



Das Schweizer Elternmagazin!



DAS IDEALE GESCHENK ZUM SCHULSTART!

Nur für kurze Zeit mit Gratis Tinten-Roller!

SPICK

Jetzt abonnieren: www.spick.ch

(http://adfarm1.edition.com/redi*lid=6320934430727341008/sid=2540885/kid=1731187/bid=5927098/c=35228/keyword=/clickurl=)

DAS IDEALE GESCHENK ZUM SCHULSTART!

Nur für kurze Zeit mit Gratis Tinten-Roller!

SPICK

Jetzt abonnieren: www.spick.ch

(http://adfarm1.edition.com/redi*lid=6320934430727341008/sid=2540885/kid=1731187/bid=5927098/c=35228/keyword=/clickurl=)

swissfamily.ch

Stevia: grüne, natürliche Süsse

Das pflanzliche Süssungsmittel ist im kommen, doch was steckt hinter dem Süsskraut



Stevia ist eine Pflanze, welche in Südamerika natürlich wächst. Bei uns ist sie auch bekannt als Honigkraut. Das Süsskraut gilt als sehr gesund und kalorienarm. Dass es unsere Zähne nicht schadet wie Zucker, ist wissenschaftlich bewiesen.

Jedoch trägt der Schein. Stevia ist im Geschmack sehr süss und leicht bitter mit einem Lackritze Geschmack.

Viele Lebensmittelhersteller haben sich an den positiven Eigenschaften fest gehalten und die negativen weggelassen. Da der lakritzartige und bittere Geschmack im Kaffee oder Süssgetränk unerwünscht ist, werden für diese Getränke das Stevia verändert. Es wird chemisch hergestellt und hat mit dem ursprünglichen Süsskraut aus dem Garten nichts zu tun.

Für die Lebensmittel wird lediglich ein kleiner Teil der Pflanze benötigt, das Steviosid. Damit die Produktion des Süsstoffes nicht zu teuer ist, wird dieser Teil chemisch hergestellt. Der künstliche Süsstoff heisst dann Steviolglycosid. Auf dem Etikett der Produkte wird es mit der Nummer E960 deklariert.

Das Coca Cola life wird zu einem Teil mit E960 gesüsst, jedoch schmeckt es nach dem Schlucken leicht bitter. Abgesehen von Wasser enthält es am meisten Zucker.

Das Stevioglycosid ist vor allem eins: gut für die Werbung.

Meine Empfehlung:

Die Pflanze selber auf dem Balkon zu ziehen, trocknen und dann zum Süssen der Getränke verwenden. Oder Sie greifen auf den Honig vom Imker in ihrer Umgebung zurück.

Weitere Möglichkeiten, dem Zucker aus dem Weg zu gehen und pflanzliche Süssungsmittel zu gebrauchen, finden Sie unter den folgenden Links.

Newsletter anmelden

E-Mail:

Abschicken



Buchshop

Bestellen Sie hier die im FamilienSPICK vorgestellten Bücher

(</abo-shop/buchshop.html>)



Gewinne ein Kinderkitche... Set

von KuhnRikon

(</wettbewerb/kinderkitchen.html>)



Gewinne einen von 20 Gutscheinen

von Walder Schuhe

(</wettbewerb/monatswettbewerb.html>)

www.birkenzucker.ch

www.xucker.ch

Erstellt von: Tamara Scherrer und Paulo
Aperdanner



G+ Teilen 0

Twittern

Weitere spannende Artikel finden Sie im

FAMILIEN
DAS SCHWEIZER ELTERNMAGAZIN **SPICK**



(<http://www.familienspick.ch/magazin.html>)