

In der Vorankündigung, zur Veröffentlichung des Buches hier im Forum, hatte ich beschrieben dass es insgesamt 18 Teile geben wird. Jetzt bei der Aufteilung und beim „eigenen nochmals Lesen“ stelle ich fest: Es macht keinen Sinn die letzten Teile mit Versatzstückchen zu veröffentlichen. Aus diesem Grund wird dieser(letzte) Teil ein wenig länger und die unwesentlichen Stücke habe ich gelöscht. Ich entschuldige mich bei den Lesern, möchte mir aber einen kleinen Hinweis erlauben: In den nächsten Wochen erscheint das Buch „Alkohol – Hilfeschrei!“. Hier geht es um drei brisante Themen: Vermeidung von Rückfällen; Hilfe und Unterstützung von Angehörigen; Reale Selbsthilfegruppe oder Facebook?

Als „kleine Entschädigung“ für die reduzierte Version dieses Buches finden Sie am Ende des Beitrages einen klitzekleinen Bestandteil des neuen Buches (Erklärung finden Sie am Ende des Beitrages).

Ich bedanke mich herzlich bei allen Lesern und hoffe dass ich Ihnen eine kleine Hilfe sein konnte.

DANKE!

Es folgen weitere Infos zu Alkohol in unseren Lebensmitteln.

Teil 15 Abschied und Ausblick

Alkohol – Die Gefahr lauert überall!

Be- und Erkenntnisse eines Trinkers

*Ich bin wahrlich nicht stolz gesoffen zu haben,
aber ich bin stolz ein trockener Alkoholiker zu sein*

CSM Deutschland GmbH

Theodor-Heuss-Allee 8

D-28215 Bremen

Internet: www.csmbaking.com/Countries/Germany/Deutsch/Unsere_Marken.aspx

Marken: MeisterMarken, Ulmer Spatz, Marguerite und Goldfrost

Produktbeispiele: Produkte und Zutaten für Feinbackwaren, Brot und Brötchen für Handwerks- und Großbäckereien

Alkohol (Ethanol) kann im Wesentlichen auf drei Arten in eine Backware gelangen:

- 1. Bildung im Teig durch die Hefetätigkeit*
- 2. Übertragung aus Aromen, die Alkohol als Lösungsmittel/Trägerstoff haben*
- 3. als Zutat*

Zu 1): Die Teiglockerung in hefegelockerten Teigen erfolgt durch CO₂ aus der Stoffwechseltätigkeit der Hefen. Dabei vergären Hefen einfache Zucker zu CO₂ und Ethanol.

Das CO₂ führt zu einer Schaumbildung des Teiges und bewirkt so die gewünschte Lockerung. Das gleichzeitig gebildete Ethanol hat keine technologische Funktion für den Teig. Aufgrund seiner leichten Flüchtigkeit wird es durch die Erhitzung im Backprozess weitestgehend ausgetrieben. Mögliche verbleibende Spuren sind zu gering, um eine pharmakologische Wirkung zu bewirken.

Zu 2): Manche Aromastoffe sind deutlich besser löslich in Alkohol als in Wasser. Daher dient Ethanol mitunter als Lösungsmittel für solche Aromastoffe. Um die Aromastoffe überhaupt dosieren zu können, werden sie auf Trägerstoffe aufgebracht. Dadurch entsteht ein erheblicher Verdünnungseffekt. Da die in dieser Form angebotenen Aromen auch nur in sehr geringen Mengen eingesetzt werden, ist auch die Menge des übertragenen Alkohols verschwindend gering. Es kann mit Konzentrationen deutlich unterhalb des Promillebereichs gerechnet werden.

Zu 3) In einigen Spezialbackwaren, insbesondere im Konditoreibereich, wird Alkohol (Ethanol) auch als Zutat verwendet. So schreiben die Leitsätze für Feine Backwaren vor, in Schwarzwälder Kirschtorte und ähnlich bezeichneten Produkten Kirschwasser in einer sensorisch wahrnehmbaren Menge zu verwenden. Es ist zu erwarten, dass auch andere Konditoreiwaren, deren Bezeichnung auf eine Spirituose hinweist, diese Spirituose als Zutat enthalten (z. B. Eierlikörtorte). Die eingesetzten Mengen sind hier aber auch relativ gering, da die zugefügten Spirituosen nur der Geschmacksabrundung dienen.

Als Zutat zugesetzter Alkohol wird im Verzeichnis der Zutaten aufgeführt und lässt sich aus der Bezeichnung ableiten.

Insbesondere in den Fällen 1) und 2) sind die zu erwartenden Alkoholmengen so gering, dass sie zu vernachlässigen sind. Hinzu kommt, dass sie um mehrere Größenordnungen unter den Alkoholkonzentrationen liegen, die in manchen Fruchtsäften (0,3 bis 0,5 %) natürlicherweise vorkommen.

Anmerkung: Auch hier wird deutlich: Man beschäftigte sich intensiv mit der Anfrage und gibt konkrete Informationen weiter. Unabhängig von der eigenen Produktrange enthielt die Antwort eindeutige Hinweise auf die eigentliche Problematik und Wissenswertes zum Thema „Alkohol in Backwaren“.

