

Süßes Kraut auf dem Vormarsch – Stevia

Der Mensch bevorzugt Süßes, schon als Säugling die Muttermilch, später Kuchen, Schokolade und anderes. Doch nicht nur die Zähne leiden darunter, auch die Figur. Darum ist der Mensch auf der Suche nach Süße ohne Reue. Es soll süß sein, aber nicht dick machen, und gesund soll es sein, aber ein natürlicher Stoff. Mit Stevia ist nun vielleicht die neue Wunderpflanze gefunden.

Stevia (auch Süßkraut, Honigkraut oder Süßblatt genannt) schmeckt süß, manchmal ein wenig nach Lakritze und enthält kaum Kalorien. Sie soll sogar den Blutzuckerspiegel senken. Blutdrucksenkende, blutzuckersenkende, antimikrobielle und gefäßerweiternde Eigenschaften konnten tatsächlich in Studien beobachtet werden. Aus brasilianischen und paraguayischen Traditionen wird überliefert, dass die Pflanze herzstärkend wirken soll und gegen Übergewicht und Sodbrennen hilft. Die Indianer Südamerikas nutzen Stevia schon lange und auch in Japan wird die Pflanze seit Jahrhunderten verwendet, allerdings in viel geringeren Mengen als in Deutschland. Ihren botanischen Namen *Stevia rebaudiana* Bertoni erhielt die Pflanze vom Schweizer Botaniker Moises Santiago Bertoni, der die Pflanze im Jahr 1899 erstmals beschrieb.

Ursprünglich stammt Stevia aus dem Grenzgebiet zwischen Paraguay und Brasilien, wo sie seit Jahrhunderten zum Süßen von Mate-Tee und anderen Lebensmitteln verwendet wird. Inzwischen beherrscht China aber etwa 95 % des Weltmarktes. Hauptabnehmer sind Japan und Korea. In Japan wird Stevia seit den 70er Jahren als Süßstoff verwendet, z.B. für Erfrischungsgetränke, Tsukudani oder als Tafelsüße. Bereits 1981 lag der Stevia-Verbrauch in Japan bei 2000 Tonnen. Der Anteil am Gesamtmarkt für Süßungsmittel liegt inzwischen bei 40 %.

Skeptiker warnten, dass die Unbedenklichkeit der Pflanze nicht ausreichend nachgewiesen sei. Seit Jahrzehnten tobt in Europa der Kampf um Stevia. Die Fürsprecher der Pflanze erwarten hingegen eine Revolution, nicht nur in Bezug auf den Zuckermarkt, sondern auch in Bezug auf unsere Figuren: Süße Bonbons ohne Kalorien?

Die Pflanze durchlief ein endloses EU-Prüfungsverfahren, das jedes sogenannte Novel Food vor seiner Anerkennung in Europa bestehen muss. Die Inhaltsstoffe werden geprüft und werden erst nach teuren und langwierigen Studien für unbedenklich erklärt. Man will nur Lebensmittel zulassen, die „Vorteile bringen“, so die Bestimmungen, und solche, die nicht der Gesundheit schaden. Die Richtlinien sind allerdings so streng, dass sogar der Rhabarber heute wegen seines Oxalsäuregehaltes sehr genau geprüft werden würde.

Lange stockte das Novel-Food-Verfahren für Stevia und einige vermuteten dahinter bereits den Versuch der Zuckerindustrie, die Inlandsmärkte abzuschotten. Das Problem war aber vielmehr, dass man überlegen musste, aus welchem Land man die Stevia-Pflanze untersucht, wie viel Sonne und Wasser sie bekommen hatte, denn all das beeinflusst die Wirkung ihrer Extrakte. Hinzu kam, dass kaum einer die teuren Studien bezahlen wollte. Bei Naturprodukten kann keiner ein Monopol erhalten und die Konkurrenten würden stets von den teuer bezahlten Studien profitieren. Japanische Wissenschaftler erforschen Stevia schon lange, scheuten sich aber, ihre Daten den europäischen Behörden zu überlassen.

1997 wurde in Belgien erstmals ein Antrag auf Zulassung der Pflanze und ihrer getrockneten Blätter als Novel Food gestellt. Die Zulassung wurde aber aus Gründen der Lebensmittelsicherheit im Jahr 2000 verwehrt. Die vorgelegten Unterlagen reichten nicht aus, um die Unbedenklichkeit von Stevia bewerten zu können. Vor einiger Zeit ist ein erneuter Antrag auf Zulassung bei der zuständigen Erstprüfbehörde in Deutschland erfolgt. Seit 2002 läuft in Deutschland ein Rechtsstreit zwischen Mensch & Natur AG und dem Bundesland Bayern bezüglich des Sortiments der Firma von Teemischungen mit getrockneten Steviablättern aus biologischem Anbau. Bis zur endgültigen Klärung des Rechtsstreits wird der Firma der Verkauf von diesen Teemischungen weiterhin erlaubt. Als Pflanze kann man nun Stevia auch im Blumenhandel erwerben und sich mit dem weiß blühenden Süßmittel den Balkon verschönern. Bis in die Neunziger Jahre konnte man auch in Deutschland in Bioläden, Reformhäusern und Teegeschäften Stevia kaufen, aber 1997 änderte sich das Gesetz in der EU und seitdem fällt Stevia und alle ihre Extrakte unter die Novel-Food-Verordnung, die eigentlich für gentechnisch veränderte und synthetisierte Lebensmittel erlassen wurde und in seiner Komplexität an die Zulassung eines neuen Medikaments erinnert.

