

So macht die Industrie ihre Kinder und das Klima krank

Gesundes Essen und Kinder – das klingt nach Krieg am Küchentisch. Das Gezeter war bei uns am größten bei Zucchini und allem, was mit Hirse zu tun hatte. Aber mittlerweile ist man Mutti ja dankbar, dass sie nicht nur Fischstäbchen und Dosenravioli serviert hat. Nur: Die Nahrungsindustrie versucht bei ihren Kindern genau das Gegenteil! Und sorgt so dafür, dass umweltfreundliches Essen für viele nach nichts schmeckt.

Denn wer als Kind seine Geschmacksnerven von Lebensmittelchemikern bearbeiten lässt, wird auch später nur zu Tiefkühlkost, Fertigfraß und Burgern greifen.

Und die sind dank Kühlkette und Transporten quer durch Europa extrem ungesund fürs Klima.

„Wer von früh an auf künstliche Aromen geprägt ist, dem schmeckt ein Apfel nicht mehr“, so die Ernährungsexpertin Monika Röger.

Das Problem: künstliches Erdbeeraroma oder Fertig-Tomatensossen schmecken erdbeeriger oder tomatiger als alles, was je auf einem Acker gesprossen ist. Normales Essen ist dagegen fad.

Und was die großen Nahrungsmultis ihren Kunden auftischen, ist größtenteils zu süß, voller Fett und radikal nährstoffbefreit. Dem

Käufer fällt's nicht auf – er ist nichts anderes gewohnt.

Denn die Industrie ist besonders gut darin, schon die Kleinsten an ihre Dickmacher zu gewöhnen – und die Eltern absichtlich zu täuschen. Bunt locken die Kinder-Sachen im Kühlregal und die Burger-Ketten im Fernsehen – und all das soll auch noch total gesund sein. Wie zum Beispiel die Milchschnitte von Ferrero, die mit der „Extraportion Milch“. Blöd nur, dass darin gerade mal ein Esslöffel des Kalzium-Lieferanten steckt. Dafür aber „drei Stück Würfelzucker, Öle, Fett und verschiedene Zusatzstoffe“, wie die Autoren des Buches „Die Wahrheit über Käpt'n Iglo und die Fruchtzwerges – was die Industrie unseren Kindern auftischt“ (Knauer, 8,95 Euro) anprangern. Das



Kinder lieben Burger. Und Konzerne tun alles, damit das so bleibt.

von Generationen geliebte Nutella, auch vom „Kinderfreund“ Ferrero, besteht demnach zu 85 Prozent aus Zucker und Fett. Kein guter Start in den Tag. Wundert es da noch, dass jedes vierte Kind zu dick ist?

Alles schön und gut, aber Ihr Kind macht Ihnen zu Hause die Hölle heiß? Damit Sie den Kampf am Küchentisch gewinnen, gibt es nächste Woche die besten Tipps, wie Sie Ihrem Kind Gesundes schmackhaft machen.