

**Verkaufstraining für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen Direktvermarktung
Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für
Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter- Aufbaukurs**

STAATSMINISTERIUM
FÜR ENERGIE, KLIMASCHUTZ,
UMWELT UND LANDWIRTSCHAFT

 Freistaat
SACHSEN

**Wissenstransfer zur Verbesserung der
Wirtschaftsleistung landwirtschaftlicher Betriebe**
mit dem Ziel der Förderung der Wettbewerbsfähigkeit der Landwirtschaft

im Rahmen des

  Entwicklungsprogramm
für den ländlichen Raum
im Freistaat Sachsen
2014 - 2020

Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des
ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete

www.eler.sachsen.de

Vorhaben: Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter



Europäischer Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des
ländlichen Raums: Hier investiert Europa in die ländlichen Gebiete

Zuständig für die Durchführung der ELER-Förderung im
Freistaat Sachsen ist das Staatsministerium für Energie,
Klimaschutz, Umwelt und Landwirtschaft, Referat
Förderstrategie, ELER-Verwaltungsbehörde

Verkaufstraining für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen Direktvermarktung
Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für
Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter- Aufbaukurs



♥ -lich Willkommen zum Impulsworkshop

**Verkaufstraining für Mitarbeiter und
Mitarbeiterinnen Direktvermarktung**

mit Konstanze Töpel, Verkaufspraxistrainerin seit 1992 in Deutschland
Büro: Tel./Fax. 036626 29193, Funk 01728196002 www.kt-beratung.de



konstanze töpel
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



Expertise “31 Jahre die Kunden im Herzen” Stand 04.11.2024

- Lehre als Fleischer mit Schlachtausbildung in Thüringen/Deutschland
- Studium mit Abschluss Diplom - Fleischtechnikerin
- **Seit 1992** freiberufliche Trainerin im breiten Spektrum Kommunikation, Marketing, Werbung, Verkauf, Produktentwicklung mit Schwerpunkt Fleischerei, Partyservice, Imbiss
- Fachvorführungen auf Messen (SÜFFA, FLEIFA seit 1996 ,IFA2004 2008, 2012 GÄSTE 2003/2005/2007/2008/2009/2011/2013/ „Iss gut Leipzig“ 2015/17/ 19/ 21/ 23/24)
- 1999 Mitglied Interessengemeinschaft für gesunde Lebensmittel e. V.
- Seit 1999 individuelles Marketing - Coaching für Fleischerei, Feinkost, Partyservice, Bistro und Direktvermarktung
- **Seit 2000** individuelles Personaltraining für verschiedene Leitungsebenen zur Optimierung der Persönlichkeitsentwicklung für Mittelstandsbetriebe
- 2004 Filialkonzeptentwicklung
- Beratung mit Schwerpunkt Generations-, oder Betriebskonfliktlösungen
Personaltraining in allen Leitungsebenen
- **2004 Erfolgreiche Teilnahme an der „ Olympiade der Köche“ in der Kategorie D/1 Chinesische Obst- und Gemüseschaudekoration / Gold Medaille**
- **Fachvorführung anlässlich der IKA Internationalen Olympiade der Köche in Erfurt 2008/ 2012 / 2016 mit 30 Personen im Bereich Kochartistik, Organisation verschiedener Showschnitzseminare in Zusammenarbeit mit Herr Wang Xiang**
- 2009 zertifiziert nach AZWV, TÜV Thüringen
- 2010 Slow – Food u. Food Watch
- 2010 Berater im Pool der L- Bank Baden Württemberg
- 2014 Beraterin für das ESF Programm Unternehmenswert Mensch
- 2015 Zusatzausbildung mit Abschluss Personal u. Organisations- / Prozessberatung
- 2016 Thüringer Ministerium Mitarbeit Fleisch Programm „Weidewonne“
- 2016 Mitbegründerin einer Ökomarktgemeinschaft Thüringen und Sachsen
- 2016 IKA Olympiade der Köche in Erfurt: Teilnahme/ Bühnenshow und Messestand mit Workshop im Auftrag der Messe Erfurt.
- 2017 Re-Zertifizierung nach AZAV TÜV Thür.
- 2017 Messe Innsbruck FAFGA 17 ALPINE SUPERIOR Stand, Show und Seminare
- 2017 Dezember Eröffnung www.graefenbrücker-eventhof.de mit
• „MIT MACH Küche“
als Trainingszentrum rund um gesunde Ernährung mit Fleisch
- **2018** Kommunikations- und Verkaufstraining in Theorie und Praxis, am Kochtopf für DEKRA Thüringen, IHK Gera Physiotherapie, Häusliche Krankenpflege, Kosmetikstudios, Autohäuser, usw. BVMW
- **2019** Seminare für Endverbraucher, Motto: „Wie erkenne ich gutes und anderes Fleisch?“ Lebensmittel, Zusatzstoffe, Kinderernährung
- **2023 Neues Coaching-Angebot „PUSH DEIN BUISNESS!“**
- **2024 Autorisierung als INQA- Coach im Programm INQA Coaching**
- **2024 Teilnahme an Weiterbildung und Erfahrungsaustausch der INQA Coaches**
- **2024 2 Kunden erfolgreich abgeschlossen 2 Kunden in Planung**



