

## Konserven besser als ihr Image, oder ein Querschnitt durch die Vorurteile

Seit der Erfindung der Konserve sind beinahe zwei Jahrhunderte stetiger Entwicklung vergangen und haben aus dem einstigen «Lebensmittlersatz» vollwertige Nahrungsmittel geschaffen. Wurde anfänglich, aufgrund der sehr primitiven Sterilisationsverfahren sowie des mangelhaften, nicht luftdichten Dosenmaterials, mit konservierenden und farberhaltenden Zusätzen gearbeitet, so hat die Wissenschaft und die Technik die Behältnisse und die Verarbeitungsverfahren in dem Masse verfeinert und perfektioniert, dass längst keine erhaltenden Zusätze mehr erforderlich sind. Dass Konserven heute vollwertige Nahrungsmittel sind, beweist die Tatsache, dass Gemüse aus Dosen zubereitet einen höheren Vitamingehalt aufweisen, als frisch in Läden gekauftes und selbst zubereitetes Gemüse. Indes, der Wahrheit zum Trotz, sind die Vorurteile geblieben.

### Warum hat die Konserve nichts mit Konservierungsmitteln zu tun?

Konservieren, eine im deutschen Sprachraum immer wieder missverstandene Bezeichnung aus dem französischen, die der Konserve ihren Namen gab, bedeutet «erhalten». Das kurzfristige Erhitzen des Produktes in der verschlossenen Dose vernichtet die Verderbniserreger und erhält den Inhalt der Dose, infolge ihres luftdichten Verschlusses, über

lange Zeit in der Qualität und Frische, in welcher er eingefüllt wurde.

### Warum ist Dosengemüse frischer und vitaminreicher als «Frischgemüse»?

Das Geheimnis liegt in der Zeitspanne zwischen der Ernte der Gemüse und der tischfertigen Zubereitung, sei es im Topf der Hausfrau oder im Sterilisationsturm des Unternehmens.

Gemüse beginnt, wie jedes pflanzliche Lebewesen, das von seiner natürlichen Ernährungsgrundlage (Boden) getrennt wird, nach der Ernte insbesondere seine Vitalstoffe (Spurenelemente und Vitamine) abzubauen. Eminent wichtig für die Erhaltung eines grossen Anteiles dieser Stoffe ist die möglichst schnelle Verarbeitung in eine haltbare, diesen Abbauvorgang aufhaltende Form, wie es beispielsweise das Sterilisieren und Tiefgefrieren darstellen. Dank der rationalen Erntemethoden und kurzen Transportzeiten wird in der Konservenindustrie frisch geerntetes Gemüse innerhalb *kürzester Frist* und daher mit noch hohem Gehalt an Vitaminen und anderen biologischen Werten verarbeitet. Demgegenüber kauft die Hausfrau sogenanntes Frischgemüse, welches aufgrund der Transport- und Verteilzeiten

