

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 53 (1996)
Heft: 5: Muttermilch : damit es ein Prachtkind wird

Rubrik: Blick in die Welt

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Fettfreies Fett in Sicht?

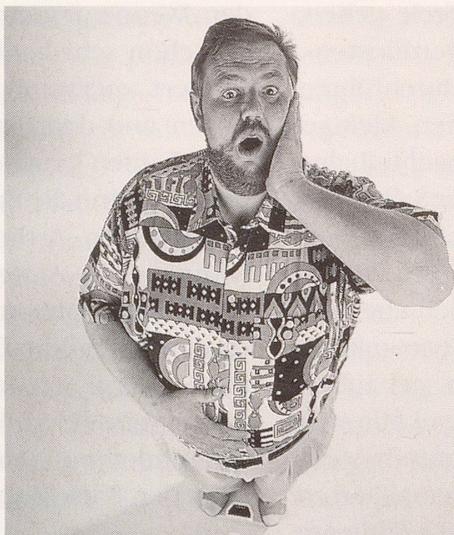
Es schmeckt nach Fett, sieht aus wie Fett, ist aber kein Fett. Es verursacht weder Schwabbelbauch noch Doppelkinn und existiert (vorläufig) nur in den USA - also dort, wo die Lust dem Geschmack sowieso meist um die Länge einer wenig empfindlichen Nase vorausgeht. Gemeint ist «Olestra», der weltweit erste künstliche Fettersatz, den kürzlich die amerikanische Firma Procter & Gamble (P & G) entwickelt hat.

«Olestra» besteht aus sechs bis acht Fettsäuren, die so an ein Zuckermolekül gekettet sind, dass der Körper sie nicht verwerten kann. «Olestra»: Das Fett, das sich im Tarnanzug der Fettlosigkeit durch Magen und Darm schleust, ohne dass es der Körper aufnehmen kann. Das Kunstfett eignet sich vorerst nur für Salat-Dressings und einige Chipsarten

sowie zum Backen und Braten. Vorbei sind die Zeiten der versteckten Fette, die «Zukunft des fettlosen Knabberspases», so der Forschungsdirektor der US-Firma, heisst «Olestra».

Wie immer in solchen Fällen: Auch die Skeptiker sind sofort zur Stelle. Vitamine, so sagen sie, seien im Fett *und* in «Olestra» löslich. Nicht nur das Fett werde unbehelligt ausgeschieden, auch die Vitamine. Zudem: Bei einigen Testessern seien «Krämpfe, weicher Stuhl und fäkaler Notstand» aufgetreten.

Allen mahnenden Stimmen zum Trotz: «Olestra» wird, natürlich in verbesserten Auflagen, früher oder später in den USA auf den Markt kommen. Und auch bei uns wird man sich dereinst wohl mit fettlosem Fett die Pfunde vom Leib knabbern. Was das mit Gesundheit zu tun hat? Gar nichts. • CU



GESUCHT: Vollwertkoch/-köchin des Jahres 1996/97

Welches ist die kreativste Vollwertköchin, welches der geschickteste Vollwertkoch? Der Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e.V. (UGB) in Giessen will es wissen. Seit 1987 ermittelt der UGB im Zweijahresrhythmus den Meister oder die Meisterin der vollwertigen Cuisine. Zum Mitmachen eingeladen sind alle Berufsköche und -köchinnen, die ihren Beruf in Deutschland, der Schweiz oder Österreich ausüben.

Und so wird's gemacht: Für die Vorauswahl müssen die Teilnehmer drei Vollwertmenüs nach bestimmten Kriterien - z.B. geringe Fettmenge, Kostenvorgabe, saisonale Zutaten - schriftlich erarbeiten. Aus den eingesand-

ten Menüs wählt die Jury anschliessend die vier besten Teilnehmer aus und lädt sie zum Wettkochen ein. Achtung: Einsendeschluss ist der 31. Oktober 1996.

Der Gewinnerin oder dem Gewinner der Endausscheidung winken vollwertige Preise: eine Urkunde, ein attraktiver Geldpreis und darüber hinaus eine Woche Urlaub in Portugal für zwei Personen. Auch die Zweit- und Drittplazierten erhalten eine Auszeichnung in Form einer Urkunde sowie eines Geldpreises.

Die Ausschreibungsunterlagen können angefordert werden bei: UGB, Keplerstrasse 1, D 35390 Giessen, Tel. D 0641/77785, Fax 0641/78568 (Frau Wiebke Franz). • CU