konstanze töpel **kt**
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



„Allseits gut beraten“

Sie fragen – wir antworten:

- Wozu braucht der Mensch Jod?

Jod ist im Organismus für die Bildung von Schilddrüsenhormonen notwendig. Das mit der Nahrung aufgenommene Jod wird von der Schilddrüse gespeichert. Mit Hilfe der Aminosäure Tyrosin bildet die Schilddrüse aus dem gespeicherten Jod zwei für den Stoffwechsel unentbehrliche Hormone.

- Wie groß ist der Jodmangel?

Kinder nehmen mit der Nahrung täglich nur etwa 30-40 Mikrogramm und Erwachsene nur etwa 60-80 Mikrogramm Jod auf. Entsprechend den Empfehlungen besteht also ein Jodmangel, der je nach Lebensalter in der Größenordnung von täglich 100-170 Mikrogramm liegt.

- Kann durch Jod eine Jodallergie oder Jodakne ausgelöst werden?

Es ist fraglich, ob es überhaupt eine echte Jodallergie gibt. Sicher ist, dass mit physiologischen Mengen Jod, die mit der Nahrung aufgenommen werden, Allergien nicht ausgelöst werden. Gleiches gilt für die Jodakne. Die bei der Verwendung von jodiertem Speisesalz und der Bevorzugung mit Jodsalz hergestellter Produkte aufgenommene Jodmenge liegt bei 100 Mikrogramm. Das ist gerade so viel, wie in der täglichen Nahrung mindestens fehlt. Diese Menge ist so gering, dass sie keine Verschlimmerung der bestehenden Akne, kein Aufflammen einer ausgeheilten Akne oder andere ähnliche Hauterscheinungen hervorrufen kann.

**Verkaufstraining für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen Direktvermarktung
Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für
Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter- Aufbaukurs**



konstanze töpel
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



- Was passiert bei einem Jodmangel?

Bei anhaltender Unterversorgung mit Jod kann die Schilddrüse den Jodmangel nicht ausgleichen. Wenn die Vorräte erschöpft sind, versucht der Körper, den Mangel durch eine Vermehrung der Produktionsstätten, d.h. durch eine krankhafte Vergrößerung der Schilddrüse auszugleichen. Die Vergrößerung der Schilddrüse ist äußerlich sichtbar. Die Ärzte bezeichnen sie als Struma, im Volksmund wird sie Kropf genannt.

- In welchem Alter entsteht ein Kropf?

Bis zum 20. Lebensjahr entwickeln sich 50% aller Jodmangel-Kröpfe. Weitere 20% entstehen bis zum 30. und die übrigen bis zum 50. Lebensjahr. Bei Frauen kommen sie etwa zwei- bis dreimal häufiger vor. Ein Kropf entsteht bei weiblichen Personen vor allem in Phasen eines vermehrten Hormonbedarfs, während der Pubertät, der Schwangerschaft und der Wechseljahre.

