

## Allergenkennzeichnung: Merkzettel für den Umgang mit der Zutatenliste

Die EU-Richtlinie 2003/89/EG schreibt vor, dass ab dem 25. November 2005 Lebensmittel, die als Auslöser von Allergien bekannt sind, auf dem Etikett von verpackten Lebensmitteln aufgeführt werden müssen. Die Regelung umfasst Lebensmittel ebenso wie alkoholische Getränke.

Unter diese Kennzeichnungspflicht fallen **zwölf Produktgruppen**, die zusammen einen Großteil aller Lebensmittelallergien auslösen (etwa 90%) (vgl. EU-RL 2003/89/EG, Anhang IIIa):

- Glutenthaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Krebstiere und Krebstiererzeugnisse
- Eier und Eierzeugnisse
- Fisch und Fischerzeugnisse
- Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse
- Soja und Sojaerzeugnisse
- Milch und Milcherzeugnisse (inklusive Laktose)
- Schalenfrüchte (Mandeln, Haselnuss, Walnuss, Kashew-Nuss, Pekkan-Nuss, Paranuss, Pistazie, Macadamia-Nuss und Queensland-Nuss sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Sellerie und Sellerieerzeugnisse
- Senf und Senferzeugnisse
- Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse
- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l, als SO<sub>2</sub> angegeben.

Mit der EU-Richtlinie 2006/142/EG wurde die Liste der kennzeichnungspflichtigen Allergene um zwei Allergene erweitert, so dass **14 allergene Stoffe** ab dem 23.12.2008 gekennzeichnet werden müssen:

- Lupine und
- Weichtiere (Mollusken), sowie Erzeugnisse daraus.

Allerdings muss darauf verwiesen werden, dass zwar ab dem 23.12.2008 nur noch entsprechend gekennzeichnete Lebensmittel in den Verkehr gebracht werden dürfen, aber der Verkauf von Lebensmitteln, die vor diesem Zeitpunkt etikettiert wurden, bis zur Leerung der Lagerbestände zulässig ist. Somit wird es je nach Dauer der Haltbarkeit eines Lebensmittels, zu einer sogenannten Überschneidungsphase kommen, bis nur noch ausreichend gekennzeichnete Waren verkauft werden (vgl. EU RL2006/142/EG, Artikel 2, Absatz 2).

Das Ziel der Allergenkennzeichnung besteht darin, den Verbrauchern, die von Allergien betroffen sind, umfassendere Informationen über die Zusammensetzung der Lebensmittel zur Verfügung zu stellen.

Für uns Zöliakiebetreffende bedeutet das Erleichterung und Sicherheit beim Einkaufen von verpackten Lebensmittel, denn glutenhaltige Getreide müssen, sofern diese als Zutat in einem Lebensmittel verwendet werden, auch wenn es sich um eine Zutat einer zusammengesetzten Zutat („Mischzutat“) oder um eine sogenannte „carry-over-Zutat“ aus Vorstufen oder technologischen Hilfsstoffen handelt, in oder unter der Zutatenliste aufgeführt sein.

Dabei erfolgt die Art der **Allergenkennzeichnung in 3 unterschiedlichen Stufen:**

1. Wenn die Verkehrsbezeichnung einen deutlichen Hinweis auf die allergene Zutat enthält, muss nicht extra darauf hingewiesen werden (z.B. Roggenvollkornmehl, Selleriecremesuppe).
2. Ansonsten muss die Kennzeichnung der Allergene in der Zutatenliste erfolgen (z.B. ... Getreidecrispien (Reis, Weizen, Mais), Sojawürze, Aroma (enthält Weizen), Lecithin (Soja).
3. Bei verpackten Lebensmittel ohne Zutatenliste muss das Allergen durch einen gesonderten Hinweis aufgeführt sein (z.B. bei Wein mit der Angabe von „enthält Sulfit“ oder bei Käse „mit Lysozym aus Eiklar“, Achtung: Lysozym aus Eiklar kann auch in Halsschmerztabletten verwendet werden!)

Ist ein Allergen in mehreren Zutaten des Lebensmittels vorhanden, so muss jede Zutat entsprechend gekennzeichnet sein.

