

## **Wann ist „Bio“ wirklich gesünder?**

Baden-Württemberg ist das einzige Bundesland, das Bio-Produkte seit 5 Jahren auf den Reinheitsanspruch überprüft.

## **Warum geschieht dies nicht in Bayern?**

Ist es den Verbrauchern egal, was sie auf den Tisch bekommen?  
Wenn Ihnen Ihre Gesundheit und die Ihrer Familie am Herzen liegt,  
dann fordern Sie am besten mehr Transparenz.

**Die nachfolgende Liste zeigt die Ergebnisse von 2006.  
Messwerte von 2007 stehen noch aus.**

**Schwerpunktpraxis für Ernährungsmedizin BDEM**

Dr. med. Elfriede Imhof






Ludwigstr. 11, 85049 Ingolstadt

Tel: 0841-3708370

[dr.elfriede.imhof-ingolstadt@lycos.de](mailto:dr.elfriede.imhof-ingolstadt@lycos.de)

## Ergebnisse des Öko-Monitorings 2006

Frisches Obst und Gemüse aus Bio-Anbau nahezu rückstandsfrei - bis auf Kartoffeln

Produkte	Testergebnis Ökologische und konventionelle Ware im Vergleich	Fazit Ist Bio besser?
<b>Beerenobst</b> (u. a. Johannisbeeren, Tafeltrauben, Erdbeeren, Himbeeren)	Was die Rückstände an Pflanzenschutzmitteln betrifft, wurden die Experten beim Beerenobst aus konventionellem Anbau in 87 Prozent aller Fälle fündig, neun Prozent der Proben lagen über der Höchstmenge - insbesondere Johannisbeeren und Tafeltrauben. Beim Öko überschritten nur drei Prozent der Proben die als Öko-Grenze geltenden 0,01 Milligramm pro Kilogramm. Auch hier fielen Tafeltrauben besonders aus dem Rahmen.	Bio-Beeren sind im Vergleich zu konventionellen Früchten nicht zu schlagen. <b>Öko-Erfolgsquote: 97 Prozent.</b> Zugreifen! 
<b>Biowein</b>	Dieser Test lief außer Konkurrenz, denn hier griffen die Spezialisten aus Baden-Württemberg eine Frage ihrer Öko-Winzer auf: Kann ein Öko-Bauer auf seiner Parzelle spritzmittelfreien Weinanbau betreiben, wenn auf den Arealen rechts und links Pestizide benützt werden? 26 Proben von Öko-Wein zeigen: Ja, rückstandsfreier Anbau ist möglich!	Der Bio-Wein ist rein. 
<b>Blattgemüse</b> (u. a. Salate, Porree, Mangold, Küchenkräuter)	Ob Bataviasalat, Lollo oder Kresse - von 57 Proben Öko-Blattgemüse überschritten lediglich 3,5 Prozent die Öko-Belastungsgrenze für Pestizide. Anders in der konventionellen Sparte: 17 Prozent der Proben lagen über der zulässigen Höchstgrenze! Besonders hohe Beanstandungsquoten gab es bei Kopfsalat (29 %), Petersilie (47 %) und Rucola (63 %),	Bio-Blattgemüse mit einer 96,5-Prozent-Reinheitsquote <b>unerreichbar.</b> 
<b>Eier</b> aus ökologischer Haltung, Freiland Boden- und Käfighaltung	Die Tester fanden ähnlich hohe Schadstoffgehalte bei Eiern aus ökologischer Erzeugung wie bei Eiern aus konventioneller Freilandhaltung - freilaufende Hennen picken automatisch Gifte aus der Erde auf. Bodenhaltungs-Eier hingegen waren weniger mit giftigen Abfallstoffen wie Dioxin und dem Insektenbekämpfungsmittel DDT belastet. Am günstigsten schnitten Eier aus der Käfighaltung ab, weil hier der Kontakt mit der Umwelt entfällt.	Käfig-Eier sind schadstoffärmer als die Eier von glücklichen Bio-Hühnern. Hier entscheiden das Gewissen und der Tierschutzgedanke. 
<b>Exotische Früchte</b> (u. a. Mango, Maracuja)	Die Öko-Exoten schnitten bei Pestizid-Rückständen gut ab - bis auf eine Kaktusfeige aus Italien, die vermutlich nicht aus Öko-Anbau stammte. Bei den konventionellen Exoten lagen 12 Prozent (Kaktusfeigen, Mango, Physalis, Papaya) über der zulässigen Höchstmenge.	Klarer Gesundheitsvorsprung für Öko-Exoten. 

nach: Öko-Monitoring 2006 – CVUA Stuttgart - Chemisches und Veterinäruntersuchungsamt Stuttgart 70702 Fellbach, Postfach 1206










