

PFLANZLICHE & TIERISCHE E-NUMMERN

EINE AUFLISTUNG DER WICHTIGSTEN E-NUMMERN IN DER VEGANEN ERNÄHRUNG*

Hinter E-Nummern verbergen sich Zusatzstoffe, die in der Industrie bei der Lebensmittelproduktion zum Einsatz kommen. Sie sorgen beispielsweise für die gewünschte Konsistenz und Haltbarkeit. Doch leider sind einige Zusatzstoffe tierischen Ursprungs. Viele E-Nummern können vegan sein, aufgrund der mangelnden Kennzeichnungspflicht sind tierische Bestandteile allerdings nicht auszuschließen.

E-NUMMERN TIERISCHEN URSPRUNGS

E120 – COCHENILLE, KARMIN(SÄURE)

Der aus Schildläusen gewonnene Zusatzstoff kommt beispielsweise als Farbstoff in zahlreichen Lebensmitteln wie Marmeladen oder Erdbeeryoghurt zum Einsatz.

E901 – BIENENWACHS

Der von Bienen hergestellte Zusatzstoff wird in Nahrungsergänzungsmitteln, Kaffeebohnen, Süßwaren, Schokolade, Knabbererzeugnissen und auch als Überzugsmittel für Obst verwendet. Zugelassen ist er unter anderem für Pfirsiche, Melonen, Zitrusfrüchte, Äpfel, Birnen und Ananas.

E904 – SCHELLACK

Schellack ist das Sekret weiblicher Lackschildläuse. Dieses wird oft in Kombination mit Bienenwachs als Überzugsmittel für Obst und Kaffeebohnen verwendet. Darüber hinaus ist es für den Einsatz in Nahrungsergänzungsmitteln, Süßwaren, Knabberartikeln und Schokolade zugelassen.

E-NUMMERN TIERISCHEN ODER PFLANZLICHEN URSPRUNGS

E304 – ASCORBYLPALMITAT

Ascorbylpalmitat kommt beispielsweise in Säuglingsnahrung, Speiseölen, Bratfetten, Weißmehlerzeugnissen und als Erhöhung des Vitamin C-Gehaltes zum Einsatz. Es handelt sich dabei um Fettsäureester der Ascorbinsäure. Der Begriff „Ester“ bezeichnet eine Klasse von organischen Verbindungen, die durch eine chemische Reaktion von einem Alkohol und bestimmten Säuren entstehen.

E322 – LECITHIN

Lecithin wird industriell meist aus Sojaöl, Sonnenblumenöl oder Rapsöl hergestellt, unter Umständen aber auch aus Eiern. In dem Fall muss auf der Zutatenliste hinter dem Zusatzstoff „Hühnerei“ vermerkt werden. Verarbeitet wird es beispielsweise in Schokolade, Süß-

waren, Speiseeis und Fertiggerichten. Auch als Antioxidations- und Mehlbehandlungsmittel bei Backwaren und Backmischungen kann es zum Einsatz kommen.



E422 – GLYCERIN

Glycerin ist meist synthetisch, kann aber auch aus tierischem Fett gewonnen werden. Vorzufinden ist es zum Beispiel in Kakaowaren, Schokoladenerzeugnissen und Kaugummis oder als Überzug und Glasur.

E431 – POLYOXYETHLEN(40)STEARAT

Bei Polyoxyethlen(40)stearat handelt sich um einen Emulgator, der in der EU zwar nicht als Lebensmittelzusatz zugelassen ist, aber als Hilfsstoff in der Herstellung von Weißwein eingesetzt werden darf. Außerhalb der EU kommt dieser in Pudding und Backwaren vor.

E432-436 – POLYSORBATE

Polysorbate kommen beispielsweise in Frittierfett, Margarine, Fertigprodukten, eingelegten Nahrungsmitteln und Eiscreme zum Einsatz.

E442 – AMMONIUMSALZE VON PHOSPHATIDSÄUREN

Ammoniumsalze von Phosphatidsäuren kommen beispielsweise in Schokolade und Kakaoerzeugnissen vor.

E445 – GLYCERINESTER AUS WURZELHARZ

Glycerinester aus Wurzelharz ist meist synthetisch, kann aber aus tierischem Fett gewonnen werden. Der Zusatzstoff dient beispielsweise der Oberflächenbehandlung von Zitrusfrüchten und findet auch als Stabilisator in aromatisierten, trüben Getränken Anwendung.

E470A, B – SPEISEFETTSÄUREN UND IHRE SALZE

Speisefettsäuren und ihre Salze kommen beispielsweise in Süßwaren, Kaugummi, Würfelzucker, Backwaren, Pudding und als Trägerstoff für Aromen zum Einsatz.



DEUTSCHER
TIERSCHUTZBUND E.V.



E471 – MONO- UND DIGLYCERIDE VON SPEISEFETTSÄUREN

Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren kommen beispielsweise in Marmeladen, Konfitüren, Gelees, Speiseeis, Fertiggerichten wie Kartoffelpüree, Schnellkochreis, Schokolade, Sahneerzeugnissen und Säuglingsnahrung vor.

