



Vegan Trend

Mikronährstoff-Premixe für vegane Produkte



Anreicherung von veganen Produkten

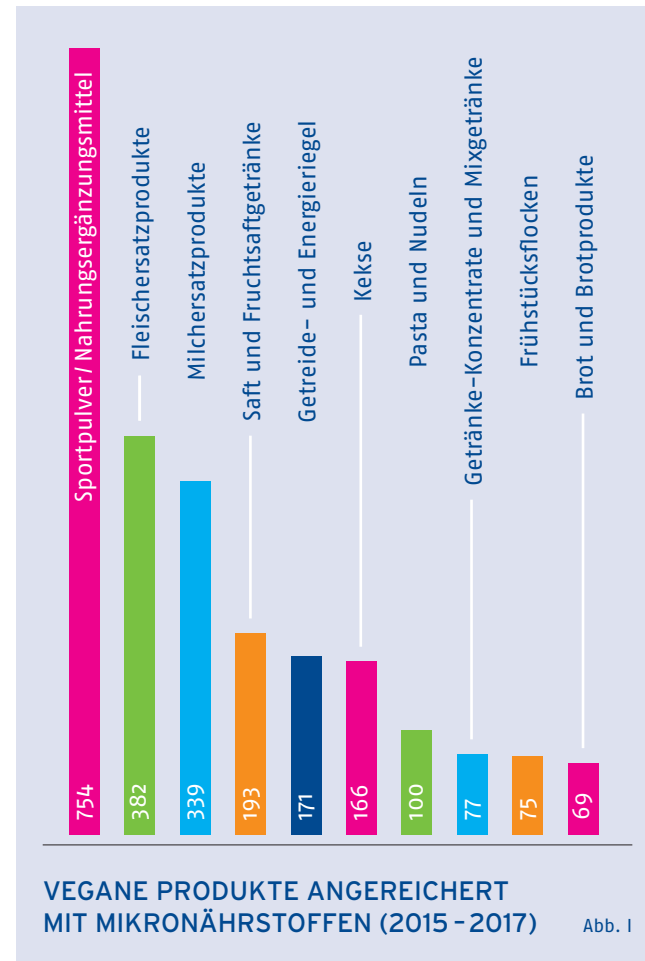
Viele Menschen möchten mit der veganen Lebensweise gesünder leben und einen positiven Beitrag für Tier und Umwelt leisten. Dafür verzichten Veganer auf alle tierischen Produkte – inklusive Eier und Milchprodukte.

Mit einer cleveren Kombination pflanzlicher Lebensmittel schaffen sich Veganer meist eine gesunde Ernährungsbasis. Häufig stehen Hülsenfrüchte, Nüsse oder Sojaprodukte (z. B. Tofu, Tempeh) auf dem Speiseplan, da sie viele Nährstoffe liefern. Die Zufuhr der Mikronährstoffe, die hauptsächlich in Fleisch, Fisch, Milch und Ei stecken, ist bei veganer Ernährung geringer als bei normaler Mischkost.

Eine vegane Ernährung kann zu kritisch niedriger Versorgung mit Mikronährstoffen führen. (siehe grüner Infokasten und Mikronährstoffe und deren Bedeutung).

Mit speziell kombinierten Mikronährstoffprodukten können Veganer ihre Nahrung ergänzen. Bereits heute werden viele vegane Produkte mit Mikronährstoffen angereichert und es ist ein deutlich ansteigender Trend zu erkennen.

Vegane Produktkategorien die häufig mit Mikronährstoffen angereichert werden



3.500 VEGANE PRODUKTE

Betrachtet man die Jahre 2015 bis 2017 wurden weltweit über 3.500 vegane Produkte, die mit Mikronährstoffen angereichert wurden, gelauncht. Über diesen Zeitraum ist ein Anstieg der Produktgruppe zu verzeichnen. Die größte Subkategorie bildet hier Sportpulver/Nahrungsergänzungsmittel mit insgesamt rund 750 Artikeln, gefolgt von Fleischersatzprodukten mit knapp 400 Produkten (siehe Abb. 1). Auch Milchersatzprodukte werden immer beliebter und konnten sich 2017 zum Vorjahr verdoppeln.

TRENDS

Vegane Produkte sind im Trend. Laut Innova gab es im Jahr 2016, 3x mehr vegane Produkte als im Vergleichsjahr 2012. Fleischersatzprodukte schafften es auf 14% Plus und Milchersatzprodukte sogar auf 20%. Eine Entwicklung, die weiter anhält. Pflanzenprotein Claims stiegen um die 49%, was den Trend zu Pflanzen-Protein-basierten Lebensmitteln unterstreicht: Pflanzen werden in traditionellen Anwendungen, wie Joghurt immer selbstverständlicher, und auch bei neueren Anwendungen, wie Quark werden sie eingesetzt.

