
Stark variierender Salzgehalt von Fastfood

a -- Dunford E, Webster J, Woodward M et al. The variability of reported salt levels in fast foods across six countries: opportunities for salt reduction. CMAJ 2012 (12. Juni); 184: 1023-8

[\[LINK\]](#)

Wir essen zu viel Salz und durch den zunehmenden Konsum von Fertiggerichten und Fastfood verschärft sich das Problem, da diese in der Regel einen deutlich höheren Salzgehalt aufweisen als frisch zubereitete Nahrung. Internationale Fastfood-Ketten berufen sich auf produktionstechnische Einschränkungen, die es nicht erlauben würden, den Salzgehalt in ihren Produkten zu verringern. Dieses Argument ist wenig überzeugend, wie die vorliegende Studie belegt: Die Studienverantwortlichen stellten Angaben zum Salzgehalt von verschiedenen Fastfood-Produkten in verschiedenen Ländern und von verschiedenen Anbietern zusammen. Dabei zeigten sich grosse Unterschiede im Salzgehalt zwischen den verschiedenen Produkten, den verschiedenen Anbietern und den verschiedenen Ländern. Eindrücklich, dass sogar dasselbe Produkt desselben Anbieters in verschiedenen Ländern einen sehr unterschiedlichen Salzgehalt aufweisen kann, so enthalten beispielsweise «Chicken Nuggets» von McDonalds 1,6 g Salz pro 100 g in den USA, in Grossbritannien hingegen nur 0,6 g Salz pro 100 g.

Telegramm von Alexandra Röllin