**Zentis GmbH & Co. KG
Jülicher Straße 177
D-52070 Aachen**

Internet: www.zentis.de/Markenwelt/Fruehstueckswelt/Produkte

Produktbeispiele: Sonnen Früchte; 75% Frucht; Creme Compose; Heimische Früchte; Leichte Früchte; Original Aachener Pflümli; Nusspli; Belmandel; Frühstücks-Konfitüre

Die gesamte Produktrange ist unterteilt in viele weitere Einzelsorten, eine Auflistung der Einzelprodukte würde letztlich zu weit führen.

Gerne möchten wir Ihnen die Sachlage etwas ausführlicher erörtern.

- Wir möchten Ihnen zunächst bestätigen, dass wir nur Einzelrohstoffe, also keine zusammengesetzten Rohstoffe deklarieren.

- Tatsächlich ist es so, dass Aromen mit Hilfe von Alkohol hergestellt oder als Trägerstoff Alkohol enthalten können. Aromen werden grundsätzlich in der Zutatenliste aufgeführt. Bei Konfitüren finden Aromen (außer Vanille) keinen Einsatz. Auch hier finden Sie die Zugabe aber bereits in der Deklaration oder der Zutatenliste.

- Wir stellen zur Zeit keine Konfitüren oder Fruchtaufstriche mit der Zugabe von Alkohol her. Sollte Alkohol enthalten sein, so wäre dies grundsätzlich aus der Verkehrsbezeichnung der Deklaration und der Zutatenliste zu entnehmen.

- Bei unseren Süßwaren setzen wir vereinzelt Aromen ein. Grundsätzlich ist auch dies der Zutatenliste zu entnehmen.

- Alkohol setzen wir unseren Süßwaren in der Regel nicht zu. Ausnahmen bilden Produkte wie zum Beispiel die Marzipankartoffeln mit Winterpunsch sowie die gepuderten Marzipaneier mit Eierlikör. Hier ist der Alkohol bereits dem Namen zu entnehmen und in der Deklaration sowie der Zutatenliste aufgeführt.

Als Tipp für den Umgang mit Alkohol in Lebensmitteln möchten wir Ihnen gerne mitteilen, immer die Deklaration sowie die Zutatenliste aufmerksam zu lesen.

Anmerkung: . Die Informationen auf der Website ergänzen die Aussagen der Firma und sind leicht verständlich. Gut beschrieben, informativ und eindeutig

Südzucker AG
Maximilianstraße 10
D-68165 Mannheim

Internet: www.suedzucker.de/

Produktbeispiele: Zucker; Funktionelle Inhaltsstoffe für Lebensmittel und Tiernahrung, Tiefkühl- und Kühlpizza, Portionspackungen und Stärke für Food- und Nonfoodanwendungen

Der Rohstoff für die Produktion unserer Zuckersorten ist in aller Regel die Zuckerrübe. Es gibt jedoch auch einzelne Sorten, die aus dem Zuckerrohr gewonnen werden.

Der gewonnene Zucker ist also immer rein pflanzlichen Ursprungs.

Darüber hinaus können wir Ihnen versichern, dass beim Zuckergewinnungsprozess und bei der weiteren Verarbeitung keine Zutaten oder Hilfsstoffe tierischer Herkunft zur Anwendung kommen.

Südzucker setzt bei der Gewinnung von Zucker keine Knochenskohle ein, verwendet werden beispielsweise bei der Saftreinigung Kalk und Kohlensäure (Naturprodukte), um die Nichtzuckerstoffe zu binden und auszufällen.

Auch alkoholische Zutaten kommen nicht zum Einsatz.

Würfel Zucker z. B. wird hergestellt, indem Zucker leicht angefeuchtet (ca. 2-3 % Wasser), in Formen gepresst und anschließend wieder getrocknet wird.

Eine Woche später folgte eine Ergänzung:

In keinem der Südzucker-Zuckerprodukte ist Alkohol (Ethanol) enthalten.

Anmerkung: Süßen ohne Gefahr – was will man mehr !

**Niehoffs Vaihinger Fruchtsaft GmbH
Bahnhofstraße 40
D-67742 Lauterecken**

Internet: www.niehoffs-vaihinger.de

Produktbeispiele: Direktsäfte; Fruchtsäfte; Nektare; Fruchtschorlen; Bio – Smoothies; Cocktail-Basics

Wir stellen sehr vielfältige Produkte her, so dass es uns leider nicht möglich ist, all diese für Ihr Buch für Sie zusammenzustellen.

Natürlich benennen wir bei jedem Produkt die Inhaltsstoffe. Entnehmen Sie diese Informationen bitte der entsprechenden Websites, z.B. www.niehoffs-vaihinger.de.

Wir hoffen natürlich nicht, dass Ihre eigene Recherche fehlinterpretiert oder suggeriert wird, es sei Alkohol enthalten, nur weil der Artikel ohne weitere Deklaration benannt wurde.

