



Biosüße ist die erste biologische und kalorienfreie Alternative zu Zucker und künstlichen Süßstoffen

ohne Stevia



? Ist Biosüße natürlich?

Der Grundstoff in Biosüße ist Erythrit und auch wenn dieser Zungenbrecher eher nach Chemie-Unterricht als nach Naturprodukt klingt, wird es durch Fermentation aus einem 100 % natürlichen, GMO-freien Rohstoff gewonnen und kommt sogar in der Natur vor: Reife Früchte wie z.B. Melonen, Birnen und Trauben enthalten kleine Mengen davon. Wir alle haben also schon Erythrit vernascht; es wird seit Menschenzeiten in kleinen Mengen konsumiert. Auch fermentierte Lebensmittel wie Käse, Wein und Sojasoße enthalten den Grundstoff der Biosüße. Er kommt auch im menschlichen Körper selbst vor und ist bewährt und sicher.

? Ist Biosüße das Gleiche wie Aspartam, Cyclamat oder Sucralose?

Nein, Biosüße wird mit natürlichen Verfahren hergestellt und enthält keinerlei synthetische Süßstoffe, Zusatzstoffe oder Aromen. Aspartam, Cyclamat oder Sucralose sind dagegen synthetische Produkte. Sie werden in einem Labor erzeugt und sind über hundert Mal so süß wie Zucker und daher z.B. fürs Backen und Kochen wegen der schwierigen Dosierbarkeit und dem fehlenden Volumen nicht geeignet. Über die Langzeitwirkung des Einsatzes von synthetischen Süßstoffen, insbesondere deren Kombinationen, gibt es bisher wenige gesicherte Erkenntnisse. Studien zu möglichen gesundheitsschädlichen Wirkungen gelangten zu unterschiedlichen Ergebnissen. Deshalb verzichten viele Menschen aus gesundheitlichen Gründen auf diese Zuckeralternativen.

? Ist Biosüße vergleichbar mit Fructose bzw. Fruchtzucker?

Nein. Fructose ist eine Zuckerart und enthält genau wie Haushaltszucker 400 Kalorien pro 100 Gramm, während Biosüße keinerlei Kalorien oder Kohlenhydrate enthält. Früher waren viele Diabetiker-Produkte mit Fruchtzucker gesüßt. Inzwischen sind diese sehr umstritten, da einige Studien zeigen, dass Fructose zwar einen milderen Blutzuckeranstieg als Haushaltszucker auslöst, aber dafür andere ungünstige Wirkungen haben kann. So scheint sie eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Übergewicht zu spielen und bei manchen Menschen Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen, Gicht und Durchfall zu verursachen. Biosüße ist daher eine sehr gute Alternative für Diabetiker, da sie den Blutzuckerspiegel nicht beeinflusst und sicher ist.

? Ist Biosüße vergleichbar mit Xylit oder Birkenzucker?

Biosüße ist, wie Xylit und Birkenzucker, oder auch Maltit und Sorbit, ein sogenannter Zuckeralkohol. Biosüße ist aber das einzige Mitglied dieser Substanzklasse, das weder Kalorien noch Kohlenhydrate enthält und auch in üblichen Dosierungen keine nennenswerten Verdauungsbeschwerden verursacht. Das liegt daran, dass Erythrit, die Grundsubstanz der Biosüße, der kleinste dieser Zuckeralkohole ist. Er wird laut Studien vom menschlichen Körper weder weiter vergoren, noch verstoffwechselt und ist daher kalorienfrei und besser verträglich. Xylit (Birkenzucker) enthält Kalorien und wird weltweit meist aus Mais oder Abfallprodukten der Holzindustrie hergestellt. Im Stoffwechsel wird es zu Fructose abgebaut und es ist äußerst gefährlich für manche Haustiere. Auf Biosüße trifft beides nicht zu, sie ist bewährt und sicher für Mensch und Haustier.

? Ist Biosüße dasselbe wie SukrinTM oder SucolinTM?

Nein. Biosüße ist das einzige kontrolliert biologische und kalorienfreie Süßungsmittel in Europa. Da uns Kunden regelmäßig danach fragen, sei hier aufgeklärt: Es gibt in Europa kein Erythrit (= Erythritol im Englischen) im Handel, welches aus Früchten hergestellt wird. Erythrit kommt natürlich in Früchten vor, wird aber als Tafelsüße aus Mais, bzw. daraus gewonnener Glucose, hergestellt. Hauseigene Herstellerlabels wie „vegan“ oder „Qualität“ lassen keinerlei Rückschluss auf eine biologische Qualität des Rohstoffes zu, es können konventionelle Pestizide, Herbizide und Kunstdünger verwendet werden. Es gibt keine kalorienfreie Tafelsüße im Handel, welche aus kontrolliert biologischen Rohstoffen hergestellt wird, außer Biosüße!

? Kann man mit Biosüße süßen, wenn man eine Anti-Pilz-Diät durchführen muss?

Da Biosüße den Pilz *Candida albicans* nicht nährt, kann man sie problemlos auch während einer Anti-Pilz-Diät verwenden.

? Ist Biosüße ein Kohlenhydrat?

Biosüße ist ein Zuckeralkohol und gehört somit formell in manchen Ländern zu den Kohlenhydraten, nur verhält sie sich vollkommen anders als z.B. herkömmlicher Zucker oder Stärke. Sie wird fast vollständig über den Urin wieder ausgeschieden, so dass sie im Körper nicht in Energie umgewandelt wird. Daher ist Biosüße ideal für Diabetiker und alle, die sich kohlenhydratarm oder kalorienbewusst ernähren möchten. Man muss sie nicht mitzählen, wenn man Broteinheiten oder Kohlenhydrate berechnet.

