



Geschmacksverstärker und Wachse

E 620 bis E 948

Nummer	Name	hauptsächliche Verwendung	mögliche Nebenwirkungen
E620	Glutaminsäure, Glutamat	Geschmacksverstärker, Fleisch- und Fischerzeugnisse, Suppen, Saucen, Getränke, Snacks, Süßwaren, Fertiggerichte, Brühwürfel, Streuwürzen, Knabberartikel, vor allem in chinesischen Gerichten	kann allergische Reaktionen auslösen (Kopfschmerzen, Nackentaubheit, Gliederschmerzen, Herzklopfen, Übelkeit), für empfindliche Menschen sehr bedenklich, Überdosierungen sind möglich - weil diese von der Zunge nicht mehr wahrgenommen werden, vom häufigen Verzehr ist abzuraten, gentechnische Herstellung möglich
E621	Natriumglutamat, Mononatriumglutamat	Geschmacksverstärker, vor allem in chinesischen Gerichten	vom häufigen Verzehr ist abzuraten, gleiche möglichen Nebenwirkungen wie E620, kann gentechnisch hergestellt sein
E622	Kaliumglutamat, Monokaliumglutamat	Fleisch- und Fischerzeugnisse, Fertiggerichte, Suppen, Saucen, Getränke, Süßwaren, Snacks, als Kochsalzersatz bei natriumarmer Ernährung	vom häufigen Verzehr ist abzuraten, gleiche möglichen Nebenwirkungen wie E620, kann gentechnisch hergestellt sein
E623	Calciumglutamat, Calciumdiglutamat	Herstellung von Brühwürfel, Fleischerzeugnisse, Fertiggerichte, Suppen, Saucen, Süßwaren, Dessertspeisen	vom häufigen Verzehr ist abzuraten, gleiche möglichen Nebenwirkungen wie E620, kann gentechnisch hergestellt sein
E624	Ammoniumglutamat, Monoammoniumglutamat	sehr häufig bei Fertiggerichten (Fleisch, Fisch, Gemüse) und Tiefkühlprodukten, Konserven	kann im Körper zur Bildung von biogenen Aminen kommen, gentechnischen und tierischen Ursprungs möglich



E625	Magnesiumglutamat, Magnesiumdiglutamat	künstlicher Geschmacksverstärker, Magnesiumverbindung der Glutaminsäure, findet vor allem in chinesischen Speisen Verwendung	können bei entsprechend disponierten Personen krankheitsauslösend wirken, bei zu erhöhten Dosen können etwa Kopfschmerzen, Nackentaubheit, Gliederschmerzen und Übelkeit auftreten, gentechnischen und tierischen Ursprungs möglich
E626	Guanylsäure, Guanosinmonophosphat, Guanylat	wird bei der Herstellung von Fertiggerichten und Würzmittel eingesetzt, wirken nur zusammen mit Salz - daher sind viele Fertiggerichte so salzhaltig, Tomatensuppe, Saucen, Streuwürzen	kann allergische Reaktionen auslösen, im Tierversuch wurden Veränderungen des Gehirns und der Leber und vermehrter Harnsäurebildung festgestellt, Menschen mit einer Harnsäureerkrankung können akute Schübe ausgelöst werden, solche Menschen sollten diesen Geschmacksverstärker meiden
E627	Natriumguanylat, Dinatriumguanylat	runden geschmacklich die vorwiegend salzigen Lebensmittel ab, häufig in Fertiggerichten, Tiefkühlprodukte, Tomatenprodukte, Fleischerzeugnisse	kann allergische Reaktionen auslösen, steht unter Verdacht Gicht bei Menschen zu begünstigen
E628	Kaliumguanylat, Dikaliumguanylat	häufig in Fertiggerichten, Kochsalzersatz, Würzmittel, Suppen, Saucen, Tiefkühlprodukte, Tomatenprodukte, Fleischerzeugnisse	werden im Menschlichen Organismus zu Harnsäure abgebaut - daher kann es zu einer Einlagerung von Harnsäure kommen
E629	Calciumguanylat	Fertiggerichte, Saucen, Suppen, Fleischerzeugnisse	bei Personen mit vorliegenden Harnsäureerkrankungen können weitere gesundheitliche Probleme auftreten



