



Wichtige Fakten zu Bärlauch als Lebensmittel

Vorkommen, Verwechslungsgefahr, Toxizität:

Bärlauch kann als Beilage zu Salaten verwendet oder als geschmacksgebende Zutat in Speisen verarbeitet werden.

Auch Lebensmittelbetriebe (Gemüserüstereien, Metzgereien, Teigwarenproduktionsbetriebe usw.) ernten im Frühling selbst Bärlauch.

Während der Erntezeit des Bärlauchs wachsen auch die zum Verwechseln ähnlichen Maiglöckchen und Herbstzeitlosen. Der Verzehr dieser beiden Pflanzen ist jedoch gesundheitsgefährlich (Blättervergleich siehe Bilder Seite 2).

Alle Pflanzenteile der Maiglöckchen enthalten Herzglykoside. Erbrechen und Durchfall sowie ein verlangsamter, unregelmässiger Puls sind die Symptome nach der Einnahme mehrerer Blätter. Gemäss dem Schweizerischen Toxikologischen Informationszentrum (Telefon 145) ist in der Schweiz in den letzten 30 Jahren allerdings kein schwerer Fall bekannt.

Die Herbstzeitlosen enthalten Colchicin, ein hochwirksames Zellgift, das in kleinsten Mengen (<1 mg pro kg Körpergewicht) lebensgefährlich ist. Treten nach einer vermeintlichen Bärlauchmahlzeit innert wenigen Stunden Übelkeit, Erbrechen und heftiger Durchfall auf, ist unverzüglich ein Arzt aufzusuchen. Dem Tox-Zentrum sind seit 1966 rund 200 Vergiftungen mit Herbstzeitlosen gemeldet worden. Diese können schwer verlaufen oder gar tödlich enden.

Bärlauch sollte daher grundsätzlich nur durch fachkundige Personen gesammelt werden.

Sicherheitsvorkehrungen und Dokumentation für Lebensmittelbetriebe:

Beim Ernten, Aufarbeiten und Verpacken des Bärlauchs ist ausschliesslich Personal einzusetzen, welches in Bezug auf die Unterscheidungsmerkmale der Pflanzen eingehend geschult ist (siehe auch im Internet unter www.toxi.ch oder www.hortipendium.de). Der Schulungsnachweis der Mitarbeitenden ist im Rahmen der Pflicht zur Selbstkontrolle zu dokumentieren.

Tritt trotz aller Vorsichtsmassnahmen eine Lebensmittelvergiftung auf, muss die für die Lebensmittelsicherheit verantwortliche Person des Betriebes zur Verhinderung weiterer Fälle die notwendigen Massnahmen einleiten (z.B. Sichern noch vorhandener Warenvorräte, Produktrückzug) und die Lebensmittelkontrollbehörden informieren.

Blättervergleich:



Maiglöckchen



Bärlauch



Herbstzeitlosen