

Sense the difference

HIGH FIBER – LOW CARB

Fasern und Ballaststoffe



Gesunde Ernährung

„Low Carb ist gesund.“

Das zeigen mehr als 100.000 wissenschaftliche Artikel in den Wissensdatenbanken, die populärwissenschaftlichen Zeitungen und Magazine nicht mitgezählt.

Doch je mehr wir die Kohlenhydrate reduzieren, desto mehr verzichten wir auch auf die klassischen Ballaststoff-Lieferanten wie Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte und damit auf das Superfood für unseren Darm: die Ballaststoffe.

Bei einer proteinreichen und damit kohlenhydratarmen Ernährung müssen daher Ballaststoffe gezielt zugesetzt werden.

Ballaststoffe helfen dabei die Verdauung zu regulieren: Kohlenhydrate und Zuckerstoffe speziell, werden verdünnt, so dass sie langsamer aufgenommen werden, sodass der Blutzuckerspiegel langsamer steigt.

Sie quellen im Magen auf und sättigen länger, was wiederum zu einer Hemmung der Appetithormone führt.

Durch die gezielte Zugabe von Ballaststoffen bleiben die Vorteile der Low-Carb-Ernährung, wie eine verbesserte Reduktion des viszeralen Fettes, erhalten.

Das Spezialisten-Team von Brenntag Food & Nutrition DACH freut sich, mit Ihnen neue Wege zu gehen und für Sie maßgeschneiderte Konzepte erfolgreich umzusetzen!

Deutschland
Brenntag GmbH
Food & Nutrition DACH
Messeallee 11
45131 Essen
Telefon: +49 201 6496 0
food@brenntag.de

Österreich
Brenntag Austria GmbH
Food & Nutrition DACH
Linke Wienzeile 152
1060 Wien
Telefon: +43 5 9995 0
food@brenntag.de

Schweiz
Brenntag Schweizerhall AG
Food & Nutrition DACH
Elsässerstrasse 231
4002 Basel
Tel.: +41 58 344 8000
food@brenntag.de

Sense the difference



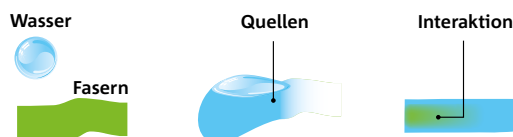
FASERN UND BALLASTSTOFFE

Was ist wichtig?

Bisher war die Auswahl an Ballaststoffen stark eingeschränkt und unterliegt auch weiter der Health Claim VO 1924/2006. Ihr Einsatz, speziell von Fasern, stellt jedoch bei vorgeschriebener Zugabemenge von mindestens ca. 3% technologisch ein Problem dar, denn dann ist die verdickende Wirkung zu groß. Allgemein weisen Fasern mit ihrer Funktionalität die Eigenschaften eines Zusatzstoffes auf, doch ist diese Art von Zutaten, ohne Risikobewertung bei weniger als 3% Dosage, nicht zugelassen (1333/2008). Als Ausnahme sind hier Faserprodukte zu sehen, die aus sensorischen Gründen eingesetzt werden können, wie z.B. Kakao – und Apfelfasern oder jene, die als eigenständiges Lebensmittel eingestuft sind.

Unlösliche Ballaststoffe: Fasern

Ballaststoff-Fasern binden Wasser und Öl rein physikalisch und wirken je nach Faserlänge auch emulgierend. Sie lassen gezielte Wasseraufnahme und -abgabe zu. Sie wirken strukturgebend, festigend, stabilisierend und steigern die Gefrier-Tau-Stabilität.



Das Quellpotential liegt dabei je nach Faserart, Faserlänge und Verhältnis aus Öl und Wasser zwischen 1:8 und 1:10. Um die gesetzlichen Anforderungen der Health Claim Verordnung zu erreichen, können auch verschiedene Fasern kombiniert werden.

Die Faserlänge ist maßgeblich entscheidend für die technologischen Eigenschaften. Mit steigender Faserlänge, beginnend bei 30µm, nimmt die strukturgebende Funktionalität und das Wasser- und Ölbindevermögen zu, aber das Emulgierverhalten sinkt. Fasern mit einer Länge von 200µm sind meist der optimale Kompromiss aus Strukturgebung und Emulgierverhalten. Ab 500µm muss man jedoch beachten, dass aufgrund der Faserlänge der Einsatz vorwiegend in körnigen oder festen Lebensmitteln empfohlen wird, um das Mundgefühl nicht zu beeinträchtigen.

Applikationen

Der Trend sich kohlenhydratarm zu ernähren, kann jedoch zu unausgewogener und damit nicht gesunder Ernährung führen. Durch die Zugabe von Ballaststoffen erreichen sie die optimale Kombination um sich möglichst gesund zu ernähren. Neben typischen Produkten werden auch „normale“ Lebensmittel inzwischen angereichert:

- Müsliriegel und Powerbars
- Vegetarische und vegane Gerichte
- Dauerbackwaren und Teige
- Alle Produkte, die im Nutri Score optimiert werden sollen

Produktübersicht

- | | | |
|----------------|---------------------------------|--------------------------|
| ■ Haferfasern | ■ Zuckerrohrfasern (Novel Food) | ■ Apfelfasern |
| ■ Bambusfasern | ■ Kakaofasern | ■ Cellulosefasern (E460) |
| ■ Weizenfasern | | |
| ■ Erbsenfasern | | |

Die in diesem Produktblatt enthaltenen Angaben sind ausschließlich zu Informationszwecken bestimmt und nach bestem Wissen korrekt. Jegliche Empfehlungen und Vorschläge stellen keine Zusicherung oder Garantie dar, es sei denn, es wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart. Der Käufer trägt die alleinige Verantwortung zu überprüfen, ob das einzelne Produkt für eine bestimmte Anwendung geeignet ist und gesetzliche und regulatorische Anforderungen erfüllt. Der Inhalt dieses Produktblatts darf unter keinen Umständen als eine Erlaubnis, Empfehlung oder Ansporn zur Verletzung gewerblicher Schutzrechte verstanden werden.