

Nitritpökelsalz in Fleisch- und Wurstwaren

Pökelsalz macht Geschichte

Menschen konservieren seit Urzeiten ihre Lebensmittel, z.B. durch Salzen und Räuchern. Zur Fleisch- und Fischpökung wird seit dem 14. Jahrhundert in Europa auch der Konservierungsstoff Salpeter gezielt eingesetzt. Salpeter spielt heute noch eine wichtige Rolle als Pökelsalz und wird im EU-Recht als Zusatzstoff „Kaliumnitrat, E 252“ geführt. Pökelsalze (NPS) sind Mischungen aus Speisesalz und Natriumnitrit (E 250), Natriumnitrat (E 251) oder Kaliumnitrat. Öko-Betriebe verwenden hiervon nur Natriumnitrit und Kaliumnitrat.

Die Bedeutung heute

Etwa 90 Prozent der Wurst- und Fleischerzeugnisse in unseren Läden werden heute gepökelt. So nimmt der Durchschnittsdeutsche ca. 2 - 5 mg/Tag Nitrit über Pökelware auf. Dies macht jedoch nur einen Anteil von 9 - 16 Prozent der Nitrit-Gesamtaufnahmemenge des Menschen aus. Entgegen der allgemeinen Einschätzung trägt Pökelware also kaum zur „Nitritbelastung“ des Menschen bei: Hauptquelle ist das Nitrat im Gemüse, das im Körper zu Nitrit umgewandelt wird. Die Öko-Metzger sind jedoch aktiv, um den NPS-Anteil weiter zu senken:

Erlaubter Anteil NPS, E 250	
Konventionelle Produktion	100%
nach EG-Öko-Verordnung	~ 80%
nach Naturland Richtlinie	50%

Einige Öko-Betriebe verwenden anstelle von NPS Gemüseextrakte, die einen natürlichen Nitratgehalt aufweisen. Dieses Nitrat wandelt sich bei der Wurst- und Fleischverarbeitung in Nitrit um. Da hierbei der Nitritgehalt nicht konstant und genau feststellbar ist, empfiehlt Naturland seinen Betrieben die Verwendung von NPS mit konstantem Nitritgehalt. Naturland Metzger, die Gemüseextrakte einsetzen, müssen die Verwendung in der Zutatenliste mit dem Hinweis „Umrötehilfe“ angeben. Aussagen wie „mit dem natürlichen Nitratgehalt der Gemüse“ oder „ohne Einsatz von Pökelsalz“ lehnt Naturland ab. Kunden könnten hierbei einen Gesundheitsvorteil vermuten, obwohl das Nitrit sich im Endprodukt nicht unterscheidet.

Gesundheitliche Vor- und Nachteile

Aus gesundheitlicher Sicht spricht nichts gegen den Genuss gepökelter Waren, wenn folgende Bedingungen berücksichtigt werden: Pökelpunkte sollten nicht bei Temperaturen über 130 °C gegart (Braten,

Grillen und Backen) werden. Hierbei können aus dem Nitrit und Eiweißbestandteilen (Aminen) einer Zutat krebserzeugende Nitrosamine entstehen. Pökelpunkte sollten also möglichst gekocht oder nur roh verzehrt werden. Naturland verbietet daher die Verwendung von NPS für Produkte wie Currywurst, Speck und Leber- bzw. Fleischkäse, die zum Braten bestimmt sind. Säuglinge sollten in den ersten sechs Lebensmonaten keine Pökelpunkte gefüttert bekommen. Bei Aufnahme einer hohen NPS-Dosis kann Nitrit den roten Blutfarbstoff (Hämoglobin) blockieren, der den eingeatmeten Sauerstoff zu den Zellen transportiert. Den Säuglingen droht Erstickungsgefahr (Blausucht), da sie den Blutfarbstoff noch nicht in die sauerstofftransportierende Form zurückwandeln können. Da Säuglinge bis zum 6. Monat gewöhnlich nur Muttermilch oder Milchersatznahrung erhalten, spielt dieses Problem in der Praxis keine Rolle. Kinder und Erwachsene verfügen über Mechanismen zum Abbau der genannten Blockade (das Enzym Methämoglobinreduktase).

NPS hemmt mit der Nahrung aufgenommen schädliche Bakterien, regt die Blutzirkulation im Magen an und fördert die Magenschleimhaut. Damit wirkt sich NPS positiv auf den Magen aus.

Vorteile für Kunden, Metzger und Handel

Pökelsalz hemmt das Wachstum von Mikroorganismen, hat also eine konservierende Wirkung und schützt das tierische Fett vor schnellem Verderb. NPS beeinflusst aber auch die sensorischen Eigenschaften von Fleisch- und Wurstwaren: Es verhindert das Ergrauen der Fleischartikel, sorgt für eine pökelpunktfarbene Farbe und für das typische Pökelpunktaroma. Die Kunden profitieren hierbei nicht nur von dem typischen Aroma, das z.B. einen Kassler auszeichnet, sondern auch von deutlich längeren Mindesthaltbarkeitszeiten. Gerade ungepökelte Fleischartikel werden wegen Haltbarkeitsproblemen häufiger von der Lebensmittelüberwachung beanstandet.

Auswahl und Klarheit bei Ökowürsten

Öko-Metzger bieten in allen Verkaufsschienen ein breites Sortiment an Öko-Wurstwaren mit und ohne NPS an. Bei verpackten Waren muss die Funktionsklasse und der Name oder die E-Nummer genannt werden, z.B. „Konservierungsstoff E 250“ oder „Konservierungsstoff Natriumnitrit“. Bei loser Ware reicht die Angabe „mit Nitritpökelsalz“ bzw. „mit Nitrat“ auf einem Schild, einem Aushang oder im Zutatenbuch.