E472A-F – E471 VERESTERT MIT ESSIG-, MILCH-, ZITRONEN-, WEIN- ODER DIACETYLWEINSÄURE

E471, verestert mit Essig-, Milch-, Zitronen-, Wein- oder Diacetylweinsäure, fungiert beispielsweise als Emulgator, Trägerstoff, Überzugsmittel in Kuchen, Keksen, Blätterteiggebäck und Desserts. Ester bezeichnet eine Klasse von organischen Verbindungen, die durch eine chemische Reaktion von einem Alkohol und bestimmten Säuren entstehen.

E473 – ZUCKERESTER VON SPEISEFETTSÄUREN

Zuckerester von Speisefettsäuren ist ein Emulgator und Mehlbehandlungsmittel. Er ist in Kaffeeweißer, Desserts, Backwaren, Speiseeis, Lightprodukten, Getränken, Kuchen, Keksen, Suppen, Brühen und Säuglingsnahrung zu finden. Zudem dient er der Oberflächenbehandlung von Frischobst.

E474 – ZUCKERGLYCERIDE

Zuckerglyceride sind Emulgatoren und Mehlbehandlungsmittel, die beispielsweise in Kuchen, Keksen, Blätterteig, Desserts, Kaffeeweißer, Süßwaren, Speiseeis, Lightprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln vorkommen.

E475 – POLYGLYCERINESTER VON SPEISEFETTSÄUREN

Polyglycerinester von Speisefettsäuren sind Schaumverhüter und Emulgatoren, die unter anderem in Kaffeeweißer, Backwaren wie Keksen, Kuchen und Blätterteig, Desserts, Süßwaren, Zuckerwaren sowie Nahrungsergänzungsmitteln zum Einsatz kommen.

E476 – POLYGLYCERIN-POLYRICINOLEAT

Polyglycerin-Polyricinoleat ist ein Emulgator und zum Beispiel in Schokoladenerzeugnissen, Salatsoßen, fettreduzierten Brotaufstrichen, Süßwaren und Kuchen zu finden.

E477 – PROPYLENGLYCOLESTER VON SPEISEFETTSÄUREN

Propylenglycolester von Speisefettsäuren ist ein Emulgator, der beispielsweise in Kuchen, Keksen, Blätterteiggebäck, Getränkeweißern, Speiseeis, Desserts und Zuckerwaren enthalten ist.

E479B – THERMOOXIDIERTES SOJAÖL MIT MONO- UND DIGLYCERIDEN VON SPEISEFETTSÄUREN

Thermooxidiertes Sojaöl mit Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren ist ein Emulgator, Schaumverhüter und Trennmittel. Es wird zum Beispiel Fett und Öl zugefügt.

E481/482 – TEAROYLACTYLATE

• **NATRIUMSTEAROYL-2-LACTYLAT** ist ein Emulgator und beispielsweise in Backwaren, Desserts, Kuchen, Likören, Toastbrot, Knabberartikeln und Blätterteigwaren zu finden.

• **CALCIUMSTEAROYL-2-LACTYLAT** ist ein Emulgator und ein Mehlbehandlungsmittel, das zum Beispiel in Desserts, Kuchen, Keksen, Blätterteiggebäck, Knabbererzeugnissen aus Getreide oder Kartoffeln, Toastbrot und Likören vorkommt.

E483 – STEARYLTARTRAT

Stearyltartrat ist ein Emulgator, den Unternehmen ausschließlich bei der Produktion von Backwaren verwenden.

E491-495 – SORBITANFETTSÄUREN

- **E491:** Backhefe, Kaffeeweißer, Kuchen, Desserts, Kekse, Blätterteigwaren, Zuckerwaren, Speiseeis
- **E492:** Kuchen, Kekse, Blätterteiggebäck, Speiseeis, Zuckerwaren, Desserts, Backhefe, Kaffeeweißer
- **E493:** Kuchen, Kekse, Blätterteiggebäck, Speiseeis, Desserts, Zuckerwaren, Kaffeeweißer und Backhefe
- **E495:** Kuchen, Kekse, Blätterteiggebäck, Speiseeis, Desserts, Zuckerwaren, Kaffeeweißer und Backhefe

E570 (T) – FETTSÄUREN

Fettsäuren sind Trennmittel, die beispielsweise in Kaugummis, als Überzugsmittel für Obst und in der Herstellung von Emulgatoren verarbeitet werden.

E920 – L-CYSTEIN

L-Cystein kann aus Federn oder Borsten gewonnen werden. Es kommt ausschließlich in Backwaren vor und sorgt dafür, dass Luft im Teig bleibt und die Haltbarkeit höher ist.

E966 – LACTIT

Lactit ist ein Zuckeraustauschstoff, der aus Milchzucker gewonnen wird. Er ist weniger süß und kalorienreich als Haushaltszucker.

E1105 (T) – LYSOZYM

Lysozym kann aus Hühnereiern isoliert oder durch Fermentation hergestellt werden. Es handelt sich dabei um einen Konservierungsstoff, der beispielsweise bei der Produktion von Hart- und Schnittkäse eingesetzt wird.

E1518 – GLYCERINTRIACETAT

Glycerintriacetat kommt natürlich in Papaya vor, verfügt über einen süßen und fruchtigen Geschmack und dient als Feuchthalttemittel sowie als Trägerstoff für Aromen und in Kaugummis.

*Der Deutsche Tierschutzbund e.V. erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit dieser Auflistung.