Empfehlungen der DGE und der FDA: Um Mangelerscheinungen zu vermeiden, rät die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) allen Veganern zu einer Supplementierung mit einem Vitamin B12-Präparat. Die U.S. Food & Drug Administration (FDA) geht sogar einen Schritt weiter und empfiehlt allen Best Ager in der Altersgruppe 50 plus explizit mit Vitamin B12 angereicherte Lebensmittel oder entsprechende Nahrungsergänzungsmittel. Auch die Zufuhr an Eisen, Zink, Omega-3-Fettsäuren, Vitamin D, Vitamin B2 und Calcium kann im grenzwertigen bis mangelhaften Bereich liegen.



SternVEGA

Der Premix mit 9 Mikronährstoffen abgestimmt auf Ihre Produkte für eine gesunde vegane Ernährung

- 1... • Vitamin B12
- 2... • Vitamin B2
- 3... • Vitamin D
- 4... • Lysin (Aminosäure)
- 5... • Eisen
- 6... • Zink
- 7... • Calcium
- 8... • Iod
- 9... • Selen

Detaillierte Informationen zu den zugelassenen Health Claims bieten wir Ihnen in unserem **SMART MICRONUTRIENT CONCEPTS FLYER.**

VORTEILE DER MIKRONÄHRSTOFF-PREMIEXE

- Jeder Premix wird individuell für eine bestimmte Anwendung entwickelt
- Synergien zwischen den Nährstoffen werden berücksichtigt
- Wir sorgen dafür, dass die Produkte wirtschaftlich sind und sich optimal verarbeiten lassen
- Konstante Mengenverhältnisse der Inhaltsstoffe erleichtern die Anwendung und reduzieren das Fehlerrisiko
- Freifließende Rohstoffe ermöglichen die homogene Zugabe
- SternVitamin bietet Support in Form von Fehlerbehebung und Analysedienstleistungen

MIKRONÄHRSTOFFE UND DEREN BEDEUTUNG

Vitamin B12 Der kritischste Mikronährstoff für Veganer ist Vitamin B12, da es in nennenswerten Mengen nur in tierischen Produkten vorkommt. Ein ausgeprägter Vitamin B12-Mangel kann zu Müdigkeit, Krabbeln an Händen und Füßen sowie Gedächtnisschwäche führen.

Vitamin B2 Auch die Versorgung mit Vitamin B2 kann bei Veganern defizitär sein, da ein Großteil der B2-reichen Lebensmittel aus dem tierischen Bereich stammt. Eingerrissene Mundwinkel und anhaltende Müdigkeit können die Folge eines Mangels sein.

Calcium Die besten Quellen für Calcium sind Milchprodukte. Auch pflanzliche Lebensmittel wie dunkelgrünes Blattgemüse und Kohlsorten liefern den Mineralstoff. Dennoch schaffen es viele Veganer nicht, ihre Calcium-Versorgung sicherzustellen. Das kann langfristig zu einer geringeren Knochendichte und einem erhöhten Osteoporose-Risiko führen.

Vitamin D Neben fettreichen Seefischen produziert vor allem unser Körper bei Sonnenlicht aus einer Vorstufe Vitamin D. Im sonnenarmen Winter ist die Eigensynthese jedoch deutlich reduziert. Dadurch kann es zu Mangelerscheinungen wie instabile Knochen, Allergien und Autoimmunerkrankungen kommen.

Eisen ist zwar auch in vielen pflanzlichen Lebensmitteln enthalten. Allerdings ist es aus diesen Quellen schlechter verfügbar als aus tierischen. Durch den gleichzeitigen Verzehr von Vitamin C-haltigen Lebensmitteln wird die

Eisenaufnahme jedoch gesteigert. Eisen ist unabdingbar für die Blutbildung, ein Mangel führt zu Blutarmut.

Iod kommt hauptsächlich in Seefischen und in geringeren Mengen auch in Milch und Eiern vor. Ein Mangel kann unter anderem zu einer Unterfunktion der Schilddrüse führen und damit Müdigkeit und einen gebremsten Stoffwechsel verursachen. Bei Kindern ist zudem das Körperwachstum verzögert.

