Ohne Nitrat : kein Nüssli- und kein Kopfsalat!

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen**

Band (Jahr): **61 (1988)**

Heft 4: **Sondernummer aus Anlass des 75-Jahr-Jubiläums 1913-1988**

PDF erstellt am: **02.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-519351

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Ohne Nitrat: Kein Nüssli- und kein Kopfsalat!

(SGU/es) Mit diesen Worten war unlängst ein von der SGU herausgegebenes Pressecommuniqué übertitelt. Heute ist weitherum bekannt, dass im Gemüse, dem Trinkwasser und in der Erde Nitrat vorhanden ist. Seit einigen Jahren verkünden dies die Massenmedien mehr oder weniger regelmässig während den Wintermonaten. Was leider aber kaum gesagt, bzw. geschrieben wird, ist die Tatsache, dass alle Pflanzen für das Wachstum Nitrat brauchen. Den für Wachstum und Leben unentbehrlichen Stickstoff entnimmt die Pflanze grösstenteils als Nitrat-ion (NO_3) dem Boden. Ein Teil davon geht in die Blätter und wird dort mit Hilfe von Licht und Wärme in Proteine, Enzyme usw. umgewandelt. In lichtarmen Monaten kann es geschehen, dass mehr Nitrat aufgenommen wird als die Pflanze verarbeiten kann. Das überschüssige Nitrat wird dann in Stengeln und Blattrippen «eingelagert». Dieser Vorgang ist durchaus normal. Auch in krautigen Pflanzen, die an natürlichen Standorten z. B. Brennesseln, welche in ungedüngten Wäldern wachsen, finden sich beträchtliche Nitratgehalte. Man weiss auch, dass Nitrat im menschlichen Körper in geringem Ausmass zu Nitrit umgewandelt werden kann. Nitrit kann im Magen mit Aminen, die in der Nahrung vorkommen, Nitrosamine bilden. Letzteren wird zugeschrieben, schädlich oder gar kanzerogen zu sein. Unbekannt ist allerdings, welche Mengen dieser Nitrosamine im Magen gebildet werden und welche Bedeutung sie für den Menschen haben.

Dr. R. Battaglia, Kantonschemiker in Zürich, schrieb kürzlich in einem Fachartikel:

«Die ganze, nur theoretisch untermauerte Argumentation eines solchen Risikos stützt sich ausschliesslich auf Reagenzglas- und Tierexperimente; die ersteren haben äusserst wenig mit physiologischer Realität zu tun und die letzteren wurden durchwegs in hohen Dosisbereichen durchgeführt.

Zieht man zusätzlich dazu in Betracht, dass die Nitratgehalte im Winterkopfsalat bereits seit Jahrzehnten im selben Bereich liegen und somit die Bevölkerung bereits seit längerer Zeit (wenn nicht von jeher!) mit hohen Nitratzufuhren lebt, wird klar, dass eine erhöhte Krebsrate schon längst hätte auffallen müssen, wenn Nitrat tatsächlich so fürchterlich schlimm wäre!»

Übrigens, die Urform des Kopfsalates stammt aus der Lattichpflanze. Die Züchtungsanfänge von der blätterigen Salatpflanze bis zum heutigen Kopfsalat liegen rund 500 Jahre zurück. Das 75-jährige Jubiläum des Schweizerischen Fourierverbandes erscheint in diesem Vergleiche geradzu jung. Es ist aber eine enorme Leistung, die Verantwortlichen der Armeeküche während einem Dreiviertel-Jahrhundert korrekt und präzise zu informieren; die Schweizerische Gemüse-Union gratuliert dem Verband zu diesem Jubiläum bestens.

Das aktuelle, günstige Gemüseangebot im Monat April:

Karotten, Knollensellerie, Weisskabis, Wirz

Kopfsalat, Lattich, Cicorino rosso und verde, Gurken (Import)

als Frühlingsboten:

Löwenzahn, Radiesli, Rhabarber (eher etwas teuer)

Man merke sich: Der besondere Wert der Gemüse liegt vor allem im hohen Gehalt an Mineralsalzen und Vitaminen. Alle Gemüse sind wichtige Schutzstoffträger und müssen daher richtig und sorgfältig zubereitet werden.