

Salzgehalt im gewerblich hergestellten Brot erfolgreich reduziert

Zu viel Salz gefährdet die Gesundheit. Das BLV verfolgt deshalb im Rahmen der Schweizer Ernährungsstrategie das Ziel, die Salzaufnahme der Bevölkerung bis Ende 2016 zu reduzieren und gleichzeitig darauf zu achten, dass die Jodversorgung der Bevölkerung in der Schweiz gewährleistet ist.

Mit einer durchschnittlichen Salzaufnahme von rund 9g pro Person und Tag liegt die schweizerische Bevölkerung über dem von der WHO empfohlenen Niveau von 5 g pro Person und Tag. Das BLV verfolgt deshalb das Ziel, die Salzaufnahme bis Ende 2016 auf 8 g pro Person und Tag zu reduzieren. Den grössten Anteil der täglichen Salzaufnahme machen die verarbeiteten Lebensmittel mit 70–80 % aus, davon entfallen auf Brot und Backwaren gut 20 %.

Das BLV hat mit dem Schweizerischen Bäcker-Confiseurmeister-Verband (SBC) und in Zusammenarbeit mit den Kantonschemikern im August 2014 ein nationales Brotmonitoring durchgeführt. Ziel des Brotmonitorings war, einen aktuellen Überblick über die Salzgehalte in gewerblich hergestellten Ruch- und Halbweissbroten auf dem schweizerischen Markt zu gewinnen. Dafür wurden in den Laboratorien des BLV insgesamt 335 Brotproben aus 171 Bäckereien in der ganzen Schweiz analysiert. Der mittlere Salzgehalt der untersuchten Brote lag bei 1,46 g pro 100 g. Damit liegt er im Bereich der vom BLV und dem SBC empfohlenen Menge von unter 1,5 g pro 100 g. Es zeigt aber auch, dass die Hälfte der untersuchten Brote einen Salzgehalt aufweist, der über den Empfehlungen liegt.

2011 wurde in einer Studie der Schweizerischen Hochschule für Landwirtschaft (SHL) im Schnitt ein Salzgehalt von 1,74 g pro 100 g gemessen. Im Vergleich zu dieser Untersuchung weisen die Brote heute einen tieferen Salzgehalt auf. Dennoch besteht weiterhin Handlungsbedarf, da rund die Hälfte der untersuchten Brote einen zu hohen Salzgehalt aufweist.

Jod ist ein essenzielles Spurenelement, wichtig für die Bildung der Schilddrüsenhormone. Da in der Schweiz kein natürliches Vorkommen für Jod vorhanden ist, wird seit den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts das Speisesalz jodiert. Frühere Abklärungen haben ergeben, dass Brot in der Schweiz die bedeutendste Quelle für Jod ist. Somit kommt den **gewerblichen Bäckereien** eine besonders grosse Verantwortung zu. **Sie sollen deshalb für die Brotproduktion ausschliesslich jodiertes Salz verwenden.** Im Rahmen des Brotmonitorings wurde eine Befragung bei den 171 Betrieben über den Einsatz von jodiertem Salz durchgeführt. Die Umfrage hat gezeigt, dass **eine Mehrheit (86,6 %)** der Betriebe sich ihrer Verantwortung bewusst ist und **jodiertes Salz einsetzt**. Von den Bäckereien, die kein jodiertes Salz verwenden (9,9 %), gaben 2 Betriebe an, Meersalz zu verwenden. Die Beweggründe, auf jodiertes Salz zu verzichten, gingen aus der Befragung nicht hervor.

Das in der Salzstrategie festgehaltene Ziel, den Salzgehalt in verarbeiteten Lebensmitteln zu senken, konnte beim Brot dank der guten Zusammenarbeit mit dem SBC teilweise realisiert werden. Erfreulich war festzustellen, dass die untersuchten Betriebe mehrheitlich jodiertes Salz einsetzten.

Ebenfalls bewährt hat sich die Brotprobenbeschaffung durch den kantonalen Vollzug im Rahmen der regulären Betriebsinspektionen, ein Ansatz, der im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention so zum ersten Mal zum Tragen gekommen ist.

Das BLV wird zusammen mit dem SBC weitere Massnahmen anstreben und dessen Umsetzung begleiten. Dazu gehört beispielsweise eine weitere schrittweise Reduktion des Salzgehaltes in den nächsten Jahren im Rahmen der Schweizer Ernährungsstrategie 2017+. Die Jodversorgung der Bevölkerung, speziell der Risikogruppen wie z. B. Schwangere und Stillende, wird periodisch überwacht; falls notwendig kann das BLV Massnahmen ergreifen.

<http://blv-forschungsbericht.ch/salzreduktion/>