

Ist es schädlich, Joghurtdeckel abzuschlecken?



(1) Joghurt hat ja den Ruf, gesund zu sein. Auch wenn Ernährungsspezialisten 4 würden, dass nur Naturjoghurt zu Recht dieses Image genießt, der Rest enthalte viel zu viel Zucker. Aber Joghurt, zumindest der in Bechern, hat auch einen Nachteil: Die Hälfte des Inhalts klebt
5 grundsätzlich am Deckel. Wer ihn abschleckt, erntet meist kritische Blicke. Schließlich wisse doch jeder: Joghurtdeckel abzuschlecken ist schlecht für die Gesundheit. Aber stimmt das?

(2) Was richtig ist, ist, dass Aluminium nicht gerade gesundheitsförderlich ist. Salz und Säure lösen relativ leicht Ionen (sprich Al^{3+}) aus dem
10 Metall. Daher rät zum Beispiel das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) davon ab, salz- oder säurehaltige Lebensmittel in Aluminiumfolien oder -schalen aufzubewahren oder darin zu erhitzen. Getränkedosen oder Aluminiumtanks für Fruchtsäfte sind aus diesem Grund auf der Innenseite beschichtet, erklärt das BfR.

15 (3) Dietmar Lehmann, Vorsitzender des Bundesverbands der Lebensmittelchemiker im öffentlichen Dienst fügt noch an: Um die Deckel zu sterilisieren, werden sie in Wasserstoffperoxid getaucht. Die Verbindung verflüchtigt sich schnell. Auch dieser Stoff kann nicht mehr in den Körper gelangen. Abschlecken ist also erlaubt.

naar: Der Westallgäuer, 28.03.2018