

Süsstoff macht Dicke dicker

MÜNCHEN. Experten warnen: Künstlicher Zucker macht korpulente Konsumenten dicker. Die Fleischindustrie weiss das und nutzt es ganz gezielt.

Light- und Zero-Getränke sollen laut der Werbung besser sein für die Figur als klassische Softdrinks. Doch Studien widerlegen das: «Der Glaube vieler Konsumenten, dass sie mithilfe dieser Getränke abnehmen könnten, ist problematisch», sagt Lebensmittelchemiker und Buchautor Udo Pollmer. «Wer zur Korpulenz neigt, wird durch sie tendenziell dicker.» Denn konsumiert man Diät-Getränke, kündigt der Gaumen Zucker an. Weil der nicht kommt, wächst der Hunger, um die fehlenden Kalorien nachzuholen. Doch auch hart bleiben nützt dann nichts: Kommt der vom Körper erwartete Zucker nicht, senkt dieser einfach die Betriebstemperatur, um Energie zu sparen. Aus diesem Grund haben viele Menschen, die auf Diät sind, ständig kalte Füsse und Arme. «Die so eingesparte Energie wird dann bei vielen Menschen vom Körper genutzt, um die Isolation – also die Fettschicht – noch zu verstärken, so Pollmer. Der Beweis für diesen Effekt: In der EU sind Süsstoffe in der Tiermast zugelassen – und das ausdrücklich zum Mästen.

Zudem sollen künstlich gesüsste

Überprüfen, was drinsteckt

Lebensmittelexperten empfehlen, auf Produkte mit künstlichen Süsstoffen zu verzichten. Wer wissen will, ob sich diese in seinem Getränk oder Nahrungsmittel verstecken, dem hilft die Codecheck-Website bzw. -App (iOS und Android). Dafür muss man nur den Barcode seines Produkts einscannen. Sekunden später erhält man eine detaillierte Übersicht. Neben Infos über die Gefährlichkeit der Inhaltsstoffe erfährt man auch, ob und welche gesünderen Alternativen es gibt. FEE



FOTOLIA

Drinks Krebs fördern. Bei täglichem Konsum erhöht sich das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle um 48 Prozent, wie Forscher der Columbia-Universität (USA) herausgefunden haben.

FEE RIEBELING

Prämie für Schweine mit Ringelschwanz

BERN. In der Werbung gehört zu jedem Schwein ein Ringelschwänzchen. Die Realität sieht aber oft anders aus: Entweder beißen sich gestresste Tiere die Schwänze gegenseitig ab – oder die Züchter schneiden sie vorsorglich ab. Beides ist für die Tiere mit grossen Schmerzen verbunden. In Niedersachsen will der Landwirtschaftsminister deshalb eine «Ringelschwanz-Prämie» einführen: Für jedes Schwein mit intaktem Schwänzchen sollen die Bauern 18 Euro extra bekommen. «Das ist ein Armutszeugnis», sagt Hans-Ulrich Huber, Geschäftsführer des Schweizer Tierschutzes. Es zeige, wie schlecht die Schweine heute in Deutschland gehalten würden. Den Schweizer Konsumenten rät er deshalb: «Hände weg von Quälfleisch aus dem Ausland.» Hierzulande ist das Kupieren von Schweinen zwar verboten. Über Importe und Einkaufstourismus gelangt aber trotzdem Fleisch von verstümmelten Tieren auf unsere Teller. JBU



STARBUCKS DISCOVERIES® DER NEUE, EISGEKÜHLTE CHAI TEA LATTE

Eine köstliche Mischung aus schwarzem Tee und aromatischen Gewürzen. Der perfekte Muntermacher, der immer bereit ist, wenn du es bist.

Jetzt im Kühlregal in allen grösseren Migros Filialen.

