



Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen
la voce dei consumatori*

VZS-name

VZS-str

VZS-plz

VZS-tel

info@verbraucherzentrale.it

Ist Zitronensäure schädlich?

Mon, 06/19/2017 - 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.