Anmerkung: Eine nichtssagende Information, denn über den Alkoholgehalt wird hier nichts ausgesagt. Der Versuch im Internet bessere Informationen zu bekommen war nicht erfolgreich. Es gibt jede Menge an Informationen, jedoch sind diese nicht leicht zu finden und klare Aussagen fehlen.

**Stollwerck GmbH
Stollwerckstrasse 27-31
D-51149 Köln**

Internet: www.stollwerck.de

Marken: Alpia; Sarotti; Eszet; Schwarze Herrensokolade; Karina; Reichardt

Produktbeispiele: Tafelschokoladen; Pralinen; Trüffel; Dragees; Knabberprodukte; Riegel; Belgische und Schweizer Schokolade usw.

Wir führen alkoholische Zutaten, falls vorhanden, zumindest immer in der Zutatenliste auf, es gibt keine versteckte Anreicherung.

Eine eigene Definition von Alkohol verbietet sich dabei. In diesem Zusammenhang handelt es sich immer um Ethylalkohol.

Zusätzlich machen wir den Alkoholgehalt bei zahlreichen Produkten über einen entsprechenden Hinweis auf der Vorderseite der Verpackung kenntlich.

Anmerkung: Bei diesen Produkten steht ausschließlich die, auf der Verpackung gedruckte, Information zur Verfügung. Auch im Internet sind keine Inhaltsstoffe spezifiziert. Achtung: Bitte unbedingt genau lesen!

**Eugen Block Holding GmbH
Lademannbogen 127
D-22339 Hamburg**

Internet: www.block-house-shop.de

Marken: Block House – Restaurants und Produkte

Produktbeispiele: Dressings; Sour Cream & Dips; Fleischspezialitäten; Würzmittel; Beilagen; Butter; Suppen; Saucen

Exemplarisch für alle anderen Produkte eine Datenblatt für das Produkt „American Burger Sauce“:

Zutaten:

pflanzliches Öl, Zwiebeln (10%), Gurken (7%), EIGELB, Branntweinessig, Tomatenmark, jodiertes Speisesalz, Zucker, Weinessig, Wasser, Petersilie, Zitronensaft, Gewürze (enthält SENF), Verdickungsmittel (Xanthan, Guarkernmehl), Dextrose, modifizierte Stärke, GERSTENMALZESSIG, Dessertwein, Gewürzextrakte, natürliches Aroma, Säuerungsmittel (Citronensäure, Weinsäure), Karamellzuckersirup, Hefeextrakt, Zitronenschale, Süßungsmittel (Saccharin), Maltodextrin

Nährwertdeklaration /100g:

Brennwert [kJ]: 2.328

Brennwert [kcal]: 556

Fett [g]: 59,4

Kohlenhydrate [g]: 3,8

Eiweiß [g]: 1,2

Rezeptorisch enthaltene Allergene:

Glutenhaltiges Getreide: enthalten

Krebstiere: nicht enthalten

Eier: enthalten

Fische: nicht enthalten

Erdnüsse: nicht enthalten

Sojabohnen: nicht enthalten

Eiweiß [g]: 1,2 Milch (einschließlich Laktose): nicht enthalten

Schalenfrüchte: nicht enthalten

Sellerie: nicht enthalten

Senf: enthalten

Sesamsamen: nicht enthalten

Schwefeldioxid und Sulphite: nicht enthalten

Lupine: nicht enthalten

Weichtiere: nicht enthalten

Hinweise zur Ernährungsweise:

vegetarisch (ovo-lacto-vegetarisch): geeignet

vegan: nicht geeignet

Alkohol: enthalten

Anbei übersende ich Ihnen wie soeben telefonisch besprochen einen Link, der zu unseren Handels-Produkten führt:

<http://www.block-house.de/block-house-restaurant-best-steaks-since-1968/block-house-produkte-im-handel/>

Haben Sie Fragen zu den enthaltenen Informationen auf den Produktdatenblatt? Dann melden Sie sich gerne nochmals bei uns. Bei Fragen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung.

Anmerkung: In vorbildlicher Weise informiert das Hamburger Unternehmen, nicht nur über den Alkoholgehalt, sondern auch über weitere Ingredienzien. Unter dem Markennamen „Block House“ beliefert die deutsche Unternehmung Handel und eigene Restaurants. Klare Definitionen - etwas aufwändig zu finden, aber eine sichere Methode für alle Betroffenen.

Bahlsen GmbH & Co. KG (Barsinghausen)

Hermann-Bahlsen-Straße 12

D-30890 Barsinghausen

Internet: www.bahlsen.de/de/unsere-produkte

Produktbeispiele: Gebäck; Mischungen; Kuchen

Entsprechend den aktuellen rechtlichen Vorgaben weist jede Fertigpackung von Lebensmitteln ein Verzeichnis der Zutaten auf, dem Sie entnehmen können, welche Zutaten im Produkt enthalten sind. Die bei der Herstellung verwendeten Zutaten sind nach Gewichtsanteilen in absteigender Reihenfolge aufgeführt. D.h. die Zutaten, die zuerst aufgeführt sind, sind auch zu großen Anteilen enthalten.