**Verkaufstraining für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen Direktvermarktung
Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für
Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter- Aufbaukurs**



konstanze töpel kt
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung

- Kann Jodsalz verwendet werden, wenn in der Schilddrüse Knoten festgestellt wurden?
Haben sich in der Schilddrüse als Folge des Jodmangels sogenannte autonome („heiße“) Knoten entwickelt, die unabhängig von den Regulationsmechanismen Schilddrüsenhormone produzieren, kann trotzdem weiterhin jodiertes Speisesalz verwendet werden. Die Menge Jod, die mit diesem Salz zugeführt wird, ist so gering, dass dadurch der Schilddrüsenstoffwechsel nicht gestört wird. „Heiße“ Knoten müssen allerdings in den meisten Fällen durch eine Operation oder eine Radiojodtherapie entfernt werden. Anschließend ist eine vorbeugende Gabe Jod-Tabletten erforderlich, damit sich nicht erneut „heiße“ Knoten bilden.

- Ist jeder Kropf ein Gesundheitsrisiko?
Ein Kropf muss nicht immer mit Beschwerden im Halsbereich verbunden sein. Er ist aber immer ein ernst zu nehmendes Gesundheitsrisiko. Als Folgekrankheiten können sich funktionslose „kalte“ (selten bösartige) Knoten entwickeln. Überaktive „heiße“ Knoten dagegen können zu einer Schilddrüsenüberfunktion führen.

**Verkaufstraining für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen Direktvermarktung
Ausbau und Stärkung der regionalen Vermarktung durch Kooperation - Workshopreihe für
Führungskräfte sächsischer Direktvermarkter- Aufbaukurs**



konstanze töpel
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



- Kann zuviel Jod schädlich sein?

Die Schilddrüse benötigt je nach Lebensalter und Funktionszustand täglich 100-260 Mikrogramm Jod. Da diese Menge mit der Nahrung nicht aufgenommen werden kann, muss das tägliche Joddefizit mit physiologischen Jodmengen, beispielsweise durch Verwendung von jodierten Speisesalz oder Jodid-Tabletten ausgeglichen werden. Die darin enthaltenen Jodmengen sind völlig unbedenklich. Erst bei täglich zugeführten Jodmengen von über 300 Mikrogramm kann es bei Patienten die einen Kropf aufweisen und bei denen sich bereits autonome „heiße“ Bezirke entwickelt haben, zu einer Entgleisung des Schilddrüsen-Stoffwechsels kommen. Bei Kindern und Jugendlichen besteht diese Gefahr nicht.

- Ist Jodsalz bei einer Unter-oder Überfunktion der Schilddrüse schädlich?

Geringe Jodmengen, wie sie mit Jodsalz aufgenommen werden, sind bei einer Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse unbedenklich. Größere Jodmengen sollten vermieden werden.



konstanze töpel
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



Beispiele für Lebensmittel garantiert ohne Zusatzstoffe

Hier finden Sie eine Auswahl von Lebensmitteln, die laut Gesetz keinerlei Zusatzstoffe enthalten dürfen. Die Liste schließt jedoch keineswegs aus, dass auch andere Lebensmittel, die hier nicht aufgeführt sind – insbesondere Bioprodukte – frei von Zusatzstoffen sein können.

- Fleisch aller Schlachttierarten
- Frische Buttermilch aus der Glasflasche
- Milch
- Sahne süß und sauer aus der Glasflasche
- Molke ohne Früchte
- Naturjoghurt nicht der billigste Glasgefäß
- Quark
- Sauermilch ohne Früchte
- Saure & süße Sahne
- Eier
- Frisches Gemüse
- Sprossen und Keime
- Frisches Obst (außer gewachste Äpfel oder oberflächenbehandelte Südfrüchte)
- Frische Pilze
- Hülsenfrüchte
- Getreide (-flocken) nicht gemischt
- Getrocknete Nudeln
- Reis (kein Schnellkochreis)
- Nüsse, Samen
- Reines Pflanzenöl
- Honig
- Natürliches Mineralwasser und Quellwasser
- Kartoffeln auch Süßkartoffel

Achten Sie auf die Herkunftsländer und deren Bestimmungen für die Düngung und Glyphosat.