= Öko ist gesünder











= Öko ist besser, aber belastet



= Öko ist nicht gesünder

Produkte	Testergebnis Ökologische und konventionelle Ware im Vergleich	Fazit Ist Bio besser?
<b>Fisch</b> (u. a. Forelle, Lachs, Garnelen)	Der Begriff Bio oder Öko ist bei Fisch nicht geschützt, es gibt nur unverbindliche Richtlinien zur Aufzucht. Der Vergleich der Schadstoff- und Rückstandsgehalte zeigt: Ökologisch konventionell erzeugte Produkte unterscheiden sich nicht nennenswert! Insgesamt ist der Fisch höher belastet als Fleisch, vor allem mit DDT und PCB.	Fehlanzeige bei Öko-Fisch! Teurer, artgerechte Haltung, aber nicht viel gesünder als herkömmliches Meerestier. 
<b>Fleisch</b> (Geflügel, Rind, Schwein, Lamm, Wurstwaren)	Die Baden-Württemberger nahmen Schadstoffe und Rückstände bei Schweine-, Rind-, Lamm- und Geflügelfleisch sowie bei Wurstwaren unter die Lupe. Insgesamt 102 Proben aus ökologischer Produktion, 165 Proben aus konventioneller Aufzucht wurden getestet.  Ergebnis: Es gibt keinen Unterschied zwischen ökologisch und konventionell erzeugtem Fleisch. Im Gesamt-Ranking weisen Schweinefleisch und Wurstwaren geringere Schadstoffgehalte auf als Lamm-, Rind- und Geflügelfleisch.	Bio-Fleisch ist nicht schadstoffärmer als Ware aus konventioneller Aufzucht. Auch hier entscheidet der Verbraucher beim Kauf über artgerechte Tierhaltung. 
<b>Fruchtgemüse</b> (u. a. Tomaten, Gurken, Paprika)	Nur drei Prozent des Bio-Gemüses, vor allem Paprika und Tomaten, enthielten mehr Pestizide, als der Öko-Grenzwert erlaubt. Bei konventionellem Fruchtgemüse überschritten hingegen 12 Prozent (Paprika, Bohnen, Auberginen, Erbsen, Tomaten, Zucchini) den zulässigen Höchstwert!  In Paprika aus Spanien fanden die Tester illegal bezogene Gifte aus China!	Auch hier wieder ein vorbildlicher Gesundheitsfaktor bei der Bio-Ware! 
<b>Getreideerzeugnisse, Teigwaren</b> (u. a. Knäckebrot, Nudeln)	Der Vergleich der Pestizid- und Schadstoffrückstände beim Öko-Grenzwert zwischen Bio und konventionell ergibt: 24 zu 70 Prozent. Problematisch war Öko-Knäckebrot, das in 50 Prozent der Fälle Vorratsschutzmittel enthielt - die Hersteller hatten offenbar versäumt die Anlage vor dem Wechsel von konventioneller auf Öko-Produktion zu reinigen.	Bio-Produkte schneiden besser ab. Die Belastung ist für Öko-Anspruch dennoch viel zu hoch. 
<b>Karotten</b>	Konventionelle Ware aus Italien wird vermutlich als Bio-Ware verkauft! So lässt sich die relativ hohe Überschreitungsrate von 26 Prozent beim Öko-Grenzwert für Pestizide erklären.  Diese Marge wurde aber mit 62 Prozent bei konventioneller Ware getoppt.	Auch für Karotten gilt: Öko ist <b>gesünder</b> - aber nicht gesund genug. 
<b>Kartoffeln</b>	Unbefriedigend ist die Pestizid-Situation bei Frühkartoffeln: Während 30 Prozent der Bio-Ware den Öko-Grenzwert von 0,1 Milligramm pro Kilogramm überschreiten sind es bei konventionellen Kartoffeln 40. Vor allem Öko-Ware aus Ägypten fiel negativ auf!	Der Anteil tadelloser Ware liegt nur zehn Prozent höher - unbefriedigend. 
<b>Mais-Produkte</b> (u. a. Cornflakes, Tortilla-Chips, Polenta)	Sechs Prozent der Öko-Proben waren mit gentechnisch veränderten Mais-Produkten zum zulässigen Grenzwert verunreinigt. Bei konventioneller Ware betrug dieser Anteil aber auch nur acht Prozent. Grund für das gute Abschneiden des Billig-Mais: Die Ware stammt aus Ländern, in denen gar kein Anbau von gentechnisch verändertem Mais erfolgt!	auch konventionelle Mais-Produkte sind wenig mit gentechnisch veränderten Organismen verunreinigt. 

