



Der Zucker des 21. Jahrhunderts

In Stevia bündeln sich unglaubliche Erwartungen und Hoffnungen. Das süsse Kraut soll Gesundheitsprobleme lösen, Koka- und Tabak-Anbau ersetzen und verspricht finanzielle Gewinne.

«Wie süss es ist», bekommen Kleinkinder zu hören. Schon in der Ursuppe am Anfang des Lebens auf der Erde gab es chemische Verbindungen, die süss schmecken. Vor der Geburt werden wir auf Süsses programmiert, denn das Mutterblut für den Fötus enthält süsse Glukose. Mit Muttermilch und Milchzucker (Laktose) geht es weiter, bis wir bei Limonade, Schokolade und Biscuits, Ketchup oder Sweet-and-Sour-Rezepten landen.

Einst wurde mit Honig, Datteln oder Früchten gesüsst. Dann begann der Siegeszug von Zuckerrohr, Zuckerrüben und ihrem süssen Inhalt. Doch in Zeiten zu vieler Kilos am Körper, Kreislauferkrankungen und Karies ist Zucker in Verruf geraten. Künstliche Süsstoffe boomen: Saccharin, Cyclamat oder Aspartam werden industriell hergestellt, enthalten keine Kohlenhydrate und kaum Kalorien. Sie schmecken x-fach süsser als Zucker, sind aber nicht unumstritten.

Da kommt die Stevia-Pflanze gerade recht. Sowohl die natürliche Stevia wie die Steviol-Glykoside sind für Diabetiker geeignet, weil sie den Blutzuckerspiegel nicht erhöhen. Doch die Pflanze hat im Gegensatz zu Steviol-Glykosiden zusätzlich ein anti-oxidatives Potenzial – wichtig für die Krebs-Prävention, um die karzinogenen «freien Radikalen» zu entschärfen. Eine weitere Wirkung der ganzen Stevia, die bei Steviol-Glykosiden verloren geht: Stevia reduziert Zahnbeläge und Zahnstein und wird deshalb in Dentalprodukten eingesetzt.

Wegen fehlender Studien dürfen natürliche Produkte der Stevia-Pflanze heute nicht gehandelt werden. Bei den erlaubten Steviol-Glykosiden bestehen Grenzwerte. Die maximale Tagesdosis liegt niedrig, weshalb die Industrie versucht, die süsse Wirkung mit Geschmacksverstärkern zu fördern. Biotech-Firmen wollen auf die steigende Nachfrage reagieren – statt Blätter zu ernten und chemisch zu verarbeiten, werden Steviol-Glykoside durch Fermentation im Biotank erzeugt. Das könnte dem Stevia-Anbau weltweit schaden, falls die Kosten für die biosynthetische Herstellung nicht zu hoch liegen.

Der engagierte Stevia-Forscher Udo Kienle von der Universität Hohenheim plädiert eher für die natürliche Süsse von Stevia rebaudiana Bertoni. Dafür müsse die toxikologische Unbedenklichkeit der Pflanze selbst endlich belegt werden. Nur Langzeitstudien samt Tierversuchen können die Vorgaben der Gesundheitsbehörden erfüllen. Denn Stevia soll in Lateinamerika den Koka-Anbau reduzieren und in Europa Tabak-Plantagen verdrängen.