Unsere Bahlsen Comtess-Kuchen und Stollen enthalten aus technologischen Gründen geringe Mengen an Alkohol.

Der Anteil in den Kuchen beträgt jedoch nur etwa 0,5 % und liegt damit in einem Bereich, den beispielsweise auch Fruchtsäfte aufweisen können.

Der Anteil in den Stollen beträgt weniger als 1%.

Bitte beachten Sie generell, dass durch die Verwendung von Aromen sehr geringe Mengen Alkohol in unseren Produkten enthalten sein können, wenn der Trägerstoff der Aromen Alkohol enthält. Der Gehalt an Alkohol im Endprodukt ist dann verschwindend gering, da nur sehr kleine Mengen Aromen eingesetzt werden und der Alkoholgehalt durch den Backprozess weiter reduziert wird.

Anmerkung: Klare Aussage, Hände weg von den betroffenen Produkten.

**Emmi Deutschland GmbH
Im Teelbruch 122
D-45219 Essen**

Internet: <https://de.emmi.com/de/produktwelt/>

Marken: Alle Produkte unter Emmi

Produktbeispiele: Molkereiprodukte; Käse – (Anmerkung: ein sehr breites Spektrum)

Gemäß Lebensmittelgesetz muss in Produkten zugesetzter Alkohol bzw. verwendete Alkoholika in der Zutatenliste deklariert werden. Die ist z.B. bei den Emmi und Gerber Fertig-Fondues, bei alkoholhaltigen Emmi Glacesorten (u.a. Ice Cake Schwarzwälder, Creazione Eiercognac, Jamaika und Tiramisu) sowie bei Bonta Divina Dessert (z.B. Tiramisu) der Fall.

Kommt also Alkohol als Zutat in das Lebensmittel, steht er auf der Zutatenliste als Inhaltsstoff unter dem Begriff „Alkohol“ oder mit dem Namen des jeweils verwendeten alkoholischen Getränks wie beispielsweise Kirsch, Cognac, Grand Marnier oder Weinbrand. Geringe Mengen an Alkohol, die zum Lösen und Konservieren von Fruchtauszügen und Aromen gebraucht werden, müssen jedoch nicht deklariert werden. Diese Zutaten schmecken in der Regel nicht nach Alkohol und ihnen fehlt auch das typische „Alkoholaroma“.

Bei Alkoholkranken kann Alkohol in Lebensmitteln die eigene Selbsteinschätzung bezüglich des geringen Konsums trügen und Rückfälle begünstigen. Trockene Alkoholiker sollten daher alkoholhaltige Lebensmittel und Getränke meiden. Es hat sich gezeigt, dass bereits der Geschmack von Alkohol z.B. durch Aromastoffe (z.B. „Rumaroma“) zu einem Rückfall führen können.

Anmerkung: Insbesondere an dieser Stellungnahme wird deutlich: Es gibt unglaublich viele Lebensmittel, die mit Alkoholika „belastet“ sind, aber bedingt durch fehlende Gesetzesvorgaben, nicht deklariert werden. Dies ist in den meisten Fällen nicht das Manko der Hersteller, die verhalten sich Gesetzeskonform, es liegt am Gesetzgeber. Ales eindeutige Aussage weise ich hier auf das Rückfallrisiko hin (s. Zitat oben).

EHRMANN AG
OBERSCHÖNEGG IM ALLGÄU
Hauptstrasse 19
D-87770 Oberschönegg

Internet: www.ehrmann.de

Produktbeispiele: Almihurt; Grand Dessert; Obstgarten; Monsterbacke; Träume; Lacto Zero u.v.a.m.

Die Firma Ehrmann stellt eine umfangreiche Palette an Milchfrischprodukten für die ganze Familie her.

Produkte mit Alkohol spielen in unserem Sortiment eine sehr geringe Rolle. Wenn wir Alkohol einsetzen, dann zur Verfeinerung auf Basis von Likör oder Wein. Aktuell sind das 2 Produkte von ca. 400.

Jede Zutat mit Alkohol wird auf der Zutatenliste entsprechend deklariert.

Der Alkoholgehalt im Endprodukt beträgt unter 0,2 Vol %.

Anmerkung: Was kann man mit solch lapidaren Aussagen anfangen? Auf der einen Seite eine geringe Rolle, dann der Hinweis auf 2 Produkte mit Alkohol. Keine Aussage zur Deklaration von Zusatzstoffen, die auf Basis Alkohol, entstanden. Leichtfertig? In jedem Fall aber gesetzeskonform.

HiPP GmbH & Co. Vertrieb KG
Georg-Hipp-Straße 7
D-85276 Pfaffenhofen

Internet: www.hipp.de

Produktbeispiele: Milchnahrung; Beikost; Kindernahrung; Pflegeartikel

HiPP produziert Baby- und Kleinkindnahrung und ist sich seiner besonderen Verantwortung gegenüber dieser sensiblen Kundengruppe stets bewusst. Generell wird keinem unserer HiPP Produkte Alkohol zugesetzt.