Folgende Bezeichnungen in der Zutatenliste weisen auf **glutenhaltiges Getreide** oder **glutenhaltige Zutaten** hin:

- Weizen/Weizenstärke, Aroma auf Weizenbasis Weizenglutenhydrolysate, säurehydrolysiertes Pflanzeiweiß aus Weizen
- Gerste/Gerstenmalz/ Gerstenmalzessigextrakt/Malzbier
- Roggen
- Hafer/Haferflocken
- Dinkel
- Grünkern
- Einkorn
- Kamut
- Bulgur
- Emmer
- Triticale
- Graupen
- Weizeneiweiß/Pflanzeiweiß aus Weizen/Weizenkleber/Kleberweisseiweiß
- Seitan, alternativ Mianjin (= Produkt aus Gluten mit fleischähnlicher Konsistenz. Wird vorwiegend in der chinesischen Küche verwendet).
- Paniermehl
- Ovomaltine

Auf freiwilliger Basis können die betreffenden Allergene zusätzlich unter der Zutatenliste aufgeführt sein. Formulierungen wie „Enthält Weizen/Gluten“ sind hier zu nennen.

Einige Lebensmittelhersteller führen die Zutaten mit so genannten E-Nummern auf. Für den Verbraucher bedeutet das zwar auch Sicherheit, da alle Zutaten aufgeführt sind. Aber bei vielen kommt es durch Unkenntnis, welcher „Stoff“ sich hinter der E-Nummer verbirgt, trotz allem zu einer Unsicherheit und man lässt das Produkt lieber im Regal liegen.

Hier schafft ein E-Nummern-Kompass Abhilfe. Im Wesentlichen muss sich ein Zöliakiebetreffender auf die Bereiche Stabilisatoren: Dickungs- und Geliermittel, modifizierte Stärken, Trägerstoffe und Farbstoffe konzentrieren. Aber keine Panik, man muss nicht alle E-Nummern auswendig lernen, denn auch hier hat der Gesetzgeber vorgesorgt (vgl. EU-Richtlinie 2000/13/EG Artikel 6): Sollten Stärken, modifizierte Stärken, Aromen, Träger- oder Hilfsstoffe in einem Lebensmittel verwendet werden, die Gluten enthalten könnten, so muss die Angabe mit der pflanzlichen Herkunft ergänzt werden (Beispiel: modifizierte Weizenstärke, Aroma aus Weizen).

### Was ist noch neu?

- (1) Abschaffung der sogenannten „**25% Klausel**“ für zusammengesetzte Zutaten:  
Bisher mussten bei zusammengesetzten Zutaten die einzelnen Bestandteile nur dann angegeben werden, wenn im Enderzeugnis mehr als 25 Prozent davon enthalten waren. Damit war speziell bei "Mischprodukten" für Verbraucher die genaue Zusammensetzung und das eventuelle Vorhandensein von Allergenen nicht nachvollziehbar. Künftig müssen bei zusammengesetzten Zutaten alle in ihr enthaltenen Zutaten in absteigender Reihenfolge bezogen auf den Gewichtsanteil erfolgen (Beispiel: Speisesalz, Sellerie, **pflanzliche Brühe (Würze (mit Weizen), pflanzliches Fett)**, Gewürze).
- (2) In den Richtlinien heißt es zwar, dass Produkte von der Kennzeichnungspflicht ausgenommen sind, deren Zusammensetzung in einer geltenden Rechtsvorschrift geregelt ist sowie Gewürz- und/oder Kräutermischungen, in denen die zusammengesetzte Zutat weniger als 2% im Enderzeugnis ausmacht. **Diese Ausnahmeregelung gilt jedoch nicht für Zusatzstoffe und für die in Anhang IIIa der Richtlinie 2003/89/EG gelisteten Zutaten. Das bedeutet, dass beispielsweise glutenhaltiges Getreide, Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse oder Sellerie auch bei Verwendung in zusammengesetzten Zutaten deklariert werden müssen.**
- (3) Sämtliche allergenen Zutaten in alkoholischen Getränken sind auf der Etikettierung anzugeben (Beispiel: Enthält...“), es sei denn, die Verkehrsbezeichnung nennt die Zutat (Eierlikör).

### Keine Richtlinie ohne Ausnahme oder was soll die Verwirrung???

Die Richtlinie 2005/26/EG und Nachfolge-Richtlinie 2007/13/EG sieht die Möglichkeit vor, Zutaten von der Etikettierungspflicht auszunehmen.

