Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 1: Salutogenese

Vorwort: Editorial
Autor: Rawer, Claudia

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

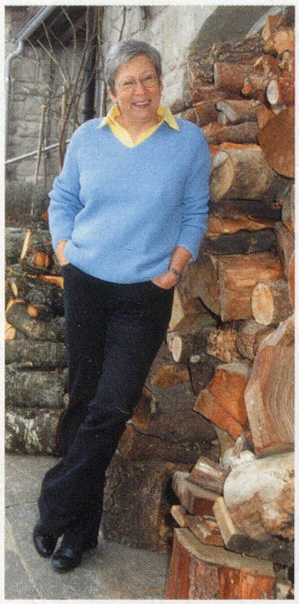
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans 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: 08.08.2025

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

Getrübte Gaumenfreuden



Claudia Rawer
c.rawer@verlag-avogel.ch

Liebe Leserinnen und Leser

«Essen – mit Lust und ohne Angst» rät uns GN-Autor Adrian Zeller in diesem Heft. Der Mann hat gut reden: Sollte uns zu Zeiten von «Analogkäse» und gepresstem Fischeiweiss in Garnelenform nicht doch lieber der Appetit vergehen?
Natürlich hat Adrian Zeller Recht, wenn er dafür plädiert, nicht vor lauter Bedenken die Lust am Genuss zu verlieren. Aber gerade wenn man gerne isst, gerne kocht und sich bewusst ernährt, stösst einem doch immer wieder sauer auf, was die Lebensmittelindustrie uns so zumutet. Und damit meine ich nicht die grossen Skandale um dioxinbelasteten Mozarella oder verdorbenes Fleisch. Das kleine Ärgernis findet täglich und viel verdeckter statt.

Was beispielsweise hat Zucker oder gar Glukosesirup in Salami, Salsiz und Cervelat verloren? Ist das zur Geschmacksabrundung wirklich notwendig? Nein – denn es geht ja auch ohne. Wieso darf ein «Smoothie» der Geschmacksrichtung «Cranberry & Himbeere» zu drei Vierteln aus Äpfeln, Bananen und Orangen bestehen? Nicht die Tatsache als solche verstimmt, denn schliesslich sind auch Äpfel und Bananen gut und gesund. Was ärgert, ist, dass statt der teuren Beeren billigere Früchte den Hauptanteil ausmachen – und der Verbraucher mit dem Namen des Drinks arglistig getäuscht wird. Wieso darf ein Produkt als «light», also kalorienarm, firmieren, wenn die Kalorienersparnis gegenüber dem konventionellen Produkt gerade mal zwischen einem und drei Prozent beträgt? Und ist es nicht Betrug, wenn ein «light»-Eistee genausoviel Kalorien wie das Normalprodukt hat, aber um 360 Prozent (!) teurer ist?

Müssen wir uns das antun? Nein, meine ich, und deshalb kommt mir solches Zeug nicht in die Küche. Alfred Vogels Leitsatz: «In der Natur ist uns alles gegeben, was wir zum Schutz und zur Erhaltung unserer Gesundheit brauchen» gilt auch für meinen Kochtopf.

Bleiben Sie gesund!

Herzlichst Ihre

Claudia Rawer

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
info@verlag-avogel.ch
Internet:
www.gesundheits-nachrichten.ch