Krebsverdächtige Fettschadstoffe in Fischstäbchen entdeckt

geschrieben von Redakteur | August 24, 2023

Verbrauchermagazin ÖKO-TEST hat Fischstäbchen getestet

Elf von 19 Produkten sind laut einer Mitteilung des Verbrauchermagazins ÖKO-TEST mit 3-MCPD-Fettsäureestern belastet, die hauptsächlich beim Erhitzen von pflanzlichen Frittierfetten entstehen. Die Internationale Agentur für Krebsforschung (IARC) stuft den Fettschadstoff 3-MCPD, der sich während der Verdauung von der entsprechenden Esterverbindung abspaltet, als möglicherweise krebserregend für den Menschen ein. Bei den „mangelhaften“ Golden Seafood Fischstäbchen von Aldi Süd und den „ungenügenden“ von Eismann kritisiert ÖKO-TEST zusätzlich den Fettschadstoff Glycidol. Laut der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat sich dieser im Tierversuch bereits als krebserregend und erbgutschädigend erwiesen. „Seit unserem letzten Test hat sich in Sachen Schadstoffbelastung nicht viel getan. Die Anbieter müssen aus unserer Sicht schneller und konsequenter ihre Vorgänge optimieren. Lösungen, die

Entstehung von Fettschadstoffen zu vermeiden, gibt es schließlich“, sagt Kerstin Scheidecker, ÖKO-TEST-Chefredakteurin. Immerhin: Einige Anbieter melden den Verbraucherschützern, Filtersysteme für das Frittieröl und Optimierungen eingeführt zu haben.

Im Test bewertet ÖKO-TEST auch die Herkunft des Fisches und die eingesetzten Fangmethoden

Ausgerechnet die zwei Produkte aus dem Bio-Laden von Alnatura und Followfood überzeugen die Verbraucherschützer in puncto nachhaltiger Fischfang am wenigsten. Followfood verschleiert aus Sicht des Meeresbiologen Dr. Rainer Froese vom Geomar Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung Kiel, der ÖKO TEST zum nachhaltigen Fischfang wissenschaftlich beraten hat, sogar den kritischen Einsatz von Grundscherbrettnetzen, indem das Unternehmen keine klaren Angaben auf der Verpackung macht. ÖKO-TEST sieht diese Fangmethode als besonders kritisch, da sie maßgeblich zu einer langanhaltenden Zerstörung der Meeresböden beiträgt.

Testsieger sind sechs Produkte mit dem Gesamturteil „gut“ – darunter auch die beiden günstigen Produkte Ocean Sea Fischstäbchen von Lidl und die Sea Gold Fischstäbchen von Netto.

Vegane Fischstäbchen im Test: Pflanzenbasiert ist nicht automatisch gesund

Immerhin stecken in den veganen Fischstäbchen seltener Fettschadstoffe als im tierischen Original. In der Summe kann ÖKO-TEST trotzdem nur zwei Produkte mit „gut“ empfehlen. Die Fischstäbchen von Iglo und von der Kaufland-Eigenmarke.

Im Test: zwölf vegane Stäbchen auf Basis von Weizen, Soja, Reis oder Gemüse. ÖKO-TEST kritisiertvor allem zugesetzte (natürliche) Aromen, enthaltene Fettschadstoffe und Keime sowie Mineralölbestandteile. Zwei „gute“ Produkte sind zu empfehlen. Grundsätzlich gilt aber: Egal ob Fisch oder Pflanzen – panierte frittierte Stäbchen sind bestimmt nicht die gesündeste Variante. Weitere Informationen und den aktuellen Test finden Sie in der September Ausgabe des ÖKO-TEST Magazins und unter: www.oekotest.de

Quelle: Pressemitteilung OKÖ-TEST