Mineralstoffe und ihre wichtigsten Funktionen und Vorkommen

Wichtig für:	Vorkommen:
--------------	------------

Mengenelemente

Natrium	Regulation des Wasserhaushalts, Reizübertragung, Enzymaktivator	Speisesalz, Geräuchertes, Gepökeltes, Wurst, Kaviar, Käse, Salz- und Matjesheringe, Salzgepäck
Kalium	Gegenspieler des Natriums bei der Reizübertragung, Enzymaktivator	Trocken Obst, frisches Obst (vor allem Bananen) und Gemüse, Obst- und Gemüsesäfte, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Pistazien, Mandeln
Kalzium	Knochen, Zähne, Nerven- und Muskelfunktionen, Blutgerinnung	Milch und Milchprodukte, grüne Gemüsesorten, Kohlgemüse
Phosphor	Wichtigster Skelettbaustein, Energiestoffwechsel	Schmelz- und Hartkäse, Nüsse und Samen, Schokolade, Hülsenfrüchte, Eidotter
Magnesium	Enzymatische Reaktionen, Nerven- und Muskelfunktion	Vollkornprodukte, Nüsse, Hülsenfrüchte, Fisch, Schokolade, Getreideerzeugnisse, grüne Gemüsesorten



Spurenelemente

Eisen	Sauerstofftransport im Blut, Sauerstoffspeicher im Muskel	Fleisch, Leber, Hülsenfrüchte, grüne Gemüsesorten, Eigelb, Austern, Pfifferlinge, Vollkornprodukte, Mandeln
Jod	Baustein der Schilddrüsenhormone	Lebertran, Seefisch, Schalentiere, jodoertes Speisesalz
Fluorid	Kariesprophylaxe, Knochenstabilität	bestimmte Mineralwasser, fluoridiertes Speisesalz, europäische Walnüsse, Kaviar, Geräuchertes, Seefisch
Selen	Schutz vor Radikalen, Schilddrüsenstoffwechsel	Steinpilze, Nüsse, Innereien , Austern, Vollkornmehle
Zink	Stoffwechsel, Immunsystem, Insulin-wirkung, Wundheilung, Geschmacks- /Geruchsinn	Austern, Leber, Käse, Kakao, Rind- Schweinefleisch, Kohlgemüse, Nüsse

Weitere Spurenelemente:

Chrom, Kobalt, Kupfer, Mangan, Molybdän, Nickel	Stoffwechsel, Bestandteil von Enzyme, Insulinwirkung
--	---



konstanze töpel
verkaufspraxistrainerin
marketing-beratung



Natürliches Phosphat im Fleisch – Phosphat-Zusatz

Die Skepsis gegenüber dem Mineralstoff Phosphat, insbesondere, wenn er als Zusatzstoff Verwendung findet, beruht auf einer wissenschaftlichen nicht abgesicherten Annahme, dass eine überhöhte Phosphataufnahme bei Kindern zu Konzentrationsschwäche, Angriffslust, Nervosität und Überaktivität führt. Nach Einschätzung der „Phosphat-Liga“ sind etwa 10% der Menschen in den westlichen Industrienationen von der möglicherweise erheblichen Phosphat- Überempfindlichkeit betroffen.

Die Ursachen des sogenannten „hyperkinetischen Syndroms“ werden in einer Stoffwechselstörung gesucht.

Zwar ist in den Augen der meisten Ernährungswissenschaftler und Ärzte eine besondere Ernährung nicht erforderlich, ein positiver Placebo-Effekt aber nicht ausgeschlossen.

Eine drastische Einschränkung der Phosphataufnahme ist aber immer gleichbedeutend mit einer Mangelernährung; das muss den Betroffenen in aller Deutlichkeit gesagt werden.

Dieser Mineralstoff „Phosphat“ ist gerade in wertvollen Lebensmitteln (Fleisch, Fisch, Innereien, Milch, Käse, Vollkornprodukten) enthalten und damit eine phosphatarme Nahrung immer auch arm an Eiweiß und Calcium.

In unterschiedlichen Mengen ist auch Phosphat, also praktisch in allen Lebensmitteln vorhanden, als Zusatzstoff aber immer nur bei der Herstellung von Fleischerzeugnissen, und zwar bei Brühwurstprodukten aus nicht schlachtwarmen Fleisch erlaubt und mit dem Zusatz „Phosphat“ zu kennzeichnen.

