

E-Stoffe

Farbstoffe:

E 100	Kurkumin	Gelber Farbstoff aus der Gelbwurzel – meist keine Reaktionen
E 102	Tartrazin	Künstlich hergestellter Azofarbstoff Gelb - kann bei Personen, die empfindlich auf Benzoesäure oder Azetylsalizylsäure Allergien auslösen
E 120	Cochinille	Künstlich hergestellter Azofarbstoff Rot – kann bei Personen, die empfindlich auf Benzoesäure oder Azetylsalizylsäure Allergien auslösen
E 129	Allurarot AC	Künstlich hergestellter Azofarbstoff Rot – kann Asthma und Hautreaktionen auslösen
E 133	Brillantblau FCF	Künstlich hergestellter Azofarbstoff Blau- in Tierversuchen wurden nach hohem Verzehr Ablagerungen in den Nieren und Lymphgefäßen gefunden.
E 141	Chlorophyllin	Na-Cu-Chlorophyllin, Kupferhaltiges Komplex des Chlorophyll- keine Intoxikationen bekannt.
E 150a	Sulfitlaugen-Zuckerulör	unbedenklich
E 160c	Capsanthin, Capsorubin	Farbstoffe aus der roten Paprikaschote – keine Intoxikationen bekannt
E 163	Anthocyane	natürliche Farbstoffe aus Schalen der roten Weintrauben, Holunder, Preiselbeeren Keine Intoxikationen bekannt.

Konservierungsmittel:

E 202	Kaliumsorbat	Kaliumsalz der Sorbinsäure – gilt als unbedenklich
E 260	Essigsäure	gilt als unbedenklich
E 296	Apfelsäure	gilt als unbedenklich

Antioxidationsmittel:

E 300	L-Ascorbinsäure	Vitamin, natürliches unschädliches Antioxidationsmittel
-------	-----------------	---

Stabilisatoren, Geliermittel:

E 330	Citronensäure	natürlicher unschädlicher Stoff
-------	---------------	---------------------------------

Verschiedene Zusatzstoffe und Überzugsmittel:

E 420	Sorbit	Zuckeraustauschstoff; für Diabetiker geeignet
E 504	Magnesiumcarbonat	ein Säureregulator; gilt als gesundheitlich unbedenklich, in großen Mengen abführend. Ist auch in Bio-Produkten erlaubt
E 511	Magnesiumchlorid	Magnesiumsalz der Salzsäure und wird aus Meersalz gewonnen. Gilt als unbedenklich
E 526	Calciumhydroxid	Auch bekannt als Kalkmilch. Ist ohne Höchstmengenbeschränkung zugelassen. Gilt als unbedenklich
E 621	Natriumglutamat	Natriumsalz der Glutaminsäure. Verstärkt den Geschmack von Salzigem. Gilt als unbedenklich, Verbraucherschützer raten jedoch vom häufigen Verzehr ab. Kann zu Kopf-Gliederschmerzen führen. Allergiker sollten darauf verzichten. Kann genetisch produziert sein.
E 627	Natriumguanylat	Natriumsalz der Guanylsäure, welches ein Abkömmling der Purins Guanin ist. Alle Purine werden im Körper zu Harnsäure abgebaut. Personen mit erhöhtem Harnsäure-Spiegel sollten darauf verzichten. Wird als Geschmacksverstärker eingesetzt. Kann genetisch produziert werden.
E 631	Natriumosinat	Wird aus der Ionsäure hergestellt. Gilt als unbedenklicher Geschmacksverstärker, ist jedoch ein Abkömmling eines Purins und hat Auswirkungen auf die Harnsäure. Allergiker sollten darauf verzichten. Kann genetisch produziert werden.
E 951	Aspartam	Süßmittel und Geschmacksverstärker. Kann bei Menschen, die an einer Phenylketonurie leiden, zu gesundheitlichen Störungen führen. Verbraucherschützer raten vom Verzehr größerer Mengen ab. Kann genetisch produziert werden.
E 954	Saccharin	Wird aus Toluol und Phtalsäure hergestellt und ist ein starkes Süßungsmittel. Ist als Süßungsmittel zugelassen und gilt in kleinen Mengen als unbedenklich. Ist für Bioprodukte, Arzneimittel und Kosmetika zugelassen. Kann für Allergiker bedenklich sein, kann gentechnisch produziert werden.
E 961	Neotam	Nachfolger von Aspartam. Extremes Süßungsmittel. 30-50 mal so stark wie Aspartam. Wurde von offizieller Seite als sicher eingestuft. Ist als Arzneimittel zugelassen. Untersuchungen stehen jedoch noch aus. Kann für Allergiker bedenklich sein.

