

E-Nummern: Umstrittene künstliche Farbstoffe

DIESE FARBSTOFFE SOLLTEN SIE MEIDEN

Zusatzstoff	Verwendung	Mögliche negative Reaktionen im Körper
E 102	Tartrazin	Brause, Brausepulver, Fruchtesenzen, Kunsthonig, Glace, Puddingpulver, Senf, Sirup, Süswaren
E 104	Chinolingelb	Brause, Puddingpulver, Räucherfisch, Ostereierfarbe
E 110	Sunsetgelb	Aprikosenkonfitüre, Biskuits mit Orangen-gelee, fertige Schokoladen-Mixgetränke, Fertigsuppen, Fertigpaniermehl, fertige Käsesauce, Joghurtcreme, Marzipan, Puddingpulver, Zitronenquark
E 122	Azorubin	Fertigprodukte, Biskuitrolle, Paniermehl, Pudding, Puddingmischung, braune Saucen, Fertigsuppen, Glace, Marzipan, Süswaren
E 123	Amaranth	Liköre, Fischrogen
E 124	Cochenillerot	Brause, Fruchtgelee, Lachsersatz, Süswaren
E 127	Erythrosin	Konservenfrüchte, Glace
E 129	Allurarot	Bitter-Soda, Bitter-Vino
E 133	Brillantblau	Englisches Gemüse in Konserven
E 142	Brillantsäuregrün	Süswaren
E 151	Brillantschwarz	Deutscher Kaviar, Fischrogen, Lakritze, Saucen, Süswaren
E 154	Braun FK	Englischer Räucherhering «Kippers»
E 155	Braun HT	Gebäck, Desserts, Würzmittel



Im 166-seitigen Gesundheitstipp-Ratgeber «Essen und trinken: Tipps für eine gesunde Ernährung» finden Sie viele weitere Informationen zu Zusatzstoffen und Tipps. Zu bestellen für Fr. 25.– (Nichtabonnenten Fr. 30.–) inkl. Porto und MwSt. über www.gesundheitstipp.ch oder Tel. 044 253 90 70.