

## Stevia, der neue Zucker?

Stevia ist eine aus Südamerika stammende Pflanze, deren Blätter als kalorienfreies Süßmittel eingesetzt werden können. Nach heutigem Kenntnisstand kann eine gesundheitliche Gefährdung durch Stevia-Blätter aber nicht ausgeschlossen werden. Deshalb ist Stevia in der Schweiz und der EU nicht als Lebensmittel oder Zusatzstoff zugelassen.

Das Bundesamt für Gesundheit hat 2008 einen Extrakt aus Stevia als Zusatzstoff bewilligt. Die täglich tolerierbare Aufnahmemenge des Stevia-Extrakts (ADI = Acceptable Daily Intake) wurde von Experten der Weltgesundheits- und Welternährungsorganisation auf 0–4 mg/kg Körpergewicht festgelegt. Was gegenüber anderen Süsstoffen sehr tief ist. Aspartam hat im Vergleich dazu einen ADI-Wert von 40 mg/kg Körpergewicht.

Ob der Stevia-Extrakt anderen Süsstoffen überlegen ist, lässt sich derzeit schwer beurteilen. Geschmacklich schneidet die Süsse von Stevia gegenüber Zucker je nach Vorliebe der Testpersonen sehr unterschiedlich ab.

Seit der Zulassung des Stevia-Extrakts durch das BAG findet man neue Produkte im Handel wie z. B. die mit Stevia gesüsste Limonade Storms One (1) oder das Süßungsmittel aus Stevia-Extrakt Steviasol (2). Jedes Produkt mit Stevia-Extrakt muss vom BAG einzeln bewilligt werden. Weitere dürften aber schon bald dazukommen.



**Weitere Infos zu Stevia finden Sie auf [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch) und [www.stevia.ch](http://www.stevia.ch).**