<b>Milchprodukte</b> (Milch, Käse, Butter)	Kein Unterschied zwischen ökologisch und konventionell hergestellter Ware, was den Gehalt von <b>Umweltgiften</b> wie Dioxin oder PCB angeht. Die Altlasten werden von den Kühen beim Grasens aufnehmen. 20 Jahre Umweltschutzmaßnahmen haben positiv gewirkt.	Bio <b>nicht weniger giftig</b> als konventionell. Tierschutz macht den Unterschied. 
<b>Pflanzliche Öle</b> (u. a. Oliven-, Raps-, Sonnenblumenöl)	Beim Bio-Öl lagen 31 Prozent aller Proben über dem Öko-Grenzwert für Pestizide – bei Ölen aus konventionellem Anbau waren es 53 Prozent. Erklärung für die hohe Öko-Last: Vermutlich gerät die ursprünglich reine Öko-Ware in Lagerhallen oder Mühlen mit konventionellen Produkten in Kontakt und wird so mit Pestiziden belastet.	Bio besser, aber Belastung <b>dennoch zu hoch</b> . Hier müssen Fehlerquellen gesucht werden! 
<b>Soja-Erzeugnisse</b> (u. a. Tofu)	Bei 13 Prozent der Bio-Sojaprodukte fanden die Prüfer gentechnische Verunreinigungen, wobei in keinem Fall der Grenzwert von 0,9 Prozent überschritten wurde. Bei konventionellen Soja-Erzeugnissen betrug der Anteil gentechnisch verunreinigter Proben hingegen 42 Prozent. Auch hier konnte keine Grenzwert-Überschreitung entdeckt werden.	Bio-Soja enthält <b>deutlich weniger</b> Gen-Verunreinigung als konventionelle Ware 
<b>Sprossgemüse</b> (u. a. Brokkoli, Blumenkohl, Zwiebel)	Nur drei Prozent der Proben konventioneller Ware überstiegen den Pestizid-Höchstwert. Legt man den niedrigeren Öko-Grenzwert zu Grunde, lagen sieben Prozent aller Öko-Produkte und 21 Prozent der konventionellen Proben drüber.	Brokkoli & Co. aus Bio-Anbau sind gesundheitlich <b>wertvoller</b> . 
<b>Tiefkühlspinat</b>	Im Gegensatz zu den Jahren zuvor schnitt Öko-Spinat in 2006 beim Nitratgehalt schlechter ab: Der mittlere Gehalt der Öko-Ware lag mit 1023 Milligramm pro Kilogramm über dem Mittelwert konventioneller Produkte, der sich auf 880 Milligramm pro Kilo belief.	Beim Spinat gibt es <b>keinen Grund</b> , viel Geld für Bio auszugeben. 
<b>Trockenobst</b> (u. a. Rosinen, Aprikosen)	Enttäuschendes Abschneiden von Bio-Trockenobst bei Spritzmittel-Rückständen: 52 Prozent der Proben lagen über der Öko-Grenze, vor allem Rosinen fielen negativ auf. Zum Vergleich: Bei den konventionellen Trockenfrüchten betrug diese Quote 84 Prozent.	Bio-Trockenobst <b>schneidet besser</b> ab, aber längst nicht gut genug! 
<b>Zitrusfrüchte</b> (u. a. Orangen, Zitronen, Clementinen, Limetten)	Zu viel Pestizide - und damit eine Überschreitung der Öko-Grenze - fanden die Tester bei 19 Prozent der Bio-Zitrusfrüchte. Das ist wenig im Vergleich zu konventioneller Ware: Dort lagen 97 Prozent aller Proben über dem Wert. Positiv: Die Oberflächenbehandlung gegen Schimmel nahm bei der Öko-Ware stark ab. Bedenklich blieben Zitronen aus Italien!	Hier <b>lohnt der Griff</b> ins Bio-Regal Fehlerquellen wurden beseitigt 
<b>Zuchtpilze</b> (u. a. Austernseitlinge, Champignons)	22 Prozent der Bio-Pilzproben enthielten Pestizid-Rückstände über Öko-Wert, bei konventioneller Ware waren es 43 Prozent. Eine Rüge gab es für Bio-Austernseitlinge, die auf Stroh gezüchtet werden und häufig den im konventionellen Anbau eingesetzten Halm- und Wachstumsregulator <b>Chloromequat</b> enthielten. Positiv: Öko-Zuchtchampignons mussten nicht mehr beanstandet werden, die Branche hat auf Mängel aus dem Vorjahr reagiert.	Bio-Pilze enthalten weniger Pestizide, der Gehalt muss aber noch weiter gesenkt werden. Rüge für Bio-Austernseitlinge! 

