Jedes zweite Küchenkraut enthält Sc

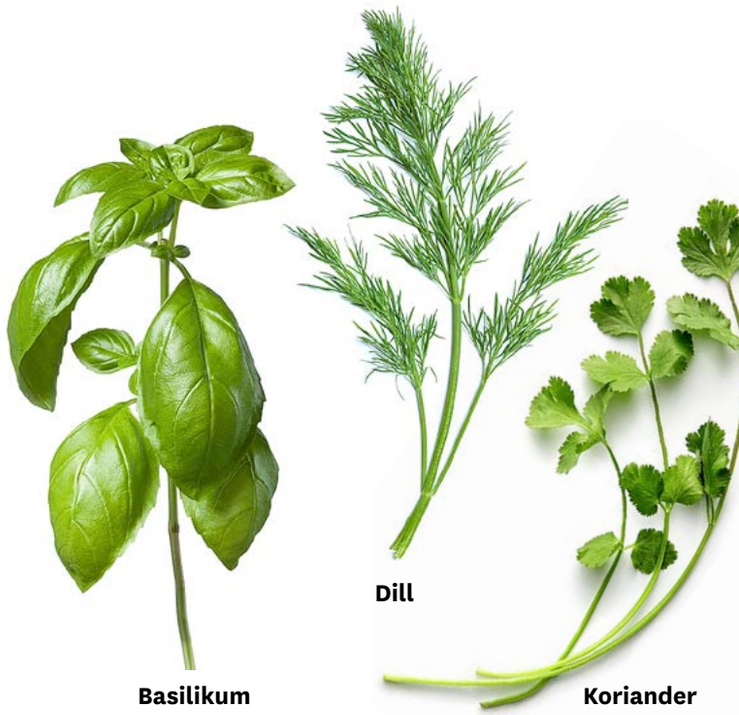
Kräuter in Plastikverpackungen enthalten oft Bakterien und Schimmelpilze. Im saldo-Test waren nur 5 von 30 geprüften Kräutern einwandfrei.

Wer abgepackte Kräuter wie Basilikum, Dill und Koriander kauft, zahlt bis zu 15 Franken pro 100 Gramm und erhält in den meisten Fällen alles andere als einwandfreie Ware. Das zeigt der aktuelle *saldo*-Test von 30 Kräutern aus der Schweiz und dem Ausland. Lange Transportwege und austretender Pflanzensaft in Plastikverpackungen sind ideale Bedingungen für das Wachstum von Schimmelpilzen und Bakterien.

Das Resultat des aktuellen Tests war ähnlich wie das vor sechs Jahren: Damals waren von 39 Kräutern mit Schweizer Herkunft nur 6 einwandfrei (*saldo* 13/2019). In der aktuellen Stichprobe waren 5 der 30 Produkte in Ordnung (siehe Tabelle).

In den Winter- und Frühlingsmonaten stammen die meisten abgepackten Kräuter aus Südeuropa oder Afrika. Die Ware wird per Flugzeug, Schiff oder Lastwagen Tausende von Kilometern transportiert. Das ist punkto Hygiene problematisch. Auch eine unterbrochene Kühlkette bei der Lagerung oder in den Kühlregalen kann das Wachstum von Schimmel und Bakterien fördern.

