

472e). Die scheinbar simple Gurkenscheibe enthält unter anderem »natürliche«

AROMEN [23], dazu einen Säureregulator namens Calciumlactat (E 327) und den höchst umstrittenen Konservierungsstoff E 211

(Natriumbenzoat); er kann bei

HYPERAKTIVITÄT [44] eine Rolle spielen. Die Zusatzstoffe gelten zwar allgemein als unbedenklich. Doch es hängt von der Menge ab. Und die Menge ist bei real existierendem Fast Food beträchtlich. Der Hamburger ist Inbegriff einer industrialisierten Massenproduktion von Nahrungsmitteln. Für die Abkehr von der Natur. Seine Herkunft ist nicht mehr zu erkennen. Nichts erinnert daran, dass ein Tier getötet wurde. Es ist nur eine platte Hackfleischscheibe und niemand weiß, welche Kuh ihr Leben dafür lassen musste. Das erschwert die Ursachenforschung,

wenn plötzlich Krankheitserreger gefunden werden, wie bei der sogenannten Hamburgerkrankheit, die erstmals in den 1980er-Jahren auftrat: Gefährliche Bakterien vom Typ E.coli 0157:H7 hatten damals die Hackfleisch-Scheiben verseucht. Allein in den USA sterben nach Schätzungen jährlich 250 bis 500 Menschen an solchen E.coli-Infektionen, vor allem Kinder. Auch in Deutschland gibt es immer wieder Todesfälle, genauso in Großbritannien, in Schweden und Norwegen. Der Erreger wird nicht nur über Hack und Hamburger übertragen, auch über Orangensaft, Apfelsaft, Milch, Gemüse. Er entsteht durch artwidrige Fütterung der Rindviecher, die heute statt Gras und Heu zumeist Kraftfutter, mithin Getreide bekommen. Hamburger können zudem hormonell wirken – jedenfalls wenn die Rinder, wie in den

USA üblich, mithilfe von Hormonen gemästet wurden. Bei einem achtjährigen Jungen können täglich zwei Hamburger reichen, um den Hormonspiegel um bis zu zehn Prozent ansteigen zu lassen, schätzte der US-Umweltmediziner Samuel Epstein von der University of Illinois.

Sogar wenn die Mütter in der Schwangerschaft und Stillzeit derart hormonbelastetes Fleisch gegessen hatten, sank bei ihren Söhnen später die Spermienkonzentration, fand die Fortpflanzungsforscherin Shanna Swan von der University of Rochester im US-Bundesstaat New York heraus.

INFO

Jeder vierte Amerikaner sucht täglich eine Fast-Food-Filiale auf. Schöner werden die Fast-Food-Freunde dadurch nicht

*unbedingt. »Anfang der Siebzigerjahre explodierte der Fast-Food-Konsum in den USA, und seitdem ist die Zahl übergewichtiger Kinder um über das Doppelte gestiegen. Heute gibt es nirgendwo so viele Dicke wie in Amerika. Mehr als jeder zweite Erwachsene und etwa jedes vierte Kind leiden dort unter Übergewicht und Fettsucht«, schreibt der Amerikaner Eric Schlosser in seinem Buch »Fastfood Gesellschaft«. Und: »Weil sich immer mehr Menschen in aller Welt so ernähren wie Amerikaner, sehen sie allmählich auch so aus.« Tatsächlich macht Fast Food nicht nur dick, es führt auch zu **FALTEN [97]**: Die Inhaltsstoffe lassen die Haut nämlich schneller altern.*

BESSER

Schnelles Essen geht auch anders. Es

scheint, als habe die Trendwende schon begonnen. Überall in den Großstädten breiten sich neue schicke Asia-Imbisse aus, Gemüse aus dem Wok, Reis, gebratene Nudeln. Und die Kunden stehen Schlange. Es geht zwar nicht immer ganz ohne

GESCHMACKSVERSTÄRKER [21]

wie Glutamat, aber manche Asia-Shops haben auch hier die Zeichen der Zeit erkannt und lassen davon ab. Selbst Bäcker und Metzger bieten ihre Versionen der Asia-Cuisine an. Es scheint fast, als ob ein neues Fast-Food-Zeitalter angebrochen wäre.

Manche nehmen die Versorgung auch wieder selbst in die Hand. Für die knappe Mittagspause in der Firma bringen sich viele jetzt in neuen Thermo-Boxen Lunch-Pakete von zu Hause mit. Darin Selbstgekochtes wie Hühnchen, Reis oder die Reste von gestern.