Entsprechend der Fleischverordnung dürfen höchstens 0,3% Phosphat auf die verwendete Fleisch/ Fettmenge zugesetzt werden. Das ist übrigens nur ein Zehntel der bei der Schmelzkäse- Herstellung zulässigen Menge.



konstanze töpel
 verkaufspraxistrainerin
 marketing-beratung



Phosphat- Gehalt:

Artikel	mg/ 100g	Artikel	mg/ 100g
Schweinefleisch	204	Kartoffeln, frisch	50
Rindfleisch	194	Hühnerei	205
Frankfurter Würstchen 107		Kabeljau	190
Cervelatwurst	155	Hering	250
Rinderleber	353	Bohnen	430
Schmelzkäse, 45% F.i.Tr.	944	Sojabohnen	590
Gouda, 45& F.i.Tr.	443	Vollkornbrot	167
Äpfel	11	Vollmilchschokolade	235

Nitrat, Nitrit und Nitrosamine sind die Begriffe, die mit gepökelten Fleischerzeugnissen in Verbindung gebracht werden.

Allerdings nimmt der Mensch auch täglich nicht unerhebliche Nitratmengen mit der übrigen Nahrung, vor allem über Gemüse und örtlich über Trinkwasser auf.

Im Fleisch ist wenig Nitrat enthalten. Das gilt im Allgemeinen auch für Fleischerzeugnisse. Eine Ausnahme bilden hier nur die Rohpökelwaren. Verwendet wird NPS auch bei der Brühwurst- und Kochwurstherstellung oder auch der Rohwurstherstellung.

Das normale Kochsalz setzt sich aus Natrium und Chlor zusammen. Diese Mengenelemente bilden zusammen mit Kalium die wichtigsten Elektrolyte der Körperflüssigkeiten.



Neue Allergenkennzeichnung

Am 25. November 2005 trat die neue Regelung zur **Kennzeichnung von allergenen Stoffen** auf der Lebensmittelverpackung in Kraft.

Ab diesem Zeitpunkt müssen die zwölf **Hauptallergene** auf der Verpackung von Lebensmitteln angegeben sein.

Diese sind:

glutenhaltiges Getreide (Gerste, Hafer, Weizen, Roggen)

Krebstiere

Eier

Fisch

Erdnüsse

Milch

Schalentiere

Sellerie

Senf

Sesamerzeugnisse

Schwefeldioxid (künstlich hergestellter Konservierungsstoff und Antioxidans) E200-228

Sulfide (natürliche Inhaltsstoffe in Pflanzen, Spargel, Zwiebeln, Knoblauch – positive Wirkung auf Herz-Kreislaufkrankungen, Infektionen, Krebs)

Soja

Lupine (Blumenart, Samen werden für die Nahrung in Peru verwendet – 11 verschiedene Sorten, nicht alle zum Verzehr geeignet. Das Produkt ist Tofu ähnlich, und wird in Europa nur selten im Handel als Inhaltsstoff verwendet.)



Zuckerarten

Natürliche Zuckerarten:

Dextrose:	Traubenzucker
Farin:	mit Sirup braun gefärbter, feiner, mehlartiger Zucker
Fructose, Lävulose:	Fruchtzucker
Glucose:	Traubenzucker
Glucosesirup:	Traubenzuckersirup
Lactose:	Milchzucker (Säugetier- und Muttermilch)
Maltose:	Malzzucker
Maltodextrose:	Malz- und Traubenzucker
Saccharose:	Haushaltszucker, Rübenzucker, Rohrzucker



Zusatzstoffe: wie wirken Sie?

Rauch

Viele Wurst- und Schinkensorten werden seit Jahrhunderten geräuchert. Räuchern verbessert den Geschmack, die Haltbarkeit und Farbe. Unerwünschte Begleitstoffe, wie Benzpyren, dürfen ein Mikrogramm pro Kilogramm nicht überschreiten. Dies entspricht dem Verhältnis von 1:1.000.000.000.

Stabilisatoren

Stabilisatoren verhindern das Entmischen oder Absetzen von Stoffen oder unerwünschte Farbveränderungen. Für die Brühwurstherstellung können die natürlich vorkommenden Salze der Essigsäure (Acetate), der Zitronensäure (Citrate) und der Milchsäure (Laktate) verwendet werden. Das Kutterhilfsmittel Phosphat

(= Emulgator lt. Liste) ersetzt den Energieträger ATP im Muskelfleisch, der nach dem Schlachten durch fleischeigene Enzyme schnell abgebaut wird. Stabilisatoren und Kutterhilfsmittel verleihen Wurst und Schinken eine höhere Schnittfestigkeit und Saftigkeit. Ascorbinsäure ist strukturell dem Vitamin C chemisch identisch. In Fleischerzeugnissen fördern die Natrium- bzw. Calciumsalze der Ascorbinsäure durch verstärkten Abbau der Pökelfstoffe die Umrötung und vermindern unerwünschte Geschmacksveränderungen.

