sind sogar nicht verkehrsfähig.

Die Liste an Schadstoffen ist lang: In einer Probe konventionell erzeugter Gojibeeren wurden etwa 16 verschiedene Pestizidrückstände analysiert. Leider ist das Thema Pestizide auch bei Bio-Superfoods ein Thema: Bei einer Chiasamen-Marke überschritten sogar zwei Pestizide die gesetzlichen Rückstandshöchstmengen. Ein Rohkakao-Pulver enthält nicht nur mehr als die Höchstmenge eines chemischen Insektenabwehrmittels, sondern auch so viel Cadmium, dass man mit einer Portion mehr aufnimmt als Experten für einen ganzen Tag tolerieren. Cadmium kann die Nieren schädigen und steht unter Krebsverdacht. In einem Spirulina-Pulver bemängeln die Tester wiederum einen hohen Gehalt an Blei, weil es das zentrale Nervensystem, Herz und Kreislauf sowie die Nieren schädigen kann. Fast alle Produkte enthalten Mineralölkohlenwasserstoffe. Einige von diesen sind möglicherweise krebserregend.

Das ÖKO-TEST-Magazin April 2016 gibt es seit dem 31. März 2016 im Zeitschriftenhandel.



Im Labor wird Weizengraspulver für die Bestimmung von Schimmelpilzgiften vorbereitet.

Kostenloses Bildmaterial zum Download:
<http://presse.oekotest.de>