E630	Inosinsäure, Inosinat	ein sehr starker Geschmacksverstärker, Suppen, Saucen, Streuwürzen, Fertiggerichte, Tiefkühlprodukte	wird in Harnsäure umgewandelt - kann daher Gicht begünstigen
E631	Natriuminosinat, Dinatriuminosinat	wirkt appetitanregend, häufig in Fertiggerichten anzutreffen	kann allergische Reaktionen auslösen, wird zu Harnsäure abgebaut
E632	Kaliuminosinat, Dikaliuminosinat	natürlicher - pflanzlicher Geschmacksverstärker, wirkt appetitanregend, Würzmittel, Suppen, Saucen, Fertiggerichte, Tiefkühlprodukte, Tomatenprodukte	kann allergische Reaktionen auslösen, kann zu einer Einlagerung von Harnsäure kommen
E633	Calciuminosinat	Würzmittel, Suppen, Saucen, Fertiggerichte, Tiefkühlprodukte, Tomatenprodukte, Fleischerzeugnisse	Gichtpatienten sollten generell purinreiche Lebensmittel meiden
E634	Calcium-5-ribonucleotid	vor allem Würzmittel	kann allergische Reaktionen auslösen
E635	Natrium-5-ribonucleotid, Dinatrium-5-ribonucleotid	vor allem Würzmittel	kann allergische Reaktionen auslösen
E637	Ethylmaltol	synthetisch modifiziertes Maltol, Geschmacksverstärker	nach heutigem Erkenntnisstand unbedenklich
E640	Glycin und dessen Natriumsalze	wird häufig eingesetzt - um den bitteren Beigeschmack von Saccharin und anderen Süßstoffen zu überdecken	keine unerwünschten Nebenwirkungen
E900	Dimethylpolysiloxan, Silikonöl	künstliches Schaumverhütungsmittel, verhindert Aufschäumungen - z.B. bei der Herstellung von Konfitüre, Frittier Fetten und Pökellaken, die Haltbarkeit der Lebensmittel wird verlängert	gilt als unbedenklich
E901	Bienenwachs weiss und gelb	Salbengrundlage, Dragee-Glanzmittel, Trennmittel	wenn frei von Rückständen - völlig harmlos



E902	Candelillawachs	wird aus der brasilianische Wachspalme gewonnen, Oberflächenbehandlung für Zitrusfrüchten, Äpfel, Melonen, Birnen, Süßwaren, Schokolade, Knabbererzeugnisse, Backwaren, Kaffeebohnen, Nüsse, Kaumasse für Kaugummi	Candelillawachs ist unverdaulich, gilt aber als unbedenklich
E903	Carnaubawachs	Trennmittel, Poliermittel für Dragees, wird aus den Blättern der Fächerpalme Copernicia prunifera gewonnen	bei Tierversuchen mit normalen Dosierungen von Carnaubawachs zeigten sich keine Nebenwirkungen, gilt als unbedenklich
E904	Schellack	Oberflächenbehandlung von Äpfeln, Ananas, Birnen, Melonen, Pfirsich, Zitrusfrüchten, Süßwaren, Schokolade, Backwaren, Kaffeebohnen	gilt als unbedenklich, ist unverdaulich
E905	Mikrokristallisiertes Wachs, Paraffin, Paraffinöl	wird aus Erdöl gewonnen, Oberflächenbehandlungsmittel, wird bei der Herstellung von Salben verwendet, Trennmittel	mögliche Nebenwirkungen sind keine bekannt, eine toxikologische Wirkung ist nicht hundertprozentig auszuschließen
E912	Montansäureester	natürliches Überzugsmittel, zur Oberflächenbehandlung von Zitrusfrüchten	kann allergische Reaktionen auslösen, bei Tierversuchen wurden gesundheitsschädliche Auswirkungen festgestellt, da die Schalen der Früchte nicht verzehrt werden - sind keine negativen Erscheinungen zu erwarten
E914	Polyethylenwachsoxidate	zur Oberflächenbehandlung von Zitrusfrüchten, die behandelten Produkte müssen als gewachst gekennzeichnet werden	es sind keine schädlichen Nebenwirkungen zu erwarten
E920	L-Cystein	Mehlbehandlungsmittel, durch L-Cystein kann die Form und Größe von Backwaren vorbestimmt werden und	kann gentechnisch hergestellt sein



verstärkt das Aroma, bei der Medizin wird L-Cystein in der Lebertherapie und bei Schwermetallvergiftungen eingesetzt

E927b	Carbamid, Harnstoff, Urea, Kohlensäurediamid	Stabilisator - Lösungsmittel, Kaugummi ohne Zuckerzusatz, Bestandteil von Cremes und Salben als Lösungsvermittler	Carbamid wird als unbedenklich eingestuft
E938	Argon	natürliches Treibgas und Schutzgas, z.B. in Sahnedosen	gilt als unbedenklich
E939	Helium	natürliches Treibgas, Schutzgas und Packgas, wird für sauerstoffempfindliche Aromen - Milcherzeugnisse verwendet	unbedenklich
E941	Stickstoff	oxidationsempfindliche Lebensmittel z.B. Aromen und Gewürze, Gefriertrocknung für Obst und Gemüse, Verpackte - oxidationssempfindliche Lebensmittel	Stickstoff gilt als unbedenklich
E942	Distickstoffmonoxid, Lachgas	allgemein für Lebensmittel zugelassen ohne Höchstmengenangaben, in Lebensmittel bei denen ein Schaumbildung erwünscht ist, Desserts, Fertigpuddings, Sahne-Sprühdosen	Distickstoffmonoxid gilt als unbedenklich
E 948	Sauerstoff	Aufschäumen für Lebensmittel, erzeugt und stabilisiert die rote Farbe des frischen Fleisches, ohne Einschränkung in allen Lebensmitteln zugelassener Zusatzstoff	keine Nebenwirkungen