



## Grün und zuckersüß: Die Stevia-Pflanze

dpa | Meldung vom 23.10.2012



Klasse 3

Berlin (dpa) - Zu viel Zucker macht dick und die Zähne kaputt. Wie schön wäre es, wenn es Schokolade, Limo und anderen Süßkram gäbe, bei dem das nicht so ist. Seit einiger Zeit entwickeln Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler so etwas - mithilfe der süßen Pflanze Stevia.

Viele denken an Pfefferminze, wenn sie Stevia zum ersten Mal sehen. Diese Pflanze hat gezackte, grüne Blätter und sieht ziemlich unscheinbar aus. Aber die Pflanze ist besonders. Und das kann man schmecken! Stevia ist nämlich süß. Zuckersüß! Deshalb hat Stevia noch andere Namen: Süßkraut, Süßblatt oder Honigkraut.



Eigentlich wächst die Pflanze Stevia weit weg in Südamerika. In Deutschland kann man sie zwar auch pflanzen und ernten. Das ist aber nicht ganz so einfach. «Stevia braucht viel Wärme und lange Sommer, um zu wachsen», sagt Experte Udo Kienle.

Dass Pflanzen so süß schmecken, ist in der Natur selten. Deshalb haben Forscherinnen und Forscher Stevia schon vor einiger Zeit untersucht. Denn das Tolle an der Stevia-Pflanze ist: Von ihrer Süße bekommt man keine Löcher in den Zähnen. Sie enthält nämlich keinen Zucker.

Zucker bildet auf den Zähnen einen Belag, in dem Bakterien hausen. Sie produzieren Säure, die den Zahn zerstört. Das passiert bei der Stevia-Süße nicht. Außerdem wird man von ihr nicht dick. Denn die süßen Stoffe der Stevia-Pflanze kann der Mensch nicht verdauen. Das bedeutet: Sie werden wieder ausgeschieden.

Ist Stevia also so was wie Zucker, nur gesund? «Das kann man leider nicht so einfach sagen», meint Udo Kienle. Er beschäftigt sich schon lange mit der Stevia-Pflanze und ihren Süßstoffen. Diese haben einen komplizierten Namen - Steviolglykoside. Sie werden aus den Blättern der Pflanze gewonnen.

Bei uns sind sie erst seit Kurzem erlaubt. Es gibt dafür klare Regeln. So ist genau vorgeschrieben, wie viel von dem Süßstoff man in Lebensmittel mischen darf. Denn Expertinnen und Experten sind sich noch nicht sicher: Was passiert, wenn Menschen jeden Tag irgendwas mit Stevia-Süßstoff essen würden? Und wie viel Stevia-Süßstoff ist in Ordnung?

Über die eigentliche Stevia-Pflanze weiß man das noch weniger. Es ist noch nicht raus, ob man ihre grünen Blätter direkt zum Süßen verwenden darf. Zum Beispiel für Tee. «Da muss man noch ziemlich viel forschen», sagt Udo Kienle. Er ist aber überzeugt: In Zukunft wird Stevia mal richtig wichtig.



**ANTOLIN**  
westermann

## Grün und zuckersüß: Die Stevia-Pflanze

dpa | Meldung vom 23.10.2012



Klasse 3