



Verbraucherzentrale Südtirol  
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen  
la voce dei consumatori*

## Verbraucherzentrale Südtirol

Zwölfmalgreiner Straße 2

39100 Bozen

Tel. 0471 975597

info@verbraucherzentrale.it

---

### Ist Zitronensäure schädlich?

Mo, 19.06.2017 - 14:01

Zitronensäure kommt natürlich beispielsweise in Obst vor. In der Lebensmittelindustrie wird Zitronensäure künstlich hergestellt und als Zusatzstoff E 330 vielen Produkten als Säuerungsmittel oder Antioxidationsmittel zugesetzt. Zitronensäure gilt als gesundheitlich unbedenklich, bei häufiger Aufnahme greift die Säure jedoch den Zahnschmelz an und begünstigt die Entstehung von Karies. Besonders stark geschädigt wird der Zahnschmelz durch Lebensmittel, die neben Zitronensäure auch noch viel Zucker enthalten und zudem längere Zeit im Mund verbleiben, die Zähne umspülen oder an den Zähnen haften. Säurehaltige Erfrischungsgetränke (Cola, Limonade, Eistee) und Süßwaren wie Bonbons und Fruchtgummi sollten daher nicht im Übermaß verzehrt werden. Solche Getränke sollten kleinen Kindern deshalb auch niemals in der Nuckelflasche oder -tasse angeboten werden.