Fortsetzung Seite 20



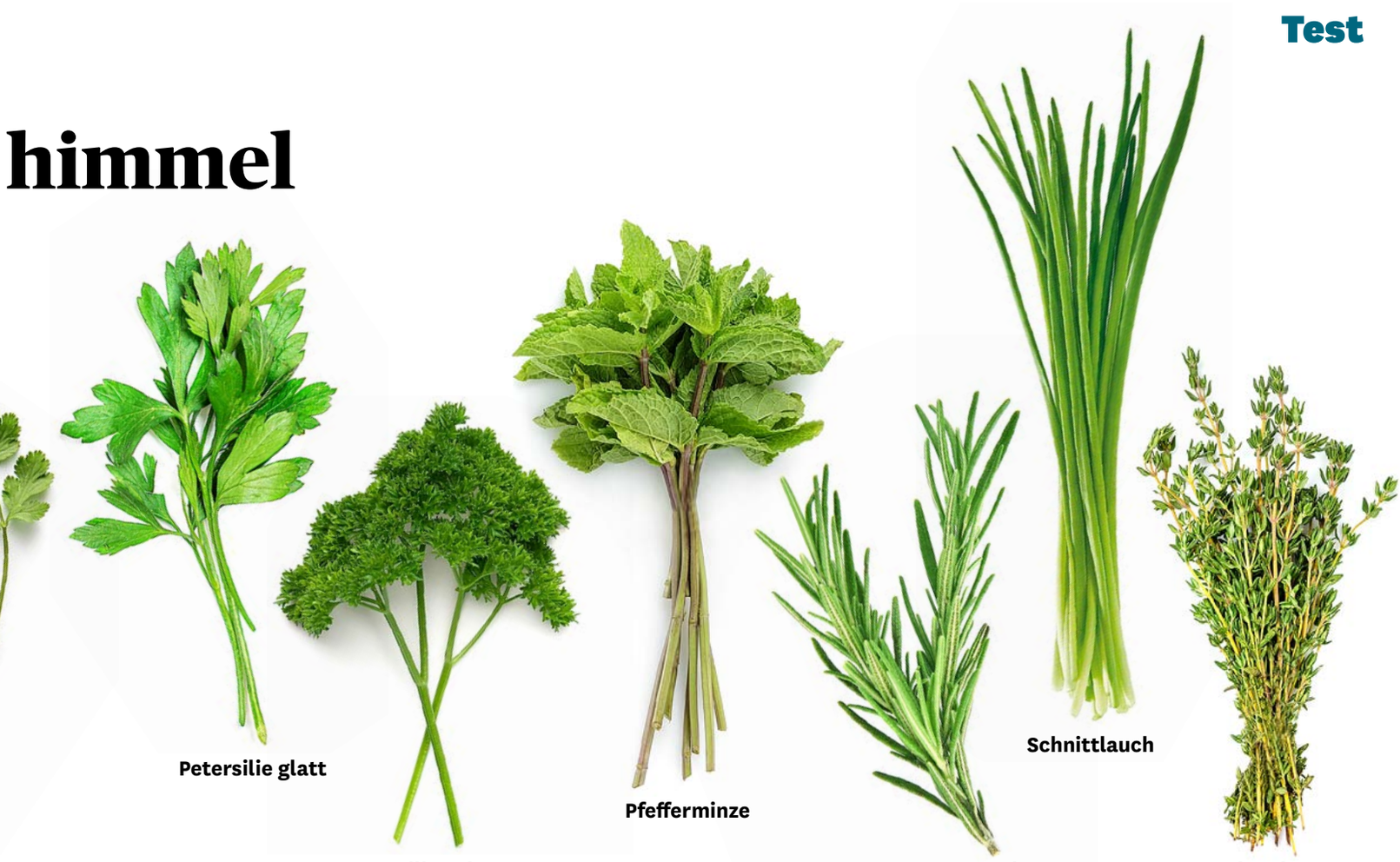
Basilikum **Dill** **Koriander**

	Basilikum					**Dill**	
Bezeichnung	Spar	Aldi Fresh Cut	Coop Yasai	Coop Betty Bossi	Migros Fresca	Migros Fresca	Coop Betty
Herkunft	Israel	Kenia	Schweiz	Niederlande	Israel	Spanien	Marokko
Preis pro 100 Gramm in Fr.	**11.–**	**7.95**	**14.75**	**11.–**	**10.–**	**10.50**	**12.–**
Schimmelpilze [1]	<1000	<1000	1000	6000	12000	15000	27000
Präsumtive Bacillus cereus [2]	<100	<100	<100	200	<100	<100	<100
Gesamtkeimzahl [3]	100000	1300000	200000	5000000	4000000	300000	<100000
Hygiene-Urteil [4]	Einwandfrei	Einwandfrei	Einwandfrei	Passabel	Unappetitlich	Unappetitlich	Unappetitl

	Peterli, glatt		**Petersilie, gekraust**				**Pfeffermin**
Bezeichnung	Lidl Bio	Denner	Spar	Aldi Fresh Cut	Migros Fresca	Denner	Migros Fre
Herkunft	Italien	Marokko	Italien	Italien	Italien	Marokko	Marokko
Preis pro 100 Gramm in Fr.	**4.95**	**4.50**	**6.–**	**3.30**	**5.–**	**4.50**	**10.50**
Schimmelpilze [1]	36000	32000	1000	3000	20000	82000	3000
Präsumtive Bacillus cereus [2]	<100	6200	<100	300	<100	900	<100
Gesamtkeimzahl [3]	300000	7700000	8800000	7400000	71000000	240000000	15000000
Hygiene-Urteil [4]	Unappetitlich	Unappetitlich	Einwandfrei	Passabel	Unappetitlich	Unappetitlich	Passabel

