



## Konservierungsstoffe - E200 bis E283

Nummer	Name	hauptsächliche Verwendung	mögliche Nebenwirkungen
E200	Sorbinsäure	Feinkostprodukte, Halbfettmargarine, Dauerwurst, Fischerzeugnisse, Marmelade, Mayonnaise, Wein, Saucen, Sauergemüse, Schnittbrot	nur wenige Menschen reagieren allergisch
E202	Kaliumsorbitat	beeinträchtigen den Eigengeschmack, z.B. von Brot, Joghurt, Salatsaucen	keine
E203	Calciumsorbitat	beeinträchtigen den Eigengeschmack, z.B. von Brot, Joghurt, Milchprodukte	keine
E210	Benzoessäure	Fischerzeugnisse, Saucen, gesäuerte Gemüse, Marinaden, Mayonnaise	kann allergische Reaktionen auslösen
E211	Natriumbenzoat	findet Verwendung zur Herstellung von Margarine, Orangensaft und Sojasoße	kann Allergien auslösen, besonders bei Personen mit Heuschnupfen, Asthma oder Hautallergien
E212	Kaliumbenzoat	Zulassung für Fruchtsäfte	kann Allergien auslösen
E213	Calciumbenzoat	künstlich hergestellter Stoff - Calciumverbindung der Benzoessäure, findet Verwendung bei der Herstellung von Fruchtsäften und Fruchtmark	kann Allergien auslösen, insbesondere bei Menschen mit Asthma, Heuschnupfen oder Hautallergien
E214	pHB-Ester und Benzoate	Fischprodukte, Feinkostsalate, Süßwaren	kann allergische Reaktionen auslösen
E215	pHB-Ester-Natriumethyl-Verbindung	Fruchtsäfte, Trockenfrüchte, Marinaden	kann Allergien auslösen, wirken gefäßerweiternd
E216	pHB-n-Propylester	Salatsoßen, Trockenfrüchte	kann Allergien auslösen, wirken gefäßerweiternd
E217	pHB-n-Propylester-Natriumpropylverbindung	Würzmittel, Fruchtsäfte	kann Hautreizungen und Allergien auslösen, wirken gefäßerweiternd



<b>E218</b>	<b>pHB-Methylester</b>	Snacks, Fruchtsäfte, Trockenfrüchte	<b>kann Allergien auslösen, wirken gefässerweiternd</b>
<b>E219</b>	<b>pHB-Natriummethylester</b>	Fertigsalate, Fruchtsäfte, Trockenfrüchte	<b>kann Allergien auslösen, Kreuzallergien gegenüber Sulfonamiden sind vereinzelt möglich, wirken beim Menschen gefässerweiternd, in hohen Dosen führen sie bei Ratten zur Verlangsamung des Wachstums</b>
<b>E220</b>	<b>Schwefeldioxid, Sulfit-Verbindungen</b>	Gemüsekonserven, Trockenfrüchte, Obstkonserven, Kartoffelerzeugnisse, Wein	<b>Asthma, Kopfschmerzen, Übelkeit, Reizungen des Magen-Darm-Traktes</b>
<b>E221</b>	<b>Natriumsulfit</b>	Beschreibung: Natriumverbindung der Schwefelsäure, ist für eine sehr große Zahl verschiedener Lebensmittel zugelassen, in Wein ist das Schwefeln ein allgemein übliches Verfahren zur Haltbarmachung	<b>E221 zerstört B-Vitamine und Folsäure, bei Asthmatikern können Anfälle hervorgerufen werden, außerdem kann E221 zu Kopfschmerzen, Migräne und Übelkeit führen</b>
<b>E222</b>	<b>Natriumhydrogensulfit</b>	Trockenfrüchte, Kartoffelgerichte, Fruchtsäfte, Marmelade, Knabberzeugnisse, bleicht Lebensmittel wie Meerrettich und Zucker, Verwendung vor allem im Wein	<b>bei empfindlichen Personen können schon kleine Mengen zu Übelkeit, Durchfall, Völlegefühl und Kopfschmerzen führen, reizt den Magen-Darmkanal, besonders Menschen mit geringer oder erhöhter Magensaftproduktion</b>
<b>E223</b>	<b>Natriumdisulfit, Natriummetabisulfit</b>	gleiche Verwendung wie E221 und E222	<b>gleiche mögliche Nebenwirkungen wie E221 und E222</b>
<b>E224</b>	<b>Kaliumdisulfit, Kaliummetabisulfit</b>	Verwendung: siehe Schwefeldioxid E220	<b>Sicherheit: siehe Schwefeldioxid E220</b>
<b>E226</b>	<b>Calciumsulfit</b>	Verwendung: siehe Schwefeldioxid E220	<b>Sicherheit: siehe Schwefeldioxid E220</b>
<b>E227</b>	<b>Calciumhydrogensulfit</b>	künstlich hergestellter Stoff, für eine große Zahl verschiedener Lebensmittel zugelassen, in Wein ist das Schwefeln ein allgemein übliches Verfahren zur Haltbarmachung	<b>E227 zerstört B-Vitamine und Folsäure, Magenreizungen sind möglich</b>



