

In Erdäpfeln lauert der Krebs

Ein Merkblatt des Landwirtschaftsministeriums für Verbraucheraufklärung

Tödliche Knolle

Kartoffelprodukte sind nach Ansicht von Maria Roth, Leiterin des CVUA (Chemischen und Veterinärungsamtes) unter Umständen stark mit gesundheits-schädlichen Stoffen belastet.

Die Leiterin des CVUA hatte den Verdacht, den schwedische Ernährungswissenschaftler im April geäußert hatten, zusammen mit vier technisch-wissenschaftlichen Assistentinnen bestätigt: Die Kartoffel kann bei falscher Lagerung und Zubereitung den krebserregenden Stoff Acrylamid in geradezu alarmierenden Mengen enthalten.



Entstehung

So entsteht Acrylamid in Kartoffeln:

- Falsche Lagerung und Transport
- Fehler bei der Zubereitung von Kartoffelprodukten

Belastete Lebensmittel

Folgende Lebensmittel sind unter Umständen mit dem krebserregenden Stoff belastet:

- Kartoffelchips
- Pommes frites
- Bratkartoffeln und
- Rösti



Checkliste

- Bräunungsgradgrad von Kartoffeln: Je dunkler desto risikoreicher. Kartoffeln sollten nicht dunkler als hellbraun sein.
- Bratkartoffeln sollten aus zuvor gekochten Kartoffeln zubereitet werden, um den Acrylamidgehalt drastisch zu senken.
- Kartoffeln nicht bei unter 8°C lagern. (Kühlschrank, Keller...)
- Speisen wie Kartoffelpüree oder Kartoffelsalat, die aus gekochten Kartoffeln gemacht sind, enthalten kein Acrylamid.

Expertin will kein Rösti mehr essen

Die Konsequenz, die Frau Roth aus den unerwarteten Forschungserfolgen zog, ist radikal: Kein Verzehr von eventuell belasteten Lebensmitteln. Doch man kann sich mit wenigen Tipps auch anderweitig vor Acrylamid schützen: Beim Zubereiten von Kartoffeln sollte auf den Bräunungsgrad geachtet werden. Genaueres hierzu und noch weitere Tipps zum acrylamidfreien Kochen in der Checkliste nebenan.