Sortiert nach Alphabet, Anzahl Schimmelpilz-Einheiten pro Gramm (KBE/g) und Preis. Bewertung der Kräuter angelehnt an die Grenzwerte der Deutschen G
1 Schimmelpilzgehalte über 1000 keimbildende Einheiten pro Gramm (KBE/g) führten zu einer orangefarbenen Einstufung, Werte über 10000 KBE/g zu führten zu einer roten Einstufung; **3** Gesamtkeimzahlen von über 50 Millionen KBE/g führten zu einer orangefarbenen Einstufung; **4** Das Hygieneurteil

himmel



Petersilie glatt

Petersilie gekraust

Pfefferminze

Rosmarin

Schnittlauch

Thymian

		Koriander						Peterli, glatt
Bossi	Aldi Fresh Cut	Coop Betty Bossi	Migros Fresca	Spar	Lidl Bio	Migros Bio	Aldi Fresh Cut	Coop Qualité & Prix
	Spanien	Marokko	Spanien	Spanien	Italien	Marokko	Marokko	Marokko
	7.95	**12.–**	**10.50**	**11.–**	**9.95**	**11.–**	**7.95**	**6.–**
	470000	3000	3000	4000	5500	30000	12000	8000
	<100	<100	100	<100	<100	<100	1600	100
	4300000	13000000	5800000	3200000	1800000	13000000	4300000	<100000
ich	Unappetitlich	Passabel	Passabel	Passabel	Passabel	Unappetitlich	Unappetitlich	Passabel

ze		Rosmarin		Schnittlauch			Thymian	
sca	Coop Betty Bossi	Migros Bio	Coop Betty Bossi	Lidl Bio	Coop Qualité & Prix	Migros Fresca	Coop Betty Bossi	Migros Bio
	Schweiz	Marokko	Marokko	Marokko	Kenia	Marokko	Deutschland	Schweiz
	12.–	**10.50**	**12.–**	**10.75**	**12.–**	**10.–**	**12.–**	**10.50**
	45000	9100	24000	1000	9000	51000	1000	95000
	200	<100	<100	400	100	3800	800	600
0	220000000	100000	<100000	2800000	190000000	>300000000	2300000	23000000
	Unappetitlich	Passabel	Unappetitlich	Einwandfrei	Passabel	Unappetitlich	Passabel	Unappetitlich

ISTOCK (9)

esellschaft für Hygiene und Mikrobiologie für abgepackte, vorgewaschene Mischsalate. Rechtlich bindende Schweizer Grenzwerte für Kräuter gibt es nicht. einer roten Einstufung; **2** Mehr als 500 KBE präsumtive Bacillus cereus pro Gramm führten zu einer orangfarbenen Einstufung, Werte über 1000 KBE/g entspricht dem schlechtesten Resultat der Probe in den einzelnen Kategorien; Grenzwerte nicht überschritten

Die Resultate im Detail: 11 Proben waren passabel. Die Kräuter enthielten zwar mehr als 1000 koloniebildende Einheiten Schimmelpilze pro Gramm (KBE/g), die gefundenen Werte lagen aber alle unter dem Grenzwert von 10 000 KBE/g. Höhere Gehalte weisen laut der Deutschen Gesellschaft für Mikrobiologie und Hygiene auf deutliche Mängel hin. Bei 14 Kräutern lagen die Schimmelwerte deutlich über dem Grenzwert. Diese Kräuter stufte *saldo* als unappetitlich ein. Darunter waren alle drei Dill-Proben.

Einige Kräuter, wie Minze, Estragon, oder Rosmarin, gedeihen ganzjährig auf dem Balkon.

Schwangere sollten Kräuter vor dem Essen auf 70 Grad erhitzen

Einige Schimmelarten können Allergien auslösen oder hitzeresistente Gifte bilden. Das deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung empfiehlt, rohe pflanzliche Lebensmittel gründlich zu waschen. Keime lassen sich dadurch aber nicht vollständig entfernen. Deshalb empfiehlt das Amt insbesondere Schwangeren und geschwächten Personen, Kräuter vor dem Essen mindestens zwei Minuten lang auf 70 Grad zu erhitzen.

