Brot-Weltmeister Deutschland: Deutsche essen 83 kg Brot und Backwaren im Jahr

Brot-Weltmeister Deutschland: Deutsche essen 83 kg Brot und Backwaren im Jahr

(aid) - Zuhause ist es doch am schönsten. Trotz des Erholungswertes in den Sommerferien ist man ja meist froh, wieder unbeschadet und hoffentlich ausgeruht wieder in den eigenen vier Wänden zu sein. Spätestens beim ersten Frühstück nach dem Urlaub weiß man, was einem vielleicht gefehlt hat. Zumindest nach Reisen ins Ausland. Denn Deutschland ist und bleibt "Brot-Weltmeister".
Über 90 Prozent der Bundesbürger essen täglich Brot und Backwaren. Nach den Jahresproduktionszahlen für Backwaren auf Grundlage der Verwendung von Brotgetreide-Mahlerzeugnissen im Backgewerbe und verwandten Bereichen ergibt sich für das Ende Juni abgelaufene Getreidewirtschaftsjahr 2011/12 eine durchschnittliche Backwarenmenge von 82,9 Kilogramm pro Kopf und Jahr. Mit dem leichten Rückgang um 2,4 Prozent (Vorjahr: 84,9 kg) entspricht dieser Wert in etwa dem langjährigen Mittel des gesamtdeutschen Backwarenverbrauchs. Diese Zahlen nannte die Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung (GMF) anlässlich der Jahrespressekonferenz des Verbandes Deutscher Mühlen Mitte August 2012 in Berlin.
Aus ernährungswissenschaftlicher Sicht sei das in diesem Jahr festgestellte Minus ein "Schrittchen" in die falsche Richtung, auch wenn es sich - mit auf den Tag umgerechnet nur sechs Gramm pro Kopf - lediglich um "ein paar Krümel weniger" handele, sagte GMF-Geschäftsführer Dr. Heiko Zentgraf in Berlin. "Dank ihrer günstigen Nährwert-Matrix können Getreideprodukte als Schlüssel-Lebensmittel dabei helfen, die Ernährung optimal zu gestalten", so der Ernährungswissenschaftler.
In der Tat sind Brot und Backwaren eine sehr gute Quelle für eine Reihe wichtiger Nährstoffe wie Ballaststoffe (Verdauung), B-Vitamine (Stoffwechsel und Immunabwehr) und zahlreicher Mineralstoffe und Spurenelemente (wichtig für Knochen, Nerven und Hormonbildung).
Als einfache Faustregel gilt: je höher die Typenzahl des Mehls, desto besser für den Körper. Sprich: Vollkorn ist am besten. Und im Land des Weltmeisters haben wir glücklicherweise eine so große Auswahl an Broten und Backwaren, dass man jeden Tag etwas Neues probieren könnte. Denn die Abwechslung macht erstens Spaß und zweitens fällt dann der Alltag nach dem Urlaub vielleicht etwas leichter.
Harald Seitz, www.aid.de

aid
Friedrich-Ebert-Straße 3
53177 Bonn
Deutschland
Telefon: 02 28/ 84 99-0
Telefax: 02 28/ 84 99-177
Mail: aid@aid.de
URL: http://www.aid.de

<img src="http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=505252" width="1" height="1">

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

aid.de
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einstürzt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren.Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengrecht und praxisorientiert.