



Zucker ist nicht gleich Zucker.

Zucker ist nicht gleich Zucker.

Es gibt erhebliche Unterschiede. Natürliche, unraffinierte Zucker wirken völlig anders auf den menschlichen Körper, als raffinierte/chemische, also künstlich hergestellte Zucker.

Auch in den Medien wird der Begriff „Zucker“ meist undifferenziert verwendet. Bei Lebensmitteln sind in der Zutaten-Liste mit „Zucker“ fast immer die raffinierten/chemisch verarbeiteten, also künstlich hergestellten Zucker, gemeint. Nicht die natürlich in Früchten oder Getreiden enthaltenen Zucker.

In der Nährwert- oder Brennwert-Tabelle dagegen werden alle Zucker „in einen Topf geworfen“ und nicht zwischen raffinierten/chemisch verarbeiteten (in Früchten oder Getreiden enthaltenen) natürlichen/vollwertigen Zuckern unterschieden.

Ein klarer Nachteil für rein natürliche Produkte, wie die IXSO-Getränke!

Nur in der Zutaten-Liste sind bei verpackten Lebensmitteln raffinierte/chemisch verarbeitete Zucker erkennbar!

Beispiele für **raffinierte/chemisch verarbeitete Zucker** laut Deklarations-Vorschriften in der Zutaten-Liste:

Zucker	Fruchtzucker	Milchzucker	Malzzucker	Isomaltulose	Fructose
Rübenzucker	Traubenzucker	Glucose	Maltose	Sachharose	Maltodextrin

Fruchtzucker und Traubenzucker haben, wenn sie in der Zutaten-Liste genannt werden, mit Früchten nichts zu tun, sondern werden in einem chemischem Prozess aus der Stärke von Mais gemacht.

Im Gegensatz dazu werden natürliche, vollwertige Zucker, wie sie zum Beispiel in Früchten oder Getreiden enthalten sind, nicht in der Zutaten-Liste deklariert.

Honig, Kokosblüten- und Rohrzucker (in sehr geringer Menge bei IXSO als unraffiniertes Rohrzucker enthalten) müssen aber auch als natürliche/vollwertige Zucker in der Zutaten-Liste genannt werden.

Bei verpackten Lebensmitteln ist es deshalb für die Konsumenten nicht leicht, raffinierte/chemisch verarbeitete Zucker von natürlich in Früchten oder Getreiden enthaltenen Zuckern zu unterscheiden!

Die Nährwert- oder Brennwert-Tabelle ist, wie schon erwähnt, leider dafür nicht aussagekräftig.

Übrigens: Das in der EU für Lebensmittel zugelassene Stevia heißt korrekt bezeichnet Stevioglycosid und ist ebenfalls nicht natürlich, sondern wird in einem hoch chemischen Prozess (überwiegend in China) hergestellt. Auch Birkenzucker (Xylit) ist kein natürlicher Zucker, sondern ein chemisch verarbeiteter Zucker.

Gesetzlich müssen bei der Deklaration von Lebensmitteln die Zutaten im Verhältnis ihrer Menge abnehmend angegeben werden. Bei Getränken bedeutet das, dass Getränke, deren Zutaten-Liste mit „Wasser, Zucker ...“ beginnt, der Haupt-Anteil Wasser und der zweitgrößte Anteil Zucker ist. Die weiteren Anteile der genannten Zutaten sind dann je weniger, desto weiter hinten in der Zutaten-Liste.

Vielleicht mal einen Blick wert, wie hoch die tatsächlichen Anteile an Fruchtsäften oder sonstigen nennenswerten Zutaten in einem Produkt tatsächlich enthalten sind?

Auch mal einen Blick Wert, wie viele künstliche Zusätze konventionelle und selbst Bio-Produkte haben?

Beispiele für künstliche Zusätze:

Die Zitronensäure. Zitronensäure hat nichts mit Zitronen zu tun, sondern wird chemisch aus den Abfällen der Zucker-Industrie (größtenteils in China mit gentechnisch veränderten Pilz-Kulturen) hergestellt.

Alle in der Zutaten-Liste deklarierten Vitamine sind nicht natürlich enthalten. Sie werden chemisch hergestellt und zugesetzt, wenn sie in der Zutaten-Liste stehen und nicht ausdrücklich bei jedem einzelnen Vitamin dabei steht, dass sie natürlich sind.

Es gibt leider nur ganz, ganz wenige verpackte Produkte, die den Kriterien einer vollwertigen/natürlichen Ernährung entsprechen. Die IXSO Bio-Getränke gehören jedenfalls dazu. Sie sind **vollständig ohne künstliche Zusätze** und **ohne raffinierte/chemisch verarbeitete Zucker**.

Schauen Sie mal auf die Rückseite der IXSO Bio-Getränke. Da finden Sie die Zutaten-Liste auf einen Blick und so gross, dass man sie ohne Lupe lesen kann.

Weitere Informationen: www.ixso.at



Ein Unternehmen
der **GEMEINWOHL ÖKONOMIE**



IXSO.Bestwert bei Lebensmittelampel
NUTRI-SORE: Dunkelgrünes „A“!

