

# Experteninterview

mit Hans Blum, dipl. Lebensmittelingenieur ETH + Leiter Entwicklung bio-familia AG



## 1. Wohin gehen die Trends in der Ernährung im Bereich Müesli?

Generell ist die Gesundheitsorientierung nach wie vor gross im Trend. Dabei wird Müesli per se von den meisten Konsumenten als gesund wahrgenommen.

Die Bedürfnisse der Konsumenten richten sich immer mehr nach Produkten mit weniger Zucker, weniger Fett, einfacheren Rezepturen und Wissen um die Herkunft der Zutaten. Gleichzeitig werden beim Geschmack aber keine Kompromisse eingegangen.

## 2. Was bietet das neue familia pure balance Mandeln & Honig?

Das familia pure balance enthält feinen Honig und ganze, im Hause sorgfältig kontrollierte und nach traditioneller Art geröstete Mandeln. Das Beste aus dem Hafer bietet den Konsumenten einen gesundheitlichen Nutzen. Denn Hafer enthält von Natur aus einen hohen Anteil der Nahrungsfaser Beta-Glucan. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Hafer-Beta-Glucan den Cholesterinspiegel im Blut nachweislich verringert. Eine Senkung des Cholesterinwertes kann das Risiko einer koronaren Herz-Kreislaufkrankung senken.

## 3. Stellt die Senkung des Cholesterinwertes ein Bedürfnis bei den Konsumenten dar?

Herz-Kreislauf-Krankheiten sind häufigste die Todesursache in der Schweiz (Quelle: Schw. Ernährungsbericht 2012). 72% der Schweizer messen der Ernährung einen grossen Einfluss auf Krankheiten bei (Quelle: SGE 2009). Gleichzeitig denkt 9% der Bevölkerung, zu hohes Cholesterin zu haben (Quelle: SGE 2009). Eine Umfrage zeigt, dass 83% der Konsumenten die Senkung des Cholesterinspiegels mit Müesli interessant finden.

## 4. Kann der Cholesterinspiegel wirklich mit einem Müesli gesenkt werden?

Die positive Wirkung von Hafer-Beta-Glucan auf den Cholesterinwert wurde in über 60 wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Darauf stützte sich die Europäische und Schweizerischen Bewilligungsbehörde, als sie die Gesundheitsaussage zur Wirkung von Beta-Glucan genehmigte.

Die Einnahme von mindestens 1 g Hafer-Beta-Glucan pro Portion regt die Bildung von Gallensäure aus Cholesterin an, was dazu führt, dass weniger Cholesterin ins Blut gelangt. So kann der Cholesterinwert auf natürliche Weise messbar gesenkt werden. Nebst der ausgewogenen Ernährung gibt es weitere wichtige Faktoren, die einen massgeblichen Einfluss auf die Cholesterinwerte haben wie z.B. Vererbung, Bewegung, Übergewicht, Rauchen, Alkohol etc.

## 5. Wie viel familia pure balance muss täglich konsumiert werden um die gesundheitliche Wirkung zu erzielen?

Die positive Wirkung von Beta-Glucan stellt sich beim Konsum bei ca. 3 g Hafer-Beta-Glucan pro Tag ein. Eine Portion (50 g) familia pure balance Mandeln & Honig enthält 1/3 des Tagesbedarfs an Hafer-Beta-Glucan. Produkte mit Hafer-Beta-Glucan sollten über mehrere Wochen regelmässig gegessen werden, um einen positiven Effekt auf den Cholesterinwert zu erlangen.

## 6. Kann familia pure balance präventiv gegessen werden?

Eine Wirkung auf den Cholesterinspiegel wird nur solange erzielt, als familia pure balance mit Beta-Glucan regelmässig gegessen wird. Eine präventive Wirkung ist daher schwierig.

## 7. Ist familia pure balance mit Hafer-Beta-Glucan noch natürlich?

Das Haferkorn enthält von Natur aus einen hohen Anteil der Nahrungsfaser Beta-Glucan. Es werden dem Müesli keine künstlichen Stoffe zugefügt – alles ist Natur pur.

## 8. Wer darf das familia pure balance essen?

Das Knuspermüesli richtet sich an alle gesundheitsbewussten Personen jeglichen Alters. Im Spezifischen kann es Personen mit erhöhtem Cholesterinspiegel bei der Senkung der Werte unterstützen. familia pure balance eignet sich für alle Personen, auch jene ohne Cholesterinprobleme. Dank seinem feinen Geschmack und seiner Knusprigkeit spricht es die ganze Familie an. Aufgrund des reduzierten Zucker- und erhöhtem Nahrungsfasergehalts eignet es sich auch hervorragend für Kinder.

## 9. Wieso enthält das familia pure balance Knuspermüesli 30% weniger Zucker?

Den Konsumenten ist es ein Anliegen, dass wir den Zuckeranteil in den Knuspermüesli verringern. Im Durchschnitt enthalten die im Schweizer Detailhandel angebotenen Knuspermüesli 25 Gramm Gesamtzucker pro 100 g Müesli. familia pure balance enthält lediglich 15% Zucker, wobei 1/3 davon aus dem zugegebenen Honig stammt. Auf die Zugabe von Kristall- bzw. Haushaltszucker wird konsequent verzichtet.