Bei der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) wurden mehrere Anträge auf eine dauerhafte Ausnahme von der Etikettierungspflicht von bestimmten Erzeugnissen von Zutaten gestellt.

Aufgrund der Gutachten der EFSA und sonstiger Informationen kann ausgeschlossen werden, dass für bestimmte Erzeugnisse von Zutaten es nicht oder nicht sehr wahrscheinlich ist, dass sie bei empfindlichen Personen unerwünschte Reaktionen hervorrufen. Da laut dieser Stellungnahme kein schädigendes Potenzial mehr besteht, unterliegen die Ausnahmen nicht der Kennzeichnungsverpflichtung (vgl. RL 2007/13/EG Anhang).

Die Richtlinie 2007/13/EG trat am 26. November 2007 in Kraft und sollte bis zum 31. Mai 2008 umgesetzt werden. Allerdings gibt es auch hier eine Übergangsfrist:

„Die Mitgliedsstaaten lassen zu, dass Lebensmittel die vor dem 31. Mai 2009 in den Handel oder etikettiert wurden und die Bestimmungen der Richtlinie 2005/26/EG erfüllen, bis zur Erschöpfung in den Handel gebracht werden dürfen“ (vgl. RL 2007/13/EG Artikel 1-3).

Anhang IIIa der Richtlinie 2007/13/EG sieht vor, dass folgende Zutaten kennzeichnungspflichtig sind (**Ausnahmen sind fett gedruckt**):

1. Glutenhaltige Getreide (d. h. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse, **außer**
  - a) **Glukosesirupe auf Weizenbasis einschließlich Dextrose\***;
  - b) **Maltodextrine auf Weizenbasis\***;
  - c) **Glukosesirupe auf Gerstenbasis**;
  - d) **Getreide zur Herstellung von Destillaten oder Ethylalkohol landwirtschaftlichen Ursprungs für Spirituosen und andere alkoholische Getränke.**
2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse.
3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse.
4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, **außer**
  - a) **Fischgelatine, die als Träger für Vitamin- oder Karotinoidzubereitungen verwendet wird**;
  - b) **Fischgelatine oder Hausenblase, die als Klärhilfsmittel in Bier und Wein verwendet wird.**
5. Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse.
6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, **außer**
  - a) **vollständig raffiniertes Sojabohnenöl und -fett\***;
  - b) **natürliche gemischte Tocopherole (E306), natürliches D-alpha-Tocopherol, natürliches D-alpha-Tocopherolazetat, natürliches D-alpha-Tocopherolsukzinat aus Sojabohnenquellen**;
  - c) **aus pflanzlichen Ölen aus Sojabohnen gewonnene Phytosterine und Phytosterinester**;
  - d) **aus Pflanzenölsterinen gewonnene Phytostanolester aus Sojabohnenquellen.**
7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), **außer**
  - a) **Molke zur Herstellung von Destillaten oder Ethylalkohol landwirtschaftlichen Ursprungs für Spirituosen und andere alkoholische Getränke**;
  - b) **Lactit.**

8. Schalenfrüchte, d. h. Mandeln (*Amygdalus communis* L.), Haselnüsse (*Corylus avellana*), Walnüsse (*Juglans regia*), Kaschunüsse (*Anacardium occidentale*), Pekannüsse (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K.Koch), Paranüsse (*Bertholletia excelsa*), Pistazien (*Pistacia vera*), Makadamianüsse und Queenslandnüsse (*Macadamia ternifolia*) und daraus gewonnene Erzeugnisse, **außer**

**a) Schalenfrüchte für die Herstellung von Destillaten oder Ethylalkohol landwirtschaftlichen Ursprungs für Spirituosen und andere alkoholische Getränke.**

9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse.
10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse.
11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse.
12. Schwefeldioxid und Sulphite in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l, ausgedrückt als SO<sub>2</sub>.
13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse.
14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse.

Damit müssen nach der neuen Richtlinie zusätzlich gekennzeichnet werden:

- (Aus Ei gewonnenes) Lysozym, das in Wein verwendet wird sowie (aus Ei gewonnenes) Albumin, das als Klärhilfsmittel in Wein und Apfelwein verwendet wird,
- Milch-(Casein-)Erzeugnisse, die als Klärhilfsmittel in Apfelwein oder Wein verwendet werden,
- Nüsse (Mandeln, Walnüsse), die (als Aroma) in Spirituosen verwendet werden,
- Sellerieblatt- und samenöl sowie Selleriesamenoleoresin
- Senf, Senfölsamen sowie Senfsamenoleoresin.