nach: Öko-Monitoring 2006 – CVUA Stuttgart - Chemisches und Veterinäruntersuchungsamt Stuttgart 70702 Fellbach, Postfach 1206



= Öko ist gesünder

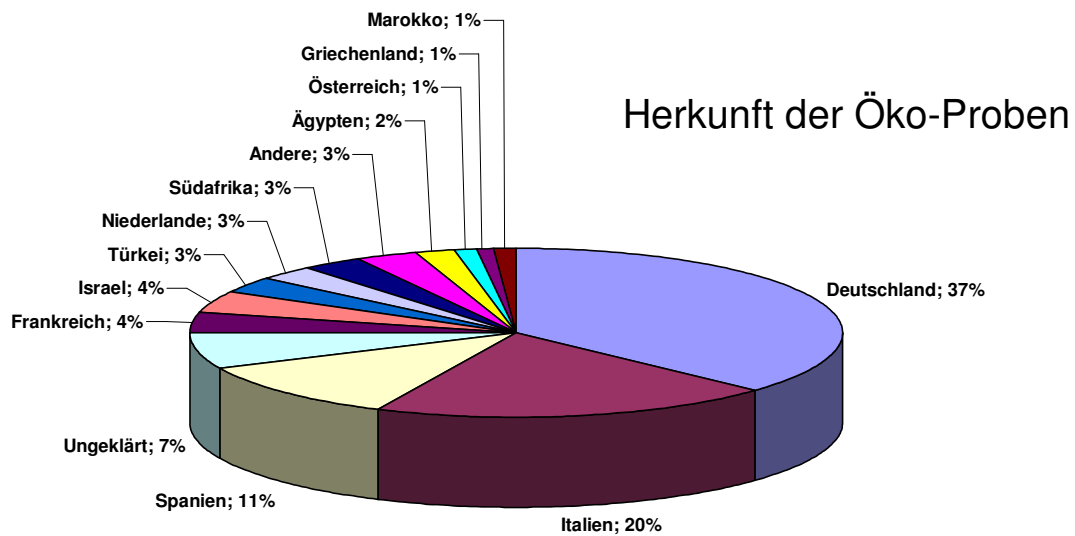
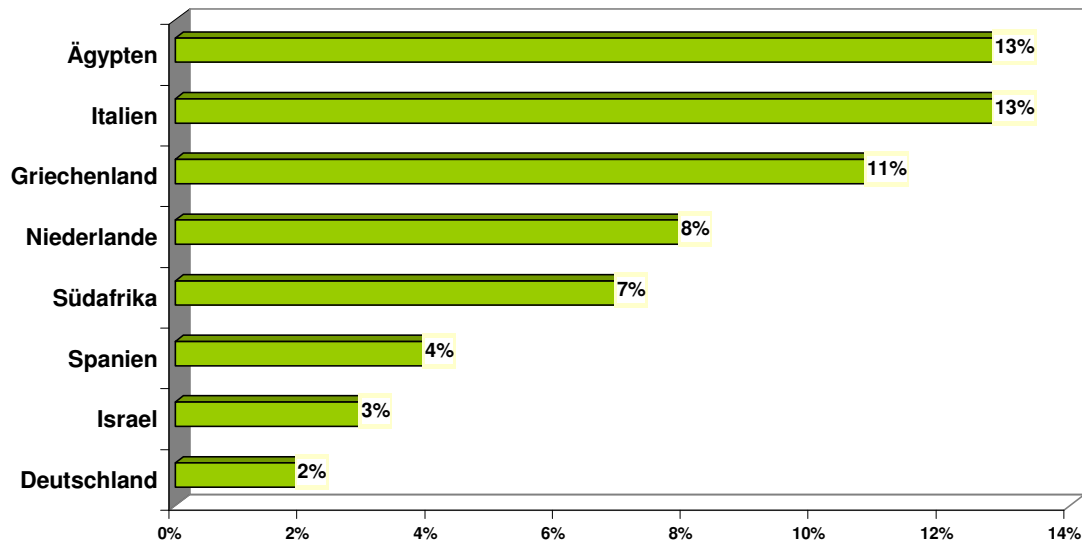


= Öko ist besser, aber belastet



= Öko ist nicht gesünder

## Beanstandungen von Bio-Obst und Bio-Gemüse nach Herkunftsländern



nach:  
 Ökomonitoring 2006, Seite 41  
 CVUA Stuttgart  
 Chemisches und Veterinäruntersuchungsamt Stuttgart  
 70702 Fellbach, Postfach 1206

Weitere Informationen finden Sie unter : <http://www.cvuas.de>  
 <Informationsmaterial -> Ökomonitoring>