



15. Mai 2019

## Superfood – Können regionale Produkte mit den Exoten mithalten?

**Anmoderationsvorschlag:** Kennen Sie Aronia, Spirulina oder Moringa? Ich wusste bisher nichts von diesen Exoten, die auch Superfood genannt werden und voll im Trend liegen. Sind Apfel, Birne und Spargel out oder sind diese heimischen Sorten genauso gesund? Marco Chwalek hat für uns nachgefragt:

Sprecher: Superfood ist in der Regel Gemüse und Obst aus Asien, Afrika und Nord- und Südamerika. Aber wofür steht der Begriff Superfood genau? Wir haben den TÜV SÜD-Lebensmittelexperten Dr. Andreas Daxenberger gefragt:

O-Ton Andreas Daxenberger: 23 Sekunden

Superfood ist ein moderner Begriff für Lebensmittel, die sich durch einen besonderen Nährstoffgehalt auszeichnen, und dadurch mit einem besonderen, mit einem gesundheitlichen Nutzen in Verbindung gebracht werden. Oft sind das exotische Sorten. Zu bemerken ist, dass der Begriff kein lebensmittelrechtlich oder lebensmittelfachlich definierter Begriff ist, sondern dass der aus dem allgemeinen Sprachgebrauch stammt.

Sprecher: Können unsere regionalen Produkte denn mit den Exoten mithalten?

O-Ton Andreas Daxenberger: 21 Sekunden

Ja, auf alle Fälle. Superfood sind ja nichts anderes als besondere Sorten von Obst und Gemüse. Und da haben wir ja sehr, sehr viele Sorten, die direkt vor unserer Haustür wachsen. Die Auswahl ist riesig. Denken Sie nur an Brokkoli, an Spargel, Blaubeeren, Holunderbeeren, was auch immer. Auch die enthalten alle sehr, sehr viel verschiedene Nährstoffe.

Sprecher: Wie fällt der Nährstoffvergleich aus, wenn Sie die exotischen und die hiesigen Lebensmittel vergleichen?

O-Ton Andreas Daxenberger: 16 Sekunden

Sowohl heimisches Obst und Gemüse, als auch die sogenannten Superfood enthalten Vitamine, Mineralstoffe, Eiweiß et cetera, je nach Sorte, jeweils ein bisschen anders. Aber insgesamt kann man sagen, dass die heimischen Produkte genauso gesundheitlich wertvoll sind wie die Superfood.

Abmoderationsvorschlag: Und nun liegt es an uns, was wir bevorzugen, exotisches Superfood wie Chiasamen oder Leinsamen, Hirse und Co.

FÜR DIE REDAKTEURE:

Ein extra Service für Sie: Den dazugehörigen Podcast finden Sie auf der Homepage von TÜV SÜD.

[www.tuev-sued.de/audio-pr](http://www.tuev-sued.de/audio-pr).

**Pressekontakt:**

Sabine Krömer TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation Westendstr. 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail <a href="mailto:sabine.kroemer@tuev-sued.de">sabine.kroemer@tuev-sued.de</a> Internet <a href="http://www.tuev-sued.de">www.tuev-sued.de</a>
--	---

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Mehr als 24.000 Mitarbeiter sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. [www.tuev-sued.de](http://www.tuev-sued.de)