

Bundesweite Erhebung von Kochsalz in Brot

Daten aus dem Max Rubner-Institut

Die Kochsalzgehalte in deutschen Backwaren haben sich in den letzten sechs Jahren nicht verringert. Das Max Rubner-Institut hat 2018 eine bundesweite Erhebung von Kochsalz in Brot und Backwaren durchgeführt und nun abgeschlossen. Der überwiegende Anteil aller untersuchten Proben hatte Kochsalzgehalte von 1,3 bis 1,6 Prozent in der Frischbackware mit Ausnahme von Weizenkleingebäck, das überwiegend Gehalte von 1,6 Prozent enthielt. Verglichen mit den vom MRI gemessenen Werten von 2012 hat sich bei den mittleren Gehalten der Proben nicht viel geändert, auffällig ist jedoch die Zunahme der Streubreite der Kochsalzgehalte in Weizenkleingebäck, Roggenmischbrot und Roggenschrotbrot. Bei diesen Gebäcktypen wurden deutlich höhere Maximalwerte als 2012 gefunden. Dabei waren die Kochsalzgehalte der Roggenschrotbrote mit 1,35 Prozent Kochsalz im Frischgebäck im Jahr 2018 und 1,31 im Jahr 2012 über alle untersuchten Gebäcktypen am höchsten, die im Weizenkleingebäck von 1,73 im Jahr 2018 und 1,74 im Jahr 2012 am niedrigsten.

Interessant ist der Blick auf Nord-West-Ost- und Süddeutschland: während sich beim Weizenkleingebäck die Regionen Nord und West mit deutlich höheren Werten vom Osten und Süden unterscheiden, so sticht der Süden beim Weizenbrot mit höheren Werten hervor, wohingegen beim Roggenschrotbrot Süd und Nord eine Allianz der niedrigeren Werte bilden. Nur beim Roggenmischbrot sind die Unterschiede über die Regionen hinweg marginal.

Brot ist eine der Hauptquellen für die Kochsalzzufuhr in Deutschland, das belegte schon die Nationale Verzehrsstudie II und das Ernährungsmonitoring des Max Rubner-Instituts. Dies liegt einerseits am relativen hohen Brotverzehr im Land, daran, welche Backwaren verzehrt werden – aber auch an den bisherigen Salzgehalten im deutschen Brot, für die das Max Rubner-Institut Reduktionspotenzial sieht.

Mitarbeiter des Instituts für Sicherheit und Qualität bei Getreide im Max Rubner-Institut haben bundesweit jeweils 70 Weizenbrote, Weizenmischbrote, Roggenmischbrote, Roggenschrotbrote und Weizenkleingebäck eingekauft, analysiert und ausgewertet. Relevant für die Bewertung ist der Median, also dem Wert, der die obere Hälfte der Ergebnisdaten von denen der unteren Hälfte teilt. Da die Extremwerte so anders als beim Durchschnittswert nicht berücksichtigt werden, ist der Median besser geeignet, die Situation einzuschätzen. Analysiert wurde jeweils der Chloridgehalt in den Proben.

[Kochsalzgehalte in Backwaren, zweite bundesweite Erhebung 2018](#) (pdf)

Abschlussbericht, Stand: Februar 2019

[Bundesweite Erhebung von Kochsalzgehalten in Backwaren](#) (pdf)

Stand: 2012