



Foto: HandmadePictures/iStock/Thinkstock

Weißer Zucker wird mit Tierkohle gewonnen und ist somit nicht vegan.

Nein, das stimmt nicht. Nach Aussagen der Wirtschaftlichen Vereinigung Zucker kommt bei der Herstellung von Zucker keine Tierkohle zum Einsatz. Möglicherweise stammt diese Behauptung aus einer Zeit, als weißer Zucker noch mittels Bleichmittel „weiß gemacht“ oder mittels Chemikalien „gebläut“ wurde. Heute wird Zucker aus Zuckerrüben ausschließlich durch physikalische Verfahren wie Filtration, Verdampfung und Kristallisation gewonnen. Nur ganz zu Beginn des Prozesses kommt eine chemische Reaktion zum Einsatz. Dabei wird der aus den Zuckerrüben extrahierte Rohsaft mit Kalk und Kohlensäure gemischt, um Nichtzuckerbestandteile abzutrennen. Der Kalk wird abgefiltert und als Düngemittel weiterverwendet. Im weiteren Verlauf entzieht man dem gereinigten Zuckerrübensaft durch Verdampfen Wasser, bis sich Zuckerkristalle bilden. Diese trennt man in der Zentrifuge ab. Übrig bleiben weißer Zucker und eine dunkelbraune Restflüssigkeit, die sogenannte Melasse.

Man findet im Urlaub kaum Hotels mit reiner Veggie-Küche. Oft gibt es für Vegetarier nur ein Alibiangebot.

Das stimmt nicht. Gerade in den vergangenen zwei Jahren hat sich hier viel getan. Rund 600 Pensionen, Bed & Breakfast-Häuser und Hotels gibt es zurzeit, die sich ganz auf Vegetarier und Veganer eingestellt haben - und in der Küche komplett auf Fleisch und Fisch verzichten, so Thomas Klein vom Internetportal www.veggie-hotels.de. Der Reisefachmann ist mit mehreren Hundert Unterkünften in Kontakt getreten und hat sich den Verzicht auf Fleisch und Fisch bestätigen lassen. Zudem hat er das jeweilige Angebot gesichtet und so ausgewertet, dass in der „Suche“ gefiltert werden kann, ob vegetarisch oder vegan gegessen werden soll und es möglicherweise noch andere Einschränkungen gibt, etwa bezüglich Gluten und Lactose.

Von einfacher Landhausküche bis hin zum Sterneangebot ist in den Angeboten aus 60 Ländern alles zu finden.

VeggieHotels
konsequent vegetarisch



Salate aus offenen Kühltheken sind oft mit Keimen belastet.

Das stimmt leider. Geschnittenes Gemüse ist generell für Keime anfällig, denn beim Schneiden werden die Schale verletzt und Zellen zerstört. Weitere Zutaten wie Mayonnaise und Eier erhöhen dann noch einmal zusätzlich das Risiko für Keime und Verderb. Es gibt aber einige Dinge, auf die Freunde der Salattheke in Supermärkten (und auch Restaurants) achten können. So ist die Hygiene nur bei einer optimalen Kühlung von maximal plus sieben

Grad gewährleistet. Außerdem sollte es eine Abschirmung aus Glas oder Plexiglas geben. Der Laden sollte nur den Bedarf für zwei bis drei Stunden bereitstellen. Nach Betriebsschluss dürfen die in der Theke vorhandenen Lebensmittelreste am Folgetag nicht noch einmal – auch nicht mit frischer Ware vermischt - angeboten werden.

Leider können Kunden in der Regel nicht erkennen, ob ein Supermarkt all diese Vorgaben einhält.

Foto: gbbh007/iStock/Thinkstock