Aus Ihren Recherchen wissen Sie sicherlich, dass in Fruchtsäften geringste Spuren an Alkohol enthalten sein können. Sie entstehen durch die natürliche Vergärung von Fruchtzucker, die auch im fertigen Endprodukt nicht vollkommen unterbunden werden kann. Diese Spuren sind geschmacklich nicht wahrzunehmen. Durch die besonders sorgfältige Auswahl unserer Rohwaren sorgen wir dafür, diese Alkoholspuren so niedrig wie möglich zu halten, so dass wir damit um ein Vielfaches unter den Werten, die in den Leitsätzen für Fruchtsäfte im deutschen Lebensmittelbuch festgelegt sind, liegen. Zur Abrundung des Geschmacks enthalten einige wenige unserer Produkte ausgesuchte Extrakte, die den hohen Ansprüchen an Babynahrung gerecht werden müssen. Für den Einsatz in unseren Produkten wählen wir nur solche Extrakte aus, die keinen Alkohol als Trägersubstanz enthalten.

Sollten geringste Spuren an Alkohol aus dem Extraktionsprozess an sich vorhanden sein, so liegen diese 50-fach unter den Gehalten, die in Fruchtsaft laut Lebensmittelbuch erlaubt sind.

Anmerkung: Zumindest die Kids scheinen vor Alkohol sicher zu sein.

**Odenwald-Früchte GmbH
Bahnhofstraße 31
D-64747 Breuberg**

Internet: www.odenwald-fruechte.de/

Produktbeispiele: Fruchtauslesen; Sortenreines Apfeldessert; Bio – Genuss; Pocket-Fruchtmus; Obstpause

Wir haben Ihre Anfrage für alle von unserem Unternehmen vertriebenen Produkte der Marken Bonne Maman, Odenwald und natreen geprüft und ich kann Ihnen hiermit mitteilen, dass es derzeit nur einen Artikel gibt bei dem wir Alkohol als Zutat zusetzen. Bei diesem Artikel handelt es sich um die Odenwald Gourmet-Preiselbeeren mit Rotwein und Nelken-Zimt-Gewürzen im 212 ml Glas. Rezepturbedingt liegt der Vol. % rein rechnerisch bei < 0,6 % Alkohol im Endprodukt. Wir definieren Alkohol nur als Zutat, d. h. Aromen, welche als Trägerstoff eine Alkoholbasis haben, zählen wir hier nicht mit. Dies hat den Hintergrund, dass Aromen in verschwindend geringen Mengen eingesetzt werden und demnach im Endprodukt zu vernachlässigen sind.

Anmerkung: Wie schon bei anderen Herstellern wird das Thema Alkohol nicht ernst genommen. Aus meiner Sicht sollten Produkte mit Alkohol – Aromen ebenfalls als „gefährdend“ bewertet werden, wie auch das Beispiel der Firma „Emmi“ deutlich zeigt.

**Weleda AG
Dychweg 14
D-4144 Arlesheim, Switzerland**

Internet: www.weleda.de

Produktbeispiele: Arzneimittel; Düfte; Pflegeartikel für Mama, Herren und Babys; Mund und Zahnartikel

- *Wie wird Alkohol aus unserer Sicht definiert?*

*Mit dem INCI-Namen „Alcohol“ wird im Bereich Kosmetik immer Ethanol bezeichnet, d.h. die Verbindung, die auch in Getränken wie Spirituosen durch den Vergärungsprozess aus Zuckern entstanden und somit enthalten ist. Informationen zu kosmetischen Rohstoffen finden sich in der öffentlich zugänglichen Datenbank des CIR Expert Panels (CIR = **Cosmetic Ingredient Review**), einer Kommission aus Wissenschaftlern, die Rohstoffe in Kosmetikprodukten regelmässig neu beurteilt aufgrund eingehender toxikologischer Prüfungen <http://online.personalcarecouncil.org/jsp/IngridInfoSearchResultPage.jsp> Informationen zu den in Kosmetika eingesetztem Alkohol findet man dort unter dem CIR Ingredient Name „Alcohol Denat.“ Wenn wir bei der Herstellung eines kosmetischen Produktes Alkohol einsetzen, so wird dieser als „Alcohol“ in der INCI-*

Deklaration des entsprechenden Produktes garantiert deklariert, auch wenn die Menge noch so klein ist.

