Rezensionen von Buchtips.net

Hans-Ulrich Grimm: Die Ernährungsfalle

Buchinfos

Verlag:	Wilhelm Heyne Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Sachbuch
ISBN-13:	978-3-453-17074-2 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	3,53 Euro (Stand: 23. August 2025)

Wissen, was man isst!

Hans- Ulrich Grimm, ehemaliger Spiegel Redakteur, hat sich im vergangenen Jahrzehnt mit umfangreichem Wissen und dem Talent, dieses Wissen sprachlich anregend und verständlich zu vermitteln, zu einem anerkannten Experten in Fragen der Nahrungskritik entwickelt. "Dr. Watson - Der Food Detektiv" mit Sitz in Stuttgart ist der von ihm (mit anderen) geleitete Ernährungsinformationsdienst.

Vor kurzem erst erschien mit seinem Buch "Tödliche Hamburger" eine umfassend recherchierte Betrachtung moderner Nahrungsmittelindustrie, die einem den Geschmack (nicht nur) an Fast Food tiefgreifend ausgetrieben hat.

Nun legt er ein umfassendes Lexikon zum Thema vorm wie gewohnt gründlich recherchiert und sprachlich nachvollziehbar und verständlich verfasst.

Die Verbraucher hätten gerne gesunde, nährstoffreiche Nahrung und sind oft voll Vertrauen darauf, dass in der Nahrung enthalten ist, was von Seiten der Erzeuger im Brustton der Überzeugung verkündet wird.. Die Nahrungsmittelindustrie demgegenüber liefert aber genau das immer weniger. Das hat System und liegt am System, folgt man Hans-Ulrichs Grimm s Gedanken und Einlassungen zu den vielfältigen und das Thema ausführlich betrachtenden Einlassungen dieses Lexikons von A-Z.

Auf dem Hintergrund der Globalisierung arbeitet Hans-Ulrich Grimm überzeugend die Grundprobleme moderner Lebensmittelerzeugung heraus. Durch die weltweite Vernetzung von Lebensmittelproduzenten und Lebensmittelverarbeitender Industrie können Hygiene- und Kontrollstandards letztlich nicht jeden Schritt vieler Lebensmittel auf dem Weg zum Tisch des Verbrauchers nachvollziehen. Die rein an Rendite und Verkaufszahlen orientierte Haltung weiter Teile der Erzeuger tut ihr übriges hinzu, um möglichst preiswert Lebensmittel zu erstellen, diese dann aber mit möglichst großem Gewinn an den Verbraucher zu bringen.

Das bekannte Beispiel z.B. des Pesto, in dem nur rudimentäre Reste groß beworbener Zutaten wie Kräuter und Olivenöl zu finden sind, ansonsten aber möglichst preiswerte Zutaten ist nur ein bekannter Fall. Nicht nur aber konkrete Lebensmittel wie Cola oder Fertiggerichte führt er einer Betrachtung zu, auch Zusatzstoffe jeglicher Art werden von ihm in Herstellung und, vor allem, Wirkung ebenso genau beschrieben wie industrielle Mechanismen (Abfallwirtschaft, Massentierhaltung, Verpackung, Werbung und vieles mehr). Ein Blick auf die "Vitaminisierung der Nahrungsmittel" zeigt als eines der vielen Beispiele auf, wie Nahrungszusatzstoffe mehr und mehr zu einem gesundheitlichen Risiko und Problem werden. Sich in dieses Buch einzulesen braucht schon einen starken Magen und lässt den Blick in die eigene Vorratskammer nach der Lektüre von Erschrecken begleitet sein.

Natürlich verbleibt Grimm nicht bei der Problembeschreibung allein. In Dezentralisierung, biologisch kontrollierter Erzeugung und möglichst persönlicher geographischer Nähe zu den verzehrten Lebensmitteln sieht er eine fundierte Möglichkeit, dem Schaden zu entweichen, der vielerorts im Blick auf industriell erzeugte Lebensmittel droht.

Ein wichtiges Buch. Fundiert recherchiert, umfassend dargestellt mit einem weiten Blick auf Nahrungsmittel, Zusatzstoffe und industriellem Handeln der Nahrungsmittelerzeuger. Erschreckend, aber dadurch auch mit heilsamen Alternativen versehen. Hans-Ulrich Grimm bevorzugt einen unaufgeregten, beschreibenden Stil in verständlicher Sprache. Seine Thesen und Erkenntnisse werden immer wieder anhand kleiner Beispiele greifbar und lebendig gestaltet und sind daher dem Leser leicht zugänglich. In der Wirkung gerade durch den unaufgeregten,

beschreibenden Stil besonders nachhaltig in der Wirkung.

10 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Lesefreund
[24. September 2010]