Lysin zählt zu den essenziellen Aminosäuren, die der Körper selbst nicht aufbauen kann. Um eine ausreichende Versorgung sicherzustellen, müssen Veganer auf eine Vielfalt an pflanzlichen Lebensmitteln achten. Ansonsten kann es zu Mangelerscheinungen wie Anämie, reduzierter Muskelmasse, schlechter Hautregeneration, Müdigkeit und Gewichtsverlust kommen.

Selen Fisch, Eier und Innereien sind wichtige Selen-Quellen. Zu den pflanzlichen Lieferanten gehören Hülsenfrüchte, Pilze und vor allem Paranüsse. Störungen in der Muskel- und Herzfunktion sowie eine erhöhte Anfälligkeit für bakterielle Infektionen können auf einen Mangel hinweisen.

Zink Die Bioverfügbarkeit des Spurenelementes aus tierischen Lebensmitteln ist höher als aus pflanzlichen. Veganer sollten deshalb ihre Zink-Zufuhr leicht erhöhen, um den Bedarf zu decken. Typische Symptome eines Zinkmangels sind z. B. eine hohe Infektanfälligkeit.



Was können wir für Sie tun?

DEUTSCHLAND / HAUPTSITZ
SternVitamin GmbH & Co. KG
Kurt-Fischer-Straße 55
22926 Ahrensburg
Tel.: + 49 (0) 41 02 / 202-007
Fax: + 49 (0) 41 02 / 202-070
info@sternvitamin.de
www.sternvitamin.de

CHINA
Stern Ingredients (Suzhou) Co., Ltd.
Block 9, Unit 1, Ascendas Linhu
Industrial Square, 1508 Linhu Avenue,
Fenhu Economic Development Zone,
215211 Wujiang, P.R. China
Tel.: +86 / 512 6326 9822
Fax: +86 / 512 6326 9811
info@sterningredients.com.cn
www.sterningredients.com.cn

INDIEN
Stern Ingredients India Private Limited
211 Nimbus Centre, Off Link Road
Andheri West
Mumbai 400053, Indien
Tel.: +91 - 22 - 4027 5555
Fax: +91 - 22 - 2632 5871
info@sterningredients.in
www.sterningredients.in

MALAYSIA
SternMaid Asia Pacific Sdn. Bhd
No. 14, Jalan Teknologi Perintis 1/3
Taman Teknologi Nusajaya
79200 Iskandar Puteri
Johor Darul Takzim, Malaysia
Tel.: +60 (0) 7 / 522 6000
Fax: +60 (0) 7 / 522 6999
info@sternmaid.com.my
www.sternmaid.com.my

MEXIKO
Stern Ingredients, S.A. de C.V.
Guillermo Barroso No. 14,
Ind. Las Armas, Tlalnepantla,
Edo. Méx., C.P. 54080, Mexiko
Tel.: +52 (55) 5318 12 16
Fax: +52 (55) 5394 76 03
info@sterningredients.com.mx
www.sterningredients.com.mx

RUSSLAND
KT "000 Stern Ingredients"
Sverdlovskaya naberzhnaya 38, liter "V"
195027 St. Petersburg, Russland
Tel.: +7 (812) 319 36 58
Fax: +7 (812) 319 36 59
info@sterningredients.ru
www.sterningredients.ru

SINGAPUR
Stern Ingredients Asia-Pacific Pte Ltd
No. 1 International Business Park
The Synergy # 09-04
Singapur 609 917
Tel.: +65 / 6569 2006
Fax: +65 / 6569 1156
info@sterningredients.com.sg
www.sterningredients.com.sg

TÜRKEI
Stern Ingredients Turkey
Gıda Sanayi ve Ticaret A. Ş.
10.006/1 Sokak No:25
Atatürk Organize Sanayi Bölgesi
35620 Çiğli / İzmir, Türkei
Tel.: +90 232 325 20 01
Fax: +90 232 325 20 06
info@sterningredients.com.tr
www.sterningredients.com.tr

UKRAINE
Stern Ingredients Ukraine LLC
Kharkivske chaussee 201-203
post 3 / office 605
02121 Kiev, Ukraine
Tel.: +38 (044) 383 01 70
info@sterningredients.com.ua
www.sterningredients.com.ua

USA
SternMaid America LLC
3565 Butterfield Road, Unit 111
Aurora, IL 60502, USA
Tel.: +1 (630) 270-1100
Fax: +1 (630) 270-1108
contact@sternmaid-america.com
www.sternmaid-america.com

STERNVITAMIN
Micronutrients for a Healthy Life

Ein Unternehmen der Stern-Wywiol Gruppe