

Welt kompakt / Mantelteil aller Ausgaben / 11.05.2011

Neues Eis für Allergiker

Forscher nutzen Ersatzstoffe, die auch noch gesund sind

Schokolade, Erdbeere, Vanille - ein Eis an einem warmen Frühlingstag macht einfach glücklich. Dumm nur für den, der nicht mitschlecken darf. In den schmackhaften Kugeln stecken oft Milch und Spuren von Weizen oder anderen Getreidesorten. Diese Zutaten vertragen viele Menschen nicht, weil sie Milchzucker oder das Klebe-Eiweiß Gluten nicht verdauen können.

Für all diejenigen haben Wissenschaftler des Fraunhofer-Instituts ein neues Eis entwickelt, das mit rein pflanzlichen Inhaltsstoffen auskommt. Mit diesem Eis können nun die Allergiker ihrer Gesundheit womöglich sogar

etwas Gutes tun, denn die Hauptzutat ist der Samen der blauen Süßlupine. Das Gewächs aus der Familie der Hülsenfrüchte liefert hochwertige pflanzliche Eiweiße, mit denen die cremigen Dickmacher Milch und Sahne nicht mithalten können. Noch dazu ist das Eiweiß der blauen Blume ein Cholesterinkiller. So können Allergiker mit ruhigem Gewissen ein paar Kugeln Vanille-Kirsch, Schoko-Flakes oder eine der vier anderen Geschmacksrichtungen wegschlecken, die in Supermärkten verkauft werden. Bereits seit einigen Jahren reihen sich hier laktose- und glutenfreie Alternativen zum klassischen Milcheis

in die Kühlregale ein. Sie bestehen meist aus laktosefreier Kuhmilch und sind so ungeeignet für strikte Vegetarier oder Veganer. Oder das Allergikereis wird aus Soja hergestellt. Das leidet allerdings hierzulande an einem Imageproblem, weil die Frage, ob genmanipuliert oder nicht, kaum zu beantworten ist.

Eine Warnung: Die Süßlupine hat eine giftige Verwandte. Die Lupine am Straßenrand ist nicht zum Verzehr geeignet. Der Griff in die Kühltheke ist weniger gefährlich. Doch auch hier ein kleiner Wehmutstropfen: Eis bleibt Eis und damit eine süße Leckerei mit viel ungesundem Zucker.