

Wenn die Nuss nicht schmeckt

Gefahr durch Schimmelpilzgifte - Monitoring liefert neue Ergebnisse

In der Adventszeit werden wieder die Nussknacker ausgepackt. Doch beim Verzehr von Nüssen ist Vorsicht geboten. Wenn sie untypisch, gar muffig oder bitter schmecken, sollten sie gleich ausgespuckt und nicht heruntergeschluckt werden, empfehlen Ernährungsfachleute. Denn die Nüsse könnten mit Schimmelpilzen und deren Giften belastet sein. Und das Tückische dabei ist, dass Mykotoxine (Pilzgifte) nicht mit bloßem Auge erkannt und nicht gerochen werden können, warnt das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL).

Nüsse werden häufig von den Schimmelpilzarten *Aspergillus flavus* und *Aspergillus ochraceus* befallen. Diese bilden, bevorzugt in warmer und feuchter Umgebung, die Mykotoxine *Aflatoxin* und *Ochratoxin A*, welche **schon während der Ernte und des Transports**, aber auch während der Vorratshaltung gebildet werden.

Sie können bei Menschen zu unterschiedlichen Krankheiten führen, die Entstehung von Krebs begünstigen, Nieren und Leber schädigen, das Immunsystem beeinträchtigen oder Durchfall und Erbrechen verursachen. Mykotoxine sind für Verbraucher auch **deshalb so gefährlich**, weil sie **nicht** durch hohe Temperaturen beim Kochen, Braten und Backen zerstört werden.

Die Auswertung der im Jahr 2019 von Deutschland in das **Schnellwarnsystem** eingestellten Meldungen zu Mykotoxinen in Nüssen lieferte folgendes Bild:

- Es gab insgesamt 48 Meldungen zu Aflatoxinen in Nüssen, entsprechende Meldungen zu Ochratoxin A wurden nicht verzeichnet.
- Bei 86 % der Meldungen handelte es sich um **Grenzzurückweisungen** bei der Einfuhr. Das heißt, dass diese Produkte nicht auf den EU-Binnenmarkt gelangt sind.
- Hauptsächlich betroffen waren Pistazien (44 %) und Erdnüsse (33 %).

Die Hauptherkunftsländer der Nüsse mit Höchstgehaltsüberschreitungen von Aflatoxinen sind die Türkei (46 % der Meldungen) und Ägypten (27 % der Meldungen).

Weitere Untersuchungsergebnisse aus dem Monitoring 2019

Im Jahr 2019 wurden im repräsentativen Monitoring 104 Proben Pistazien, 77 Proben Walnüsse und 220 Proben Mandeln (ganz und gemahlen) auf Aflatoxine und Ochratoxin A untersucht. Insgesamt wurden nur in Einzelfällen **erhöhte Mykotoxin-Gehalte** verzeichnet.

Aflatoxine

In **Walnüssen** waren Aflatoxine nicht quantifizierbar, in geringem Umfang in Pistazien (10 %). Interessant ist der große Unterschied in den Anteilen quantifizierbarer Gehalte zwischen gemahlenen (68 %) und ganzen (3 %) Mandeln. Hier kann angenommen werden, dass die größere Oberfläche des Mahlprodukts **mehr Eintrittsmöglichkeiten für die Schimmelpilze** bietet. Mit zunehmender Lagerdauer steigt somit das Risiko einer Aflatoxinbildung bei gemahlenen Mandeln

gegenüber dem unverarbeiteten Produkt.

Ochratoxin A

Mandeln waren den Proben zufolge **nur gering kontaminiert**, wobei auch hier signifikante Unterschiede im Anteil der quantifizierbaren Gehalte zwischen dem gemahlten Produkt (10 %) und den ganzen Mandeln (2 %) zu verzeichnen waren. Bei Walnuss-Proben konnte nur in einem Fall Ochratoxin A quantitativ mit sehr niedrigem Gehalt bestimmt werden. Im Bericht zum Monitoring wird empfohlen, die Ochratoxin A-Gehalte in Pistazien und Mandeln weiter zu beobachten.

Was Verbraucher beachten sollten

Konsumenten können selbst auch zum Schutz vor Mykotoxinen beitragen. So sollten sie Lebensmittel stets trocken und kühl lagern. Fallen beim Schälen der Nüsse Verfärbungen und unangenehme Gerüche auf, sollten sie nicht verzehrt werden. Dies gilt generell für Lebensmittel, die muffig riechen oder bereits von sichtbarem Schimmel befallen sind.

Hintergrund

Für die Sicherheit der Lebensmittel ist zunächst der Hersteller verantwortlich, der durch Eigenkontrollen sicherstellen muss, dass von dem von ihm hergestellten Lebensmittel keine negativen Auswirkungen auf die Gesundheit des Verbrauchers ausgehen. Über die Eigenkontrollen der Wirtschaft hinaus entnehmen Mitarbeiter der amtlichen Lebensmittelüberwachung Lebensmittelproben, die in amtlichen Untersuchungslaboratorien analysiert werden.

Weiterführende Informationen

- Monitoring 2019:
www.bvl.bund.de/monitoring
- Europäische Schnellwarnsysteme:
www.bvl.bund.de/schnellwarnsysteme
- Niedersächsisches LAVES zum Thema Nüsse:
www.laves.niedersachsen.de/startseite/lebensmittel/lebensmittelgruppen/nusse/nuesse-auf-dem-pruefstand-92254.html
- Bundeszentrum für Ernährung zum Thema Nüsse:
www.bzfe.de/lebensmittel/vom-acker-bis-zum-teller/nuesse/nuesse-verbraucherschutz