

DIE WELT / Allgemeine Ausgabe / 11.05.2011

Eis aus Süßlupinen

Forscher nutzen Ersatzstoffe, damit auch Allergiker Spaß am Schleckern haben

Danielle Bengsch

Schokolade, Erdbeere, Vanille und zahlreiche fantasievolle Kreationen aus der Kühltheke landen wieder zu Tausenden in kleinen und großen Waffelhörnchen. Ein Eis an einem warmen Frühlingstag macht einfach glücklich. Dumm nur für den, der nicht mit-schlecken darf. In den schmackhaften Kugeln stecken oft Milch und Spuren von Weizen oder anderen Getreidesorten. Diese Zutaten vertragen viele Menschen nicht, weil sie Milchzucker oder das Klebe-Eiweiß Gluten nicht verdauen können.

Für all diese haben Wissenschaftler des Fraunhofer-Instituts ein neues Eis entwickelt, das mit rein pflanzlichen In-

haltsstoffen auskommt. Mit diesem Eis können nun die Allergiker ihrer Gesundheit womöglich sogar etwas Gutes tun, denn die Hauptzutat ist der Samen der blauen Süßlupine. Das Gewächs aus der Familie der Hülsenfrüchte liefert hochwertige pflanzliche Eiweiße, mit denen die cremigen Dickmacher Milch und Sahne nicht mithalten können. Noch dazu ist das Eiweiß der blauen Blume ein Cholesterinkiller. So können Allergiker mit ruhigem Gewissen ein paar Kugeln Vanille-Kirsch, Schoko-Flakes oder eine der vier anderen Geschmacksrichtungen wegschlecken, die in Supermärkten verkauft werden.

Bereits seit einigen Jahren reihen sich hier laktose- und glutenfreie Alterna-

tiven zum klassischen Milcheis in die Kühlregale ein. Sie bestehen meist aus laktosefreier Kuhmilch und sind so ungeeignet für strikte Vegetarier oder Veganer. Oder das Allergikereis wird aus Soja hergestellt. Das leidet allerdings hierzulande an einem Imageproblem, weil die Frage, ob genmanipuliert oder nicht, kaum zu beantworten ist. Eine Warnung: Die Süßlupine hat eine giftige Verwandte. Die Lupine am Straßenrand ist nicht zum Verzehr geeignet. Der Griff in die Kühltheke ist weniger gefährlich. Doch auch hier ein kleiner Wermuttropfen: Eis bleibt Eis und damit eine süße Leckerei mit viel ungesundem Zucker.