- *In welchen Weleda Produkten ist Alkohol enthalten?*

Alkohol ist in fast allen Weleda Cremes und Lotionen enthalten. Wir würden empfehlen, dass sich interessierte Kunden auf unserer Webseite (www.weleda.de) informieren, da dort die INCI-Angaben der aktuell erhältlichen Produkte einsehbar sind und man dadurch immer auf dem neuesten Stand bezüglich der Zusammensetzung unserer Produkte ist. Wir benötigen Alkohol als Extraktionsmittel für die Herstellung von vielen Pflanzenauszügen, die wir als Wirkstoffe in unseren Naturkosmetik-Produkten verarbeiten. Viele pflanzliche Inhaltsstoffe sind in reinem Wasser bzw. in reinem Öl gar nicht oder schlecht löslich. In Alkohol-Wasser-Gemischen sind viele dieser "fett-liebenden" bzw. "wasserliebenden" Inhaltsstoffe löslich. Sie können somit aus den entsprechenden Pflanzenteilen herausgelöst werden und in den Produkten ihre Wirkung entfalten. Des Weiteren hat Alkohol einen stabilisierenden Einfluss auf das Produkt. Dieser Effekt ist für unsere Produkte besonders wichtig, da wir keine synthetischen Konservierungsstoffe einsetzen. Ob eine Substanz / ein Produkt dem menschlichen Organismus schadet oder nicht, ist in der Regel konzentrationsabhängig. Von grosser Bedeutung in diesem Zusammenhang ist auch, ob eine Substanz eingenommen oder äusserlich, auf einer kleinen Hautfläche angewendet wird. Alkohol wird über die Haut kaum aufgenommen, so dass beim bestimmungsgemäßen Gebrauch unserer Pflegeprodukte keine Probleme oder negativen Auswirkungen zu erwarten sind. Sicherheitsaspekte im Zusammenhang mit der Resorption unserer Produkte auf der Haut werden in einer Sicherheitsbewertung gemäss EU-Kosmetikverordnung überprüft.

Unsere Produkte zur Mundpflege müssen unter diesem Gesichtspunkt jedoch gesondert betrachtet werden, da auch kleinste Mengen Alkohol über die Mundschleimhaut aufgenommen werden können. Daher können wir Kunden, die Alkohol vollständig meiden wollen, nur alkoholfreie Mundpflegeprodukte, wie beispielsweise unser Kinder-Zahngel empfehlen.

Anmerkung: Klare und deutliche Aussage. Hier wird einmal mehr deutlich, wer seine Kunden ernst nimmt und wie man eine Anfrage zum Thema behandeln kann.

**Aachener Printen- und Schokoladenfabrik
Henry Lambertz GmbH & Co. KG
Borchersstraße 18
D-52072 Aachen**

Internet: www.lambertz.de

Auch hier setzte ich das zu Beginn aufgeführte Schreiben ein. Lambertz reagierte zunächst gar nicht, bzw. es erfolgte eine telefonische Kontaktaufnahme durch Bernd Thränhardt, der ebenfalls ein Buch zum Thema Alkoholismus geschrieben hat. Diese Schilderungen beziehen sich aber mehr auf das Leben von Herrn Thränhardt. Wir haben ein Treffen vereinbart, um unsere gegenseitigen Ansichten auszutauschen und aus unseren Erfahrungen zu lernen.

Mit den Wünschen über Informationen zum Alkoholgehalt in Lambertz – Produkten hatten die Telefonate nichts zu tun.

Erst auf Nachfrage beim Geschäftsführer und Alleingesellschafter der Firma, kam eine Antwort. Allerdings wiederum nicht von der Geschäftsleitung direkt, sondern über das Sekretariat. Dies ist eigentlich nicht weiter schlimm, allerdings bezweifele ich die Richtigkeit der Aussage:

„Nach interner Rücksprache muss ich Ihnen jedoch mitteilen, dass wir Produkte mit Alkohol in unserem Sortiment nicht führen.“

Ein kurzer Blick auf die Web-Site des Unternehmens und das Aufrufen eines Produktes (Marzipantorte Lübecker Art) ergibt dagegen folgende Information über Inhaltsstoffe:

„Marzipantorte Butter, Zucker, Vollei, Weizenmehl, pflanzliche Fette (enthält Erdnuss), Mandeln, Alkohol, Kakaomasse, Kakaobutter, Bourbone Vanille, Gewürze, Emulgator: Sojalecithin, Backtriebmittel: Ammoniumbicarbonat, Farbstoffe: Betacarotin, Kann Spuren von Erdnüssen enthalten.“

Anmerkung: Wie leichtfertig Firmen mit Alkoholikern und deren Problem umgehen zeigt dieses besondere Beispiel. Ich halte diese Information für leichtfertig und fahrlässig. Hier wird deutlich, dass sich viele Menschen über die Gefahren und die Probleme keine Gedanken machen und dies eigentlich auch nicht müssen. Die Verantwortung liegt bei den Betroffenen selbst, allerdings wäre Unterstützung durch namhafte Firmen äußerst wünschenswert. Die pauschale Aussage über den nicht vorhandenen Alkoholgehalt hätte ich allerdings nicht erwartet.

* * *

Zum Abschluss dieser Informationen möchte ich eine Auflistung von Produkten mit besonderem Stellenwert anfügen. Unser tägliches Leben ist begleitet von vielen Gewohnheiten und somit auch mit Produkten, die ihren Weg in unsere Normalität gefunden haben. Dabei unterschätzt man sehr oft die Bestandteile von Medikamenten und anderen Präparaten. Die nachfolgende Produktliste entbehrt wiederum der Vollständigkeit und soll nur als Indikator für die grundsätzliche Betrachtung dieser Produkte gelten.