Im Jahr 2008 wurden Steviol-Glycoside in Australien und Neuseeland zugelassen. Im gleichen Jahr wurde in den USA Rebaudiosid A in Süßungsmitteln als Lebensmittelergänzung anerkannt. Stevia selbst ist in den USA als Nahrungsergänzung seit 1995 wieder erlaubt (aufgrund einer Studie von 1984 wurden 1991 Steviaprodukte vom Markt genommen). Weiße Steviapillen stehen nun dort auf vielen Kaffeetischen und ein Getränk namens Zevia, gesüßt mit Stevia, gilt in Hollywood als schick.

Im April 2010 legte nun die EFSA ein Gutachten zur Sicherheit von Stevioglycosiden vor, dem ein gemeinsamer Antrag von Morita Kagaku Kogyo Co, Japan, Cargill Incorporated USA und European Stevia Association EUSTAS, Spanien, vorausgegangen war.

Inzwischen gilt die Pflanze aber als unbedenklich, erklärt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit hat die Unbedenklichkeit von Stevioglycosiden in geringer Tagesdosis bestätigt. Das süße Kraut weist also einen relativ niedrigen Grenzwert (festgelegt durch die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit EFSA) auf, der vom Verbraucher leicht überschritten werden kann. Es wurde eine zulässige tägliche Aufnahmemenge von 4 mg pro kg Körpergewicht festgelegt. Die von den Antragstellern vorgeschlagenen Höchstmengen würden aber diesen Grenzwert überschreiten.

Die Pflanze wurde nicht als Novel Food deklariert, aber der Extrakt könnte als Lebensmittelzusatz unter dem Namen E 960 erlaubt werden. Derzeit fehlen noch umfangreiche Studien, die eine Voraussetzung sind, um Stevia als Lebensmittelzusatzstoff zuzulassen. Die positive Bewertung der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) lässt aber eine baldige Zulassung in Europa erwarten. Das EFSA-Gutachten ist Grundlage der Entscheidung der Kommission, ob Stevia-Extrakte künftig auch in der EU als Süßungsmittel eingesetzt werden dürfen. Mit einer Entscheidung der Kommission wird in 2011 gerechnet. Für interessierte Händler gilt also: Nur noch ein wenig Geduld, dann wird sich wahrscheinlich der gesamte europäische Markt den Steviaprodukten öffnen.

In Frankreich steht aufgrund einer Ausnahmeregelung bereits seit verganginem Jahr Stevioglykosid-Joghurt in den Verkaufsregalen. Die vorläufige Zulassung bezieht sich dort auf den Stoff Rebaudiosid A mit einer Reinheit von 97 % als Lebensmittelzusatzstoff und ist zunächst bis August 2011 befristet. Nun könnte aber die neue Süße auch im Rest Europas zugelassen werden – in eingeschränkter Form: Nur geringe Mengen des Süßstoffs dürfen verwendet werden und so muss weiterhin Zucker zum Süßen beigemischt werden.

Udo Kienle, Agrarwissenschaftler an der Universität Stuttgart-Hohenheim, erforscht seit langem die Pflanze. Seit 2002 werden im Rheinland Feldversuche mit Stevia durchgeführt. Die Süße der Pflanze ist ein Stoff namens Steviglycosid, dieser süßt 300-mal stärker als Zucker. In den Blättern lassen sich mehr als 100 pflanzliche Wirkstoffe nachweisen. Neben der Hauptkomponente Steviosid enthalten die Blätter mindestens sieben weitere süß schmeckende Stevioglycoside. Eine weitere Hauptkomponente ist Rebaudiosid A, daneben sind Rebaudiosid B, D, E und Steviolbiosid beschrieben. 1 Kg getrocknete Blätter enthalten circa 60 g Steviosid, daraus ergibt sich eine Süßkraft, die ungefähr 30-mal größer ist als die von Saccharose.

Da der Süßstoff im Mund nicht von Bakterien gespalten werden kann ist er sehr „zahnfreundlich“. Darüber hinaus ist der Stoff kalorienfrei. Auch Vitamin C werde im Körper nicht so schnell abgebaut wie durch den Genuss von anderen Süßstoffen (z. B. Aspartam oder Saccharin).

Um das Lebensmittelgesetz zu umgehen, wird Stevia im Internet oft als Kosmetikum angeboten. Kienle warnt davor, denn die Qualität sei so nicht sicher gewährleistet und Langzeitstudien liegen bisher nicht vor. Wer Stevia kaufen will, sollte es sich in der Schweiz kaufen, denn dort sei es zugelassen und werde in Apotheken und Reformhäusern angeboten. Seit 2008 wurden in der Schweiz eine Reihe von Lebensmitteln mit Stevia-Süße auf den Markt gebracht.

Kienle selbst ist kein Gegner der Pflanze, er verwendet sie selbst manchmal, zum Beispiel zum Plätzchen backen. Aber er warnt vor übertriebenen Erwartungen. Die Wissenschaftler in Hohenheim erforschen gerade, wo man Stevia in Europa am besten anbauen könnte. Die Pflanze ist mehrjährig, wärmeliebend und nicht frosthart. Sie wird meist als einjährige Pflanze kultiviert. Angezogen werden Pflanzen aus Samen oder Stecklingen im Treibhaus. Geerntet wird zwischen September und Oktober, jedoch spätestens vor dem ersten Frost. Die Pflanze wächst 70 bis 100 cm hoch und besitzt 2 bis 3 cm lange Laubblätter. Stevia könnte als Ersatz für Tabak in Griechenland, Portugal und Spanien angebaut werden, denn die Subvention dafür endet in der EU im Jahr 2013.

(Dieser Artikel entstand im Dezember 2010. Inzwischen ist Stevia auf dem deutschen Markt zugelassen.)

Katrin Basalla, JETRO Berlin