

Gemüse mit hoher Eisenbioverfügbarkeit – Verbrauchereinstellungen zu einem neuen Ansatz zur Verbesserung der Eisenversorgung

Ann-Kristin Welk*, Diemo Daum, Ulrich Enneking

Hochschule Osnabrück, Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur,
Oldenburger Landstraße 24, 49090 Osnabrück

[*ann-kristin.welk@hs-osnabrueck.de](mailto:ann-kristin.welk@hs-osnabrueck.de)

Eisenmangel ist in Deutschland ein verbreiteter Nährstoffmangel, insbesondere bei Frauen. Nach den Ergebnissen der Nationalen Verzehrsstudie II erreichen drei Viertel der Frauen im gebärfähigen Alter nicht die empfohlene Eisenzufuhr. In pflanzlichen Lebensmittel enthaltenes Eisen ist nur zu einem relativ kleinen Anteil für den menschlichen Körper verwertbar. Im Rahmen eines laufenden Forschungsprojekts wird daher beabsichtigt, ein Anbauverfahren zu entwickeln, das den bioverfügbaren Eisengehalt in Gemüse signifikant erhöht und sich gleichzeitig positiv auf wertgebende Inhaltsstoffe wie Vitamin C und weitere Mikronährstoffe auswirkt. Um die Einstellungen und Präferenzen von Verbraucher/innen zu dieser Gemüseinnovation zu untersuchen, wurden 1000 erwachsene Personen in Deutschland hierzu befragt. Ziel dieser Umfrage war es, potenzielle Zielgruppen für solche neuen Gemüseprodukte zu identifizieren, die relative Bedeutung einzelner Nutzenaspekte zu analysieren und damit die Marktchancen der Produktidee besser abschätzen zu können.

Eisen gehört zu den bekanntesten Mikronährstoffen. 92 % der Befragten kannten Eisen, nur Vitamin C hatte mit 96 % einen noch höheren Bekanntheitsgrad. 39 % der Befragten stufte Gemüse als eine sehr wichtige Quelle für ihre Eisenversorgung ein. Fleisch und Fleischprodukte folgten mit 37 % auf Platz 2 und Hülsenfrüchte mit 29 % auf Platz 3. Auf die Frage, bei welchen Lebensmittelgruppen eine Erhöhung des Eisengehalts bei der Erzeugung und Verarbeitung als besonders ansprechend eingestuft wird, sprachen sich die meisten Befragten ebenfalls für Gemüse aus (40 % für frisches Gemüse, 23 % für verarbeitetes Gemüse). Unter den Gemüsearten, die aufgrund eines hohen natürlichen Vitamin C-Gehaltes besonders für eine Steigerung des bioverfügbaren Eisengehaltes in Betracht kommen, fanden Paprika, Brokkoli und Spinat den höchsten Zuspruch. Wird das Gemüse auf Grundlage der Health Claims-Verordnung mit nährwert- und gesundheitsbezogenen Aussagen wie „Reich an Eisen und Vitamin C“ und „Trägt zu einer Verringerung von Müdigkeit bei“ beworben, bewerten dies rund 70 % der Befragten als relevant für ihre Kaufentscheidung. 38 % der Befragten würden ein solches Gemüseprodukt dann sehr wahrscheinlich kaufen. Frauen, Flexitarier und Personen mit Eisenmangel fühlten sich von der Produktidee besonders angesprochen.