Stärkungs - und Aufbaupräparate, Beispiele:

- Aktivanadsaft (12,0 Vol.%)
- Frauengold (15,5 Vol.%)
- Klosterfrau Melisengeist (80,0 Vol.%)
- Doppelherz (15,0 Vol.%)
- Tai-Ginseng flüssig 20,0 Vol.%)
- Biovital (16,0 Vol.%)

Flüssige Medikamente (insbesondere Hustensäfte), Beispiele:

- Ipalat Tropfen (37,0 Vol.%)
- Antibex-Tropfen (15,4 Vol.%)
- Bisolvon Linctus (7,0 Vol.%)
- Eupatal Hustensirup (4,0 Vol.%)
- Larylin Hustensirup (1,1 Vol.%)
- Optipect Tropfen mit Codein (13,5 Vol.%)
- Tussipect Tropfen (22,5 Vol.%)
- Thyrnipin Hustensaft (5,6 Vol.%)

Aber auch Mundwässer, Zahncremes und Gels

(Beispiele - Quelle A-Connect e.V.)

Fazit: Wer aus gesundheitlichen oder aber auch aus religiösen Gründen auf Alkohol in Lebensmitteln verzichten möchte, sollte sich auskennen. Normalerweise sollte man die Kennzeichnungsvorschriften und deren Lücken kennen. Viele Lebensmittel enthalten Alkohol in versteckter Form, als Zutat oder als natürlicher Alkoholgehalt.

Als Zutat ist der Alkoholgehalt meist sehr gering und eine körperliche Wirkung sollte ausgeschlossen sein, aber eine Garantie dafür gibt es nicht.

Laut Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung (LMKV § 7b und Anlage 4) muss Alkohol bei Getränken, die mehr als 1,2 Volumenprozent enthalten, deklariert werden. Getränke mit weniger als 0,5 Volumenprozent Alkohol sind nicht deklarationspflichtig und dürfen als „alkoholfrei“ bezeichnet werden. In Malzbier, das von Kindern gerne getrunken wird, kann bis zu 1 Volumenprozent Alkohol sein (Quelle: <http://www.vis.bayern.de/>)

Auch aus der Sicht der Verbraucherzentrale (als Beispiel) ist es unzumutbar, dass sämtliche Informationen auf der Verpackung „durchforstet werden müssen“ und selbst dann keine Sicherheit über „Alkoholfreiheit“ besteht.

Ob und welche Menge an Zutaten oder Alkoholgehalt zum Rückfall führt oder führen können, darüber „streiten sich die Gelehrten“.

Der „bekehrte Alkoholiker“ weiß dass die Toleranzgrenze bei „NULL“ liegt und jegliche Aufnahme von Alkohol das Verlangen nach Stoff wieder aktivieren kann.

Epilog

ALKOHOL – Die Gefahr lauert überall!

Wie gefährlich der Gegner Alkohol ist lässt sich nur schwer beschreiben. Zu vielfältig sind die Angriffsflächen, die wir diesem Gegner jeden Tag aufs Neue bieten. Die Beschreibungen umfassen einen Teil der Gefahren aus dem täglichen Leben, sollen aufrütteln und Tipps geben, im Umgang mit der versteckten Gefahr.

Alkohol zerstört nicht nur den eigenen Körper und den Geist, er zerstört auch das eigene Leben, das Umfeld, die Familie, er zerstört alles, was man liebt.

Ohne Alkohol erlebt man sein Leben bewusster, angenehmer und entspannter. Geschmacks und Geruchsinn entwickeln sich neu und die Sinne werden wieder klarer.

In 23 Jahren ohne Alkohol habe ich noch keinen Menschen erlebt, der meinen Verzicht verurteilte, nein im Gegenteil.

Kein Mensch wird verurteilt, weil er an einer schweren und/oder unheilbaren Krankheit leidet und so ist es auch beim Alkoholismus. Das Umfeld achtet den Entschluss und freut sich mit den Betroffenen, wenn sie es geschafft haben.

Und das alles mit dem kürzesten Satz der Welt:

NEIN

Viele Zahlen und Fakten, übermittelt von den Großen der Branche. Ich bedanke mich bei allen Lesern dieser Website für das Interesse in den vergangenen 15 Monaten und möchte Ihnen als „kleines Abschiedsgeschenk“ heut gleich drei Gerichte „schenken“. Zweimal mit dem Alkoholersatzstoff und einmal „einfach nur lecker“.

