

Neuer Ratgeber hilft beim Einkaufen

Intolerant? Oder sogar allergisch?

Volle Regale, Büchsen, Becher, bunte Labels: Wie weiss man, welches Produkt für einen das richtige ist? Eine gute Frage – insbesondere für Menschen mit einer Nahrungsmittelallergie oder Intoleranz. Ein neuer Ratgeber von aha! Allergiezentrum Schweiz erklärt, wie Allergene auf den Produkten deklariert werden und was die gängigen Labels bedeuten.

Weniger Schweinefleisch, dafür mehr Geflügel; weniger Getreide, dafür mehr Hülsenfrüchte, weniger Milch, dafür etwa mehr Joghurts – die Speisekarte der Schweizerinnen und Schweizer hat sich in den letzten zehn Jahren verändert. Das zeigt das neue «Schweizer Ernährungsbulletin»



des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV). Die Gründe für diese Trends sind vielfältig, auch Allergien und Intoleranzen verändern die Ernährungsweise. «In der Schweiz leidet heute eines von 15 Kindern an einer Nahrungsmittelallergie», sagt Laure Tercier, Beraterin bei aha! Allergiezentrum Schweiz. «Jeder Fünfte ist von einer Intoleranz betroffen, verträgt etwa keinen Milchzucker. Oder Gluten im Getreide schädigt seinen Darm.» Für all diese Betroffenen beginnt die Herausforderung schon beim Einkaufen.

Auf was muss man achten?

Der neue Ratgeber «Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen.

Richtig einkaufen» von aha! Allergiezentrum Schweiz erklärt, wie die Zutatenlisten zu lesen sind. «In der Schweiz müssen 14 Zutaten, die allergische oder andere unerwünschte Reaktionen auslösen können, klar deklariert werden», so Laure Tercier. Denn: Bei starken Allergien kann eine Reaktion lebensbedrohlich sein. Säuglinge und Kinder sind am häufigsten allergisch auf Hühnerfleisch, Kuhmilch, Erdnuss und Weizen. Erwachsene reagieren häufig auf Haselnuss, Apfel, Walnuss, Kiwi und Sellerie. Im Booklet ebenfalls erläutert werden die verschiedenen Labels und ihre Bedeutung – wie das Schweizer Allergie-Gütesiegel, das unter anderem Produkte von Migros und Coop auszeichnet, das Glutenfrei-Symbol, das aha!-Label der Migros und die Eigenmarke «Free From» von Coop.

Und im Restaurant?

Nützliche Tipps rund um Nahrungsmittelallergien und Intoleranzen gibt der Ratgeber auch fürs Zubereiten von Lebensmitteln, fürs Reisen und fürs Auswärtsessen: «Im Restaurant sind Hinweise auf Zutaten, die Allergien oder Intoleranzen auslösen, neu schriftlich zum Beispiel auf der Menükarte zu finden oder können wie bisher mündlich beim Personal abgeholt werden», erklärt Laure Tercier.

Der Ratgeber «Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen. Richtig einkaufen» kann kostenlos bestellt werden.

Weitere Infos unter

www.aha.ch

RAMSEIER Suisse AG verarbeitete und veredelte 91'200 Tonnen Mostobst

Die RAMSEIER Suisse AG zieht positive Mostobst-Bilanz

Bereits seit Anfang August 2018 liefern in den Betrieben der RAMSEIER Suisse AG die Maschinen für die Verarbeitung und Veredelung des Mostobstes auf Hochtouren. Nun zieht die RAMSEIER Suisse AG, nach Abschluss der Ernte, Bilanz. Nach dem letztjährigen Erntetief, mit der frostbedingt kleinsten Ernte seit 1957, haben die diesjährigen günstigen klimatischen Bedingungen dem Schweizer Traditionsunternehmen eine grosse Ernte beschert. Insgesamt 91'200 Tonnen Mostobst haben die RAMSEIER-Mostereien in Oberaach (TG) und Sursee (LU) verarbeitet. Die gesamtschweizerische Erntemenge lag mit 157'000 Tonnen 22 Prozent über der Schätzung des Schweizer Obstverbandes (SOV).

Gemäss dem Schweizer Obstverband (SOV) wurden dieses Jahr insgesamt 157'000 Tonnen Mostobst verarbeitet, davon 136'600 Tonnen Most-Äpfel und 20'400 Tonnen Most-Birnen. Die RAMSEIER Suisse AG hat in Ihren Mostereien in Oberaach (TG) und Sursee (LU) 77'900 Tonnen Most-Äpfel und 13'300 Tonnen Most-Birnen verarbeitet. «Nach dem letztjährigen Erntetief – es war die kleinste Ernte seit 1957 – aufgrund des Frostes, eine sehr erfreuliche Bilanz», so Christian Consoni, CEO der RAMSEIER Suisse AG.

Grosse Ernte dank günstigen klimatischen Bedingungen

«Die Mostobsternte startete dieses Jahr bereits Anfang August. Das ist im Vergleich zu anderen Jahren sehr früh», so Consoni weiter. Dies sei auf die klimatischen Bedingungen im Winter und Frühjahr zurückzuführen. Die Temperaturen des Schweizer Winters 2017/2018 waren landesweit «normal». Der Frühjahresfrost – nach einem trübem Februar, mit einem Kälteeinbruch gegen Monatsende und einer vorwiegend tiefdruckbestimmten Märzwitterung – verursachte an den Obstkulturen kaum Schäden. Der April war mit viel Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen im landesweiten Mittel dann sogar der zweitwärmste April seit 1864. Vor allem die Zentral- und Ostschweiz registrierte einen der sonnenreichsten und niederschlagsärmsten Aprilmonate seit Messbeginn. Mit positiven Auswirkungen auf das Obst. Die Bäume konnten dank dieser Bedingungen vollständig erblühen. Die Blüte verlief daraufhin sehr rasch. Durch die danach anhaltende Trockenheit war der Obstfall zum Sommerbeginn sehr gross. «Die diesjährige Mostobsternte ist qualitativ gut und ausgewogen im Geschmack», so Consoni.

Infos unter www.ramseier.ch

Schweizer Äpfel und Birnen sehr beliebt

Rund 60 Prozent der gesamtschweizerischen Mostobsternte wird durch die RAMSEIER Suisse AG verarbeitet. Damit ist sie ein wichtiger Partner der Schweizer Obstbauern. Das angelieferte Mostobst unterliegt hohen Qualitätsansprüchen. Nur Schweizer Äpfel und Birnen, die mit dem Label Suisse Garantie gekennzeichnet sind, werden verarbeitet und veredelt. Viele davon tragen zudem das Label Bio Suisse oder Hochstamm. Letztere tragen massgeblich zur Erhaltung des Schweizer Landschaftsbilds sowie den natürlichen Lebensräumen für Tiere bei.