

Editorial

Verlieren Gemüse und Obst tatsächlich an Qualität?



Ernst Höhn,
Agroscope FAW
Wädenswil,
Eidgenössische
Forschungsanstalt für
Obst-, Wein und
Gartenbau (FAW),
CH-8820 Wädenswil

Früher war alles besser, sogar die Zukunft. Eine Aussage oder gar ein Vorurteil, das oft kundgetan wird. In den letzten Jahren hat in gleichem Sinn die Schlagzeile «Obst und Gemüse verlieren an ernährungsphysiologischer Qualität» in den Medien Furore gemacht. Es wurde berichtet, dass Gemüse und Obst, im Vergleich zu früher, wesentlich weniger Mineralstoffe und Vitamine enthalten. So soll der Anteil von Natrium in Bohnen auf nahezu Null gesunken sein! Bei Broccoli verminderte sich der Calciumgehalt angeblich um 75 % und in Äpfeln sank der Vitamin C-Gehalt um 80 %. Über solche Hiobsbotschaften staunt der Laie und der Fachmann wundert sich. Für die Medien sind schlechte Nachrichten attraktive Nachrichten. Sie verunsichern jedoch die ernährungsbewusste Öffentlichkeit und pflichtbewusste Gemüse- und Obstproduzenten.

Qualitätsveränderungen?

Bekanntlich ist Gemüse und Obst ein wichtiger Bestandteil einer vielseitigen und empfohlenen Ernährung. Die laufende «5-am-Tag-Kampagne» hat zum Ziel, den täglichen Konsum von

Früchten und Gemüse zu erhöhen. In diesem Kontext ist die Überprüfung der Frage «verlieren Gemüse und Obst an ernährungsphysiologischer Qualität» wichtig. Bei näherer Betrachtung der erwähnten Abnahmen von beispielsweise Calcium in Gemüse und Obst, fragt sich, ob nicht schon das Wachstum mit Mangelerscheinungen begleitet sein müsste. In diesem Sinn muss die eingangs erwähnte Schlagzeile hinterfragt werden. Ob sich die erwähnten Abnahmen an Mikronährstoffen nachweisen lassen und ob sich Veränderungen im Gemüse- und Obstbau auf die ernährungsphysiologische Qualität von Gemüse und Obst auswirken, ist in Heft 1 und 2 dieser Zeitschrift beschrieben. Um es vorweg zu nehmen, heute erhältliches Gemüse und Obst weist im Vergleich zu früher in den meisten Fällen unveränderte Gehalte an Mineralstoffen und Vitaminen auf.

Veränderungen in der Produktion

Es ist unbestritten, dass im Gemüse- und Obstbau in den letzten 50 Jahren vielfältige Veränderungen stattgefunden haben. Die Erträge wurden durchwegs gesteigert, im Gemüsebau durchschnittlich um 69% im Obstbau um 33%. Gleichzeitig wurde der Düngungsaufwand pro kg produziertes Gemüse und Obst reduziert. Dies verursachte keine Qualitätseinbußen bei den Produkten, aber verminderte – ein positiver Effekt – die Grundwasserbelastung. Im Verlaufe der Zeit hat sich zudem das Gemüsesortiment sowie der Obstsorten-

spiegel verändert. Dies führte zu einem vielseitigeren Angebot und kam Konsumentenwünschen entgegen.

Obst und Gemüse in der Ernährung

Gemüse und Obst müssen in einer vielseitigen Ernährung nur einen Teil des gesamten Nährstoff- und Mineralstoffbedarfs abdecken. Gemüse sind wichtig zur Bedarfsdeckung der Mineralstoffe Kalium, Eisen, Kupfer, Mangan sowie der Vitamine A, K, B6, Folsäure, Biotin, Niacin und C. Früchte sind wichtig zur Bedarfsdeckung der Mineralstoffe Kalium, Kupfer, sowie der Vitamine K und C. Weitere Vitamine und Mineralstoffe werden durch andere Nahrungsmittelgruppen wie beispielsweise Milchprodukte gedeckt.

Qualitätsmanagement

Der Bedarf des gesunden Menschen an Mineralstoffen und Vitaminen wird durch die Nahrungsmittelgruppen Früchte und Gemüse heute adäquat gedeckt. Neue Sorten oder Änderungen in der Produktion dürfen deshalb zu keinen Verminderungen in den Gehalten von diesen Inhaltsstoffen führen. Jeder Schritt von der Saat oder vom Baum bis zum Teller ist zu beachten. Wie sich die einzelnen Schritte auf Mineralstoff- und Vitamingehalte auswirken und gegenseitig beeinflussen, muss weiter untersucht werden. In diesem Sinne könnte ein Qualitätsmanagement aufgebaut werden, das die wichtige Rolle von Gemüse und Obst als Bestandteil einer gesunden Ernährung weiterhin gewährleistet.