*DANKE für die Treue und die Aufmerksamkeit und vielleicht „**bis bald**“!*

Geschmortes Schweinefilet mit Zwiebeln in Knoblauchsahne

Zutaten für 4 Personen

Zutaten:

- 800 g Schweinefilet, enthäutet und zu 8 kleinen Medaillons geschnitten
- 3 dicke Zwiebeln, geschält und dünn aufgeschnitten
- 4 Knoblauchzehen, geschält und fein gehackt
- Muskatnuss
- Salz und Pfeffer aus der Gewürzmühle
- Mehl
- 250 g Crème fraîche
- 250 ml süße Sahne
- Fett zum Braten
- 20 g Butter
- 4 EL Blattpetersilie, gehackt

Zubereitung:

Die Schweinemedallions mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. In der heißen Pfanne mit wenig Fett kurz von beiden Seiten anbraten, heraus nehmen und zur Seite stellen. Die Zwiebeln im Topf mit Butter anschwitzen, Knoblauch, Lorbeerblatt, etwas geriebene Muskatnuss, Salz und Pfeffer zufügen. Dann die Crème fraîche und die Sahne zu den Zwiebeln geben, durchrühren(nicht kochen) und abschmecken. Die Schweinefilets in eine feuerfeste Form legen und reichlich mit der Zwiebelsauce begießen. Die Form mit Alufolie oder mit einem Deckel verschließen und im vorgeheizten Backofen bei 175°C circa 40 Minuten schmoren.

Auf großen vorgewärmten Tellern je 2 Medaillons mit Zwiebelsauce anrichten und reichlich mit Petersilie bestreuen.

TIPP:

Das Gericht kann gut am Vormittag vorbereitet werden. Am Abend nur noch in den Ofen geben.

Dazu reicht man am besten Kartoffelpüree.

Geschmorter Kalbstafelspitz mit Kartoffel – Wirsing - Gemüse

Zutaten für 4 Personen

Zutaten für den Tafelspitz:

- 1 Kalbstafelspitz, circa 1 kg
- 1 Zwiebel, geschält und grob gewürfelt
- 1 Stange Lauch, geputzt und grob gewürfelt
- ¼ Knolle Sellerie, geschält und grob gewürfelt
- **200 ml Rotwein (Burgunder) wird ersetzt durch Apfel – Holundersaft von van Nahmen)**
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Wacholderbeeren
- 1 Zweig Thymian
- 1 EL Tomatenmark
- Zucker
- Salz und Pfeffer aus der Gewürzmühle
- Butterfett

Zutaten für das Kartoffel – Wirsing - Gemüse:

- 1 kleiner Kopf Wirsing
- 8 mittelgroße Kartoffeln, geschält, gekocht, gewürfelt
- 200 g Crème fraîche
- 2 Schalotten, geschält, fein gewürfelt
- ½ EL Butter
- Salz und Pfeffer aus der Gewürzmühle
- Muskatnuss

Zubereitung Tafelspitz:

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und im Bratentopf mit etwas Butterfett rundherum anbraten. Nun die Gemüswürfel (mit Ausnahme des Lauchs) zugeben und mit anrösten, das Tomatenmark zugeben und bei mehrfachem Anrösten mit Rotwein (Apfel – Holundersaft)

ablöschen. Sobald der Röstansatz eine dunkelbraune Farbe hat, die restlichen Gewürze und den Lauch zugeben und mit Bratenfond auffüllen. Den Bratentopf mit einem Deckel schließen und im Backofen bei 160°C circa 100 Minuten langsam garen. Das Fleisch aus dem Topf nehmen, das Gemüse mit dem Mixer im Topf zur Bindung der Sauce zerkleinern und durch ein feines Sieb streichen. Die Sauce abschmecken und das Fleisch in Scheiben geschnitten in die Sauce legen.

Zubereitung Kartoffel – Wirsing - Gemüse:

Die Schalotten mit Butter im Topf anschwitzen, den Wirsing, die Kartoffeln und die Crème fraîche zugeben und aufkochen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Kürbis-Risotto

Zutaten für 4 Personen

Zutaten:

- 300 g Risottoreis
- 500 ml Brühe
- 100ml Weißwein (wird ersetzt durchweißer Riesling Traubensaft von van Nahmen)
- Butter, Olivenöl
- 50 g geriebenen Parmesan
- 2 Schalotten in feine Würfel
- 4 EL geschlagene Sahne
- Salz & weißer Pfeffer aus der Gewürzmühle

Zubereitung:

Schalotten in einem Topf mit Butter und Olivenöl glasig dünsten. Nun den Reis hinzu und mitdünsten.

Mit dem Weißwein (Traubensaft) ablöschen und später mit Brühe auffüllen.

Bei kleiner Hitze den Reis bissfest garen, mit Parmesan, Salz und Pfeffer würzen.

Kürbisgemüse unter das Risotto ziehen und evtl. noch etwas geschlagene Sahne unterheben - Risotto wird dadurch cremiger- und nochmal nachschmecken.

amazon

Burkhard Thom

BUCHHANDLUNG
v. MACKENSEN
BÜCHER, MEDIEN
UND VIELES MEHR



ALKOHOL

Die Gefahr lauert überall!

Nach dem gleichnamigen Ratgeber aus dem AAVAA-Verlag



Mayersche (M)

Das Hörbuch!



COMEDIANTES
Hörbuchverlag ©2017

Das Buch ist übrigens auch als Hörbuch erhältlich

[Audible](#) oder [Audiamo](#)