(lila Farbe Unterlage Liste)

Säuerungsmittel und Säureregulatoren

Säuerungsmittel wie Essig (Essigsäure) bewirken z.B. bei Sülzen den typischen säuerlichen Geschmack. Obwohl Essigsäure sowohl in der Natur als auch im menschlichen Körper vorkommt, wird sie als Zusatzstoff eingestuft. Glucono-delta-lacton wird aus Glukose (Traubenzucker) gewonnen und wird in vielen Lebensmitteln als Säureregulator verwendet. Vor allem bei frisch gereiften Rohwürsten verbessert es die Schnittfestigkeit. In Brühwürsten fördert und stabilisiert es die Umrötung.

Antioxidationsmittel

Antioxidantien schützen vor dem Verderb durch Luftsauerstoff (=Oxidation). Die bekannteste Wirkung von Sauerstoff auf Lebensmittel ist das Ranzigwerden von Fett. Die Antioxidantien lassen sich unterscheiden in solche, die natürlich vorkommen und solche, die synthetisch hergestellt werden. So finden sich Tocopherole in den Samen vieler ölhaltiger Pflanzen und Getreidearten. Isoascorbat beschleunigt wie das Ascorbat darüber hinaus die Umrötung und fördert den Abbau der Pökelfstoffe.

(lila Farbe Unterlage Liste)



Geschmacksverstärker

Geschmacksverstärker sind Stoffe, die einen vorhandenen Geschmack verstärken oder betonen. Sie verfügen selbst über keinen oder nur sehr geringen Eigengeschmack. Glutaminsäure, Glutamate, Inosinat und Guanylat werden auch chemisch hergestellt aus Meerespflanzen und aus Zuckerrüben. Verwendung finden sie vor allem in Fertigbrühen, -suppen, -soßen und -gerichten sowie Getränken.

Geschmacksverstärker sind auch häufig Bestandteil von Haushaltswürzen. Insbesondere bei haltbar gemachten Fleisch- und Wursterzeugnissen betonen sie die typische Geschmackskomponente von Fleisch und Gewürzen.

natürliche Geschmacksverstärker: Tomaten, Parmesan, Sellerie

Wirkung: Botenstoffe für das Gehirn und Regulierung von Appetit und Ernährung

künstliche Geschmacksverstärker: E621 – 625, Glutamat, Hefeextrakt, Teil von Aromen

Wirkung: Auslöser von Fressattacken, und sie schwächen die Leistung des Gehirns

Emulgatoren

Emulgatoren ermöglichen nicht miteinander vermischbare Flüssigkeiten (z.B. Wasser und Öl) zu stabilisieren. Lecithine werden aus Eigelb, Soja oder anderen Ölsaaten gewonnen und sind bei der Herstellung von Mayonnaisen und Soßen unerlässlich. Die Verbindungen der Speisefettsäuren mit Milch- oder Zitronensäure zeigen eine vergleichbare Wirkung. (Rohwurst/ Kochwurst)

Farbstoffe

Farbstoffe werden vor allem eingesetzt für Süßwaren und Getränke. Neuerdings sind Farbstoffe auch in der Bundesrepublik zur Herstellung von Fleischerzeugnissen zugelassen. Chemische Farbstoffe werden bei handwerklicher Herstellung von traditionellen Fleischerzeugnissen nicht verwendet.

Für das „Umröten“ von Fleischerzeugnissen, z.B. bei Schinken, wird in der Regel Nitritpökelsalz (Vormischung aus Natriumnitrit und Kochsalz) verwendet. Nitritpökelsalz und seine chemische Vorstufe Natriumnitrat sind jedoch keine Farbstoffe. Die frische Fleischfarbe bleibt durch die Verwendung von Nitritpökelsalz erhalten. (Rohwurst, Bratwurst, Kochwurst)



Verdickungsmittel

Gelier- und Verdickungsmittel werden in Lebensmitteln verwendet, um eine sämige oder feste Konsistenz zu erreichen oder austretende Flüssigkeit zu binden. Agar-Agar und Carrageene werden aus Meeralgen, Johannisbrot- und Guarkernmehl aus Samen der Hülsenfrüchte gewonnen. Man setzt sie vor allem Pudding, Eis und Eiscreme, Milcherzeugnissen sowie Bäckerei- und Konditoreiprodukten zu, sie werden aber auch als Bindemittel in Fertiggerichten eingesetzt. Mit modifizierten Stärken werden z.B. Soßen angepickt. In Wurst und Schinken werden sie bei traditioneller Herstellung auch verwendet.

