



## Die Tafelsüße Stevia

Von *Schuetz*

Erstellt am 3 Okt 2015 - 17:22

Das Süßkraut „Stevia“ verspricht ein gesunder Zuckerersatz ohne Kalorien - und dies ganz natürlich und pflanzlich. Der aus einer in Südamerika heimischen Pflanze (Steviarebaudiana) gewonnene Stoff ist europaweit als Süßstoff zugelassen.

Die Pflanze Stevia wächst als Staude im Gebiet der Amambai-Bergkette im paraguayisch-brasilianischen Grenzgebiet. Den Ureinwohnern ist diese süßende Wirkung seit Jahrhunderten bekannt. Im Jahr 1887 entdeckte ein schweizer Botaniker „Moises Giacomo Bertoni“ diese Pflanze und gab ihr 1905 den Namen „Steviarebaudiana Bertoni“.

Im Zweiten-Weltkrieg wurde Stevia in Europa unter der Leitung „Royal Botanical Gardens in Kew“ angebaut und 1952 bestimmte das US-amerikanische National Institute of Arthritis and Metabolic Diseases die Hauptbestandteile dieser Pflanze. 1954 begann in Japan der Anbau (Im Jahr 1981 wurden 2000 Tonnen verbraucht) und seit Anfang 1970 wird die Pflanze auch in China produziert.

In den USA hat die Tafelsüße auf Steviolglykosid-Basis schon einen Marktanteil von rund elf Prozent.

Bedenken, dass Stevia krebserregend und erbgutschädigend sei, hat die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit „EFSA“ 2010 in einem Gutachten ausgeräumt.

In der Werbung heißt es, dass „Stevia“ blutzucker- und blutdrucksenkend, gefäßerweiternd, Zahnbelag hemmend und antimikrobiell sei, diese Wirkungen sind jedoch wissenschaftlich umstritten.

Steviolglycoside werden durch chemische Verfahren gewonnen, die mit „Natürlichkeit“ wenig zu tun haben und dürfen daher nicht als „natürliche Süßstoffe“ bezeichnet werden. Wie alle anderen Süßstoffe, zählen sie zu den Zusatzstoffen und müssen in der Zutatenliste als „Süßstoff Steviolglycoside“ oder „Süßstoff E 960“ gekennzeichnet werden.

Sicher ist auf jeden Fall, dass Stevia eine schöne Balkonpflanze ist und dass man mit den süßen, frischen Blättern den Tee und Nachtschinken süßen kann.

Kurze Infos über die Autorinnen Sabine Beuke, Jutta Schütz:

Wer Ratgeber oder Sachbücher schreibt, sollte das Wissen so aufbereiten, dass ihn auch Laien verstehen können. Die Autorinnen haben die Voraussetzung, Fachwissen kompakt zusammen zu fügen und dieses verständlich zu erklären. Dabei ist es wichtig, das Wissen eines Laien im Auge zu behalten. Beide Autorinnen haben schon mehrere Ratgeber geschrieben und der Erfolg gibt ihnen Recht. Wer sich einem bestimmten Thema widmet, muss stets ein Stück weit über den Tellerrand hinausschauen.

<http://www.jutta-schuetz-autorin.de/> [1]

<http://www.sabinebeuke.de/> [2]

Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man auf der Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

[info.schuetz09@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [3]



[www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [1]

<http://kinder-entdecken.jimdo.com/> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:12):** <http://www.medkom24.eu/node/20715>

**Links:**

[1] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

[2] <http://www.sabinebeuke.de/>

[3] <mailto:info.schuetz09@googlemail.com>

[4] <http://kinder-entdecken.jimdo.com/>