

Bärlauch in Lebensmitteln

Vorkommen, Verwechslungsgefahr, Toxizität

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

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

Die Pflanzenteile der Herbstzeitlosen enthalten Colchicin, ein starkes Zellgift, das in kleinsten Mengen (<1mg pro kg Körpergewicht) lebensgefährlich ist. Treten nach einer vermeintlichen Bärlauchmahlzeit innert wenigen Stunden Übelkeit, Erbrechen und heftige Durchfälle auf, ist sofort das **Tox-Zentrum (Telefon 145)** anzurufen. Bei einer allfälligen Colchicinvergiftung darf keine Zeit verloren werden.

Die Pflanzenteile der Maiglöckchen enthalten Herzglykoside. Erbrechen und Durchfall sowie ein verlangsamter, unregelmässiger Puls sind die Symptome nach der Einnahme mehrerer Blätter.

Bärlauch sollte daher nur durch fachkundige Personen gesammelt werden.

Sicherheitsvorkehrungen und Dokumentation für Lebensmittelbetriebe

Auch Lebensmittelbetriebe (z.B. Metzgereien, Teigwarenhersteller, Gemüserüstereien) ernten im Frühling selbst Bärlauch. 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 Sicherheitsvorkehrungen eine Lebensmittelvergiftung ein, muss die für die Lebensmittelsicherheit verantwortliche Person des Betriebes die nötigen Massnahmen (z.B. sichern noch vorhandener Warenvorräte, Produktrückzug) einleiten und die Lebensmittelkontrollbehörden sofort informieren.

Pflanzenvergleich



Bärlauch-Blätter wachsen einzeln gestielt aus dem Boden.
Geruch nach Knoblauch beim Zerreiben!



Herbstzeilosen-Blätter sind fast ungestielt.
Geruch nicht nach Knoblauch beim Zerreiben!



Maiglöckchen-Blätter sind langstielig und wachsen paarweise aus dem gleichen Stängel.
Geruch nicht nach Knoblauch beim Zerreiben!

Rechtliche Grundlagen und weitere Merkblätter

Rechtliche Bestimmungen sowie weitere Merkblätter: www.kantlab.tg.ch