**Weizengluhydrolysate als Schönungsmittel im Wein, säurehydrolysiertes Pflanzeiweiß aus Soja und Weizen z.B. in Würzsoßen wie Sojasoße oder pflanzlicher Brühe gelten in diesem Sinne NICHT als Ausnahmen (wie auch raffiniertes Erdnussöl und -fett).**

Bei diesem ganzen Wirr-Warr stellt sich für viele Hersteller die Frage „Was ist eine Zutat, was ist eine Spur?“ Welches ist die kritische Menge eines allergenen Stoffes, die allergieauslösend ist. Viele Hersteller haben sich deshalb und weil in Ihren Produktionsbetrieben glutenhaltiges Material verarbeitet wird dazu entschieden, unter der Zutatenliste die Fußnote „Kann Spuren von ... enthalten“ einzufügen und umgehen so der Produkthaftung. Uns bleibt es nun überlassen, ob wir diese Produkte verzehren oder nicht.

## Was ist der Codex Alimentarius?

Der Begriff *Codex Alimentarius* kommt aus dem Lateinischen und bedeutet übersetzt Lebensmittel-Regeln.

Als *Codex Alimentarius* wird der Lebensmittelstandard der Vereinten Nationen bezeichnet. Dieser stellt eine Sammlung von Richtlinien und Beschlüssen über die Lebensmittelsicherheit und Produktqualität der *Codex-Alimentarius-Kommission* dar. Die *Codex-Alimentarius-Kommission* ist ein gemeinsames Gremium zweier Organisationen der Vereinten Nationen: der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation (FAO) sowie der Weltgesundheitsorganisation (WHO).

Die *Codex-Alimentarius-Kommission* hat in ihrer 31. Sitzung im Juli 2008 den „Codex Standard for foods for special dietary use for persons intolerant to gluten (=Kodexstandard für diätetische Lebensmittel für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit)“ angenommen (vgl. Verordnung EG 41/2009 Abschnitt 1-13).

Am 20. Januar 2009 trat diese EU-Verordnung in Kraft, welche neue Grenzwerte für die Glutenfreiheit von Lebensmitteln einheitlich regelt. Es gilt eine Übergangsfrist von drei Jahren, so dass spätestens zum 01.01.2012 alle Produkte den neuen Regelungen entsprechen müssen.

Diese Verordnung trat in Kraft, um die Unterschiede in den nationalen Bestimmungen aufzuheben.

## Was hat sich verändert?

Neu ist der so genannte duale Kodex, der aus zwei Stufen besteht (vgl. Verordnung EG 41/2009 Artikel 3):

1. **Glutenfrei sind alle Produkte, die den Grenzwert von höchstens 20mg Gluten/kg Enderzeugnis einhalten (= 20ppm).**

Neu ist hier, dass dieser Grenzwert auch für Produkte mit Hafer und glutenfreier Weizenstärke gilt. Der gesonderte Grenzwert von 200ppm für glutenfreie Weizenstärke wurde aufgehoben. Bei der Verwendung von Hafer muss allerdings ausgeschlossen sein, dass eine Kontamination mit Weizen, Roggen, Gerste oder ihrer Kreuzungen stattgefunden hat (Sortenreinheit!).

2. Mit der Bezeichnung **sehr geringer Glutengehalt** weisen Hersteller auf Produkte hin, die einen Glutengehalt von 21 bis 100mg Gluten pro kg enthalten (= 21 -100ppm).

Die Bezeichnungen **glutenfrei** oder **sehr geringer Glutengehalt** werden in der Nähe der Verkehrsbezeichnung angebracht, unter der das Lebensmittel verkauft wird.

„Lebensmittel mit einem sehr geringen Glutengehalt können Produkte sein, die aus einer Zutat oder mehreren Zutaten aus Weizen, Roggen, Gerste, Hafer oder ihrer Kreuzungen bestehen oder diese enthalten und die zur Reduzierung ihres Glutengehalts in spezieller Weise verarbeitet wurden“ (vgl. Verordnung EG 41/2009 Artikel 3, Absatz 1).