? Können Diabetiker Biosüße verwenden?

Biosüße hat keinerlei Einfluss auf den Blutzuckerspiegel oder auf die Insulinausschüttung. Hunderte engagierte Diabetologische Praxen erhalten bereits regelmäßig Patienteninformationen und -muster von uns, um diese zur Aufklärung von Betroffenen einzusetzen. Wenden Sie sich als Ernährungsexperte bitte gerne an medwiss@genuss-ohne-reue.com.

? Ist Biosüße auch geeignet für Patienten mit Gluten-, Fructose- und Lactose-Intoleranz?

Biosüße enthält keine Füllstoffe und ist daher komplett frei von Gluten, Lactose und Fructose. Da sie auch nicht über Fructose verstoffwechselt wird, wird sie in der Regel gut von diesen Betroffenen und bei vielen anderen Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien vertragen.

? Ist Biosüße auch für Kinder unbedenklich geeignet?

Im Unterscheid zu den anderen natürlichen Zuckeralkoholen, wie Birkenzucker oder Maltit, ist Biosüße für Kinder meist viel besser verträglich und wird von Experten gerne empfohlen. Auch andere natürliche Süßungsmittel sind für Kinder oft nicht geeignet. Honig etwa wird für Kinder unter einem Jahr nicht empfohlen und bewirkt einen stärkeren Blutzuckeranstieg als Haushaltszucker. Agavendicksaft besteht zum Großteil aus Fructose, mit all ihren Gesundheitsbedenken.

? Ist Biosüße für Haustiere ungefährlich?

Ja. Im Unterschied zu Xylit (Birkenzucker), bei dem ein versehentlicher Verzehr durch Hund und Co oft tödlich endet, ist Biosüße für alle Haustiere völlig unbedenklich.

? Wie wird Biosüße gewonnen?

Biosüße wird aus garantiert Gentechnik-freiem Mais aus kontrolliert biologischem Anbau gewonnen. Durch den natürlichen Prozess der Fermentation, vergleichbar mit dem Reifen von Obst oder Käse, wird die Struktur des Zuckers verändert und er verliert seine Kalorien.

? Seit wann ist Biosüße in Europa zugelassen?

Erythrit ist seit 25 Jahren weltweit in Verwendung. Es ist in Europa seit über 10 Jahren, ohne Einschränkungen für Diabetiker oder Kinder, zugelassen. Biosüße ist also bewährt und sicher.

? Ist Biosüße wirklich gesundheitlich unbedenklich?

In der Fachzeitschrift „Food and Chemical Toxicology“ ist bereits in 1998 eine 36-seitige Studie veröffentlicht worden, in der trotz kritischer und gründlicher Untersuchung keinerlei Hinweise auf eine mögliche gesundheitsschädliche Wirkung gefunden werden konnten. Das natürliche Vorkommen im menschlichen Körper scheint der Grund für die gute Verträglichkeit zu sein. Biosüße ist aber nicht nur unbedenklich und ausgezeichnet verträglich, sondern bietet viele gesundheitliche Vorteile. Aktuelle europäische Studien zeigen z. B. eine antioxidative Wirkung.

? Ist Biosüße frei von gentechnisch veränderten Produkten?

Der für die Herstellung von Biosüße verwendete Mais stammt aus kontrolliert biologischem Anbau und ist nicht gentechnisch verändert worden. Das deutsche Institut CERES prüft regelmäßig die einwandfreie BIO-Qualität.

? Warum trägt Biosüße einen Aufdruck, der auf die abführende Wirkung bei zu hoher Dosierung hinweist?

Die EU-Zulassung sieht diese Aufschrift vor, da Zuckeralkohole im Allgemeinen ab einer bestimmten Dosis abführend wirken. Sie sind daher für die industrielle Herstellung von Getränken nicht zugelassen, da man beim Trinken leichter größere Mengen aufnimmt. Für alle Zuckeralkohole gilt dieselbe Gesetzgebung, deshalb muss auch Biosüße den Hinweis auf der Verpackung aufführen, obwohl es in der Regel ohne Probleme vertragen wird. Die Toleranzgrenzen von Biosüße sind im Vergleich zu Xylit, Birkenzucker, Maltit oder den anderen Zuckeralkoholen um ein Vielfaches höher. Die EU-Behörden haben, im Unterschied zu Stevia, bei der Zulassung auf die Festlegung eines ADI (empfohlene tägliche Höchstmenge) verzichtet.

? Ist Biosüße kosher?

Zertifikate belegen, dass Biosüße kosher und halal ist.

? Was sind Zuckeralkohole?

Ein Zuckeralkohol ist ein Naturstoff, der von seiner Struktur her Gemeinsamkeiten mit Zucker und mit Alkohol hat. Lassen Sie sich davon nicht irritieren: Biosüße ist weder ein Alkohol noch ein Zucker. Der Verzehr ist auch für Kinder, Schwangere und trockene Alkoholiker völlig unbedenklich und man wird auch nicht betrunken, wenn man Biosüße verwendet.

? Wie unterscheidet sich Biosüße von anderen Produkten auf der Basis von Erythrit?

Biosüße ist das einzige Erythrit in Europa in kontrol-



AT-BIO-701

liert biologischer Qualität. Biosüße ist somit Europas erste und einzige biologische Süße ohne Kalorien überhaupt!