Gelatine wird für Gummibären, aber auch für Sülzen verwendet. Gelatine wird aus tierischem Bindegewebe hergestellt, ist deshalb ein Lebensmittel und kein Zusatzstoff.

Konservierungsstoffe

Konservierungsstoffe hemmen das Wachstum von Mikroorganismen.

Durch diese Wirkung schützen Sie die Lebensmittel vor dem Verderb und machen sie länger haltbar.

Auch **Salz und Zucker** wirken konservierend, sind aber keine Zusatzstoffe sondern Lebensmittel.

Nitritpökelsalz und Natriumnitrat

werden seit langem in gepökelten Fleischerzeugnissen verwendet, Nitritpökelsalz ist eine Mischung von Kochsalz und Natrium- oder Kaliumnitrit.

Verbindungen und Abbauprodukte des Nitrits mit Eiweiß garantieren das typische und beliebte Pökelaroma und die ansprechende Produktfarbe der umgeröteten Fleischerzeugnissen.

Sie vermindern nachteiligen Fettabbau und wirken auf unerwünschte Bakterien. Die Mengen sind durch Grenzwerte stark limitiert. (Farbe und Haltbarkeit)

Natriumnitrat (Salpeter)

Wird insbesondere bei größeren Schinken und langreifenden Rohwürsten, aber auch bei manchen Käsesorten verwendet.

Bestimmte weiße Wurstsorten wie Gelbwurst, Weiße Wiener, Weißwurst, Bratwurst oder Hausmacher Leberwurst werden traditionell **mit Kochsalz**, also ohne chemische Konservierungsstoffe hergestellt. Sie weisen einen typischen Geschmack und eine helle Farbe auf.

Konservierungsstoffe wie Sorbin- und Benzoesäure und deren Salze bzw. Ester werden beispielsweise in geringen Mengen in Feinkostsalaten verwendet.



Jodiertes Speisesalz, jodiertes Nitritpökelsalz

Die Jodversorgung ist in Deutschland nach wie vor mangelhaft.

Eine unzureichende Jodversorgung ist die häufigste Ursache für die Entstehung eines Kropfes.

Zur präventativen Gesundheitsvorsorge verwenden daher viele Fleischer Jodsalz.

Salz und Zucker sind keine Zusatzstoffe sondern Lebensmittel aber deklarationspflichtig.

Süßstoffe

Verwendung in Konserven, sauren Gurken usw. z.B Aspartam, Saccharin,

Rieselstoffe

Siliziumdioxid = Sand: Verwendung in Mischgewürzen aller Art, damit beim Abfüllen die Gewürze nicht klumpen.

Aromastoffe

Chemische Substanzen, die für den typischen Geschmack – das Aroma – eines Lebensmittels sorgen. Aromastoffe werden in Zusammenhang mit Übergewicht gebracht.

Natürliche Aromastoffe: Ausgangsstoffe sind pflanzlicher oder tierischer Herkunft, sie müssen aber nicht zwangsläufig aus dem namensgebenden Rohstoff stammen.

Z.B. natürliche Aromastoffe werden aus Baumrinde und Pilzen gewonnen.

Sie sind etwa zehnmal so teuer wie künstliche Aromen.

Naturidentische Aromastoffe: Der Name verspricht mehr Natur, als das Produkt halten kann. Damit sind Laboringredienzen gemeint, die eine ähnliche chemische Struktur wie das natürliche Vorbild aufweisen. Vanillin, ein häufig verwendetes naturidentisches Aroma stammt beispielsweise aus Lignin, einem Grundelement der Zellstoffherstellung, aus dem es chemisch synthetisiert wird.

Künstliche Aromastoffe: Werden besonders in der Süßwarenindustrie eingesetzt. Diese Aromastoffe sind reine Syntheseprodukte, chemische Verbindungen– sie haben keine Vorbilder in der belebten Natur. Z.B. Ethylvanillin, Allylphenoxyacetat, Anisylaceton.