

# TAGBLATT

St.Galler Tagblatt Online, 29. Juni 2013 01:34:00

## Gesundheit dank gesunder Ernährung



Der Salsmacher Ralph Bötsch stellte die Licorosso-Tomate vor. (Bild: Mario Tosato)

**KONSTANZ.** Am zweiten Grenzüberschreitenden Bürgerforum «Lebensmittel von morgen» wurden im Konzil Konstanz neueste Erkenntnisse über gesunde Ernährung aus Wissenschaft und Forschung vorgestellt.

MARIO TOSATO

Auf Einladung der Netzwerke BioLAGO und Bioaktive Pflanzliche Lebensmittel sowie des Kompetenznetzwerkes Ernährungswirtschaft Schweiz und des Amtes für Schulen, Bildung und Wissenschaft der Stadt Konstanz gaben Forscher, Unternehmen und Mediziner im Konzil Konstanz im Rahmen des zweiten Grenzüberschreitenden Bürgerforums «Lebensmittel von morgen» einen Einblick

in die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse und Produktentwicklungen.

### **Hochwertige Proteine**

So stellt das Unternehmen UltraSports neue entzündungshemmende diätische Lebensmittel auf Basis von hochwertigen Proteinen der Amarant-Pflanze vor, die derzeit mit der Technischen Universität München erforscht werden, um so den Regenerationsprozess der Muskeln zu unterstützen.

Mediziner Jürg Eichhorn aus Herisau widmet sich in seinem Vortrag «Licorosso», einer neuen gentechnikfreien Sorte von Tomaten. Wie erste wissenschaftliche Studien hindeuten, sollen diese aufgrund ihrer hohen Konzentration am Pflanzenfarbstoff Lycopin das Risiko für Osteoporose, Schlaganfall und Krebs senken.

### **Gentechnikfreie Tomaten**

Licorosso-Tomaten werden von Ralph Bötsch, Gemüsebau in Salmsach, angebaut. Licorosso-Tomaten unterscheiden sich von anderen Tomaten vor allem durch ihren Geschmack, ihren um rund zwei Punkte höheren Zucker- und Säuregehalt, ihre tiefrote Farbe und ihren hohen Lycopingehalt. Als Vorteile der Licorosso-Tomaten nennt Ralph Bötsch, dass sie auf natürliche Weise in Erde angebaut werden und zudem aus traditioneller Saatveredelung entstanden sind.

Wie der Weg von der Pflanze zum Nahrungsergänzungsmittel im Allgemeinen verläuft, darüber klärte die Vital Swiss Solutions AG aus Tägerwilen auf. Das Unternehmen macht Extrakte aus beispielsweise Johanniskraut oder Sesamblättern nutzbar für medizinische Anwendungen, die unter anderem Magen-Darm-Beschwerden lindern.

Zu neuesten Forschungsergebnissen, ob Alterung durch Essgewohnheiten oder vielmehr durch das Erbgut bestimmt wird, berichteten Britta Renner und Alexander Bürkle, Professoren an der Universität Konstanz. Hubert Hohler, Küchenchef der Buchinger-Klinik Bodensee verriet, inwiefern es bei der gesunden Ernährung auch auf die Zutaten und Zubereitung ankommt.

**Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:**

<http://www.tagblatt.ch/ostschweiz/thurgau/kantonthurgau/tz-tg/Gesundheit-dank-gesunder-Ernaehrung;art123841,3456143>

Copyright © St.Galler Tagblatt AG

Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von St.Galler Tagblatt Online ist nicht gestattet.