Im Alltag werden abgepackte Kräuter aber oft direkt aus der Verpackung verwendet. Denn langes Waschen oder Erhitzen wirkt sich negativ auf den Geschmack und die Konsistenz der Kräuter aus. *saldo* bewertete deshalb die Kräuter nach den Grenzwerten für abgepackte vorgewaschene Mischsalate. Schweizer Grenzwerte zu Schimmel auf abgepackten Kräutern gibt es nicht. Nur Produkte, in denen der Schimmel sichtbar ist, müssen von den Händlern aussortiert werden.

Bakterien können Bauchweh, Durchfall und Erbrechen auslösen

Bei drei Kräutern waren die Grenzwerte der Deutsche Gesellschaft für Hygiene und Mikrobiologie für Bacillus cereus überschritten. Einige Stämme dieser Bakteriengruppe können gemäss dem Kantonslabor Basel-Stadt Bauchschmerzen, Durchfall oder Erbrechen auslösen. Bacillus cereus sind im Erdboden weit verbreitet. Deshalb findet man die Keime oft auf Gemüse.

Die Sporen der Bakterien werden durch Erhitzen nicht komplett unschädlich gemacht. In vorgekochten oder warmgehaltenen Speisen kann sich das Bakterium deshalb wieder vermehren. Umso wichtiger ist es deshalb, dass das Gemüse und Kräuter möglichst wenige Bakterien enthalten. Das war bei den meisten Proben der Fall. Bei einer Koriander-, einer Petersilie- und einer Schnittlauchpackung lagen die gemessenen Werte jedoch deutlich über dem Grenzwert von 1000 KBE/g.

Die Hersteller verteidigen ihre Produkte. Auf den Verpackungen sei der Vermerk «Vor Gebrauch waschen» aufgedruckt. Alle gesetzlichen Bestimmungen würden eingehalten.

Coop und Lidl schreiben, dass der Gehalt von Keimen vom Wetter in den Produktionsländern abhänge: Starke Regenfälle und feuchtwarme Bedingungen würden Mikroorganismen begünstigen. Coop erklärt, das Waschen reduziere die Keime. Man suche aber mit den Lieferanten eine Lösung.

Andreas Schildknecht

Kräuter vom Fenstersims oder Balkon sind am besten

Wer frische und geschmackvolle Kräuter geniessen möchte, baut diese am besten selbst an. Viele Pflanzen wachsen in Töpfen auf dem Balkon oder auf dem Fensterbrett.

Wichtig: In einem Topf vertragen sich nicht alle Kräuter gleich gut. Die dichten und verzweigten Wurzeln des Schnittlauchs können in kleinen Töpfen zum Problem werden. Deshalb sollte man Schnittlauch separat in einen genügend grossen Topf einpflanzen. Das Gleiche gilt für Pfefferminze und Estragon.

Thymian, Oregano und Majoran dagegen passen zusammen, auch Petersilie und Basilikum. Sie haben einen ähnlichen Wasserbedarf. Balkone mit West- und Ostausrichtung eignen sich für die meisten Pflanzen. Sonnige Südbalkone sind gut für mediterrane Kräuter. Pfefferminze und Schnittlauch gedeihen auch an eher schattigen Plätzen.

So hat saldo getestet

saldo liess 30 abgepackte Küchenkräuter der Grossverteiler in einem deutschen Lebensmittellabor mikrobiologisch untersuchen. Die Kräuter wurden gekühlt und einzeln verpackt transportiert. Das Labor untersuchte die Kräuter nach diesen Kriterien:

- **Schimmelpilze:** Sie verbreiten sich über die Luft und können sich bereits bei niedrigen Temperaturen rasant vermehren. Den Pilzen gelingt es, tief in die Lebensmittel einzudringen. Bei 14 Produkten lagen die Werte über dem Grenzwert.

- **Gesamtkeimzahl:** Die Anzahl von aeroben mesophilen Keimen ist ein Mass für den allgemeinen Zustand eines Lebensmittels. Ein hoher Wert deutet auf fortgeschrittene Verderbnis oder hygienische Mängel in der Produktion hin.

- **Präsumtive Bacillus cereus:** Diese Bakterien gelangen über Erde oder Staub auf Lebensmittel. Hohe Werte erhöhen das Risiko für eine Magen-Darm-Erkrankung. Drei Proben waren stark belastet.

- **Andere Keime:** Ebenfalls untersucht wurden die Proben auf Listerien, Salmonellen, Coli-Bakterien und antibiotikaresistente Keime. Sie wurden in keiner Kräuterprobe festgestellt.