<b>E228</b>	<b>Kaliumhydrogensulfid</b>	Gemüsekonserven, kandierte Früchte, Kartoffelerzeugnisse, Wein, Trockenobst	<b>Kopfschmerzen, Migräne, Magenreizungen und Übelkeit. E 228 zerstört B-Vitamine und Folsäure, bei Asthmatikern können Anfälle hervorgerufen werden</b>
<b>E230</b>	<b>Diphenyl, Biphenyl</b>	Behandlung der Schalen von Zitrusfrüchten oder auch für das Einwickelpapier	<b>allergische Reaktionen</b>
<b>E231</b>	<b>Orthophenylphenol</b>	gleiche Verwendung wie E 230	<b>allergische Reaktionen</b>
<b>E232</b>	<b>Natriumorthophenylphenol</b>	gleiche Verwendung wie E 230	<b>allergische Reaktionen</b>
<b>E234</b>	<b>Nisin</b>	Griespudding, Tapiokapudding, Käse, Schmelzkäse	<b>allergische Reaktionen oder auch Migräne</b>
<b>E235</b>	<b>Natamycin</b>	Oberflächenbehandlung von Käse, gepökelten und getrocknetem Fleisch, Salami und Landjäger	<b>große Mengen können eine Nierenreizung hervorrufen</b>
<b>E239</b>	<b>Hexamethylentetramin</b>	Provolone-Käse	<b>spaltet im Körper Formaldehyd ab</b>
<b>E242</b>	<b>Dimethyldicarbonat</b>	Erfrischungsgetränke und Limonaden	<b>allergische Reaktionen</b>
<b>E249</b>	<b>Kaliumnitrit</b>	Schinkenspeck, Schinken, Pökelsalz, Fischprodukte, Käse	<b>kann die Bildung von krebserregenden Nitrosaminen begünstigen, behindert den Sauerstofftransport im Blut, Kopfschmerzen</b>
<b>E250</b>	<b>Nitritpökelsalz, Natriumnitrit</b>	Zulassung für bestimmten Lebensmittel - Höchstmenge bei gepökelten und anderen Fleischerzeugnissen 50-175 mg/kg, jeweils bezogen auf das Endprodukt und als Gesamtmenge, findet Verwendung bei gepökelte Wurst- und Fleischerzeugnisse, auch in Dosenfleisch oder etwa in Gänseleberpastete - Entenleberpastete, Speck, Wurst und Schinken	<b>gesundheitlich sind Nitrite sehr problematisch, besonders wirken Nitrite gefäßerweiternd und blutdrucksenkend, in höheren Dosen können sie zu akuten Vergiftungserscheinungen führen, Pökelsalz kann im menschlichen Körper zu stark krebserregenden Nitrosaminen umgewandelt werden, Nitrosaminen kann man mit Vitamin C entgegen wirken</b>



<b>E251</b>	<b>Natriumnitrat</b>	Verwendung in Fleisch- und Wurstwaren, Hartkäse, Schnittkäse, Käseimitate auf Milchbasis, eingelegte Sprotten und Heringe	<b>gleiche mögliche Nebenwirkungen wie E250</b>
<b>E252</b>	<b>Kaliumnitrat</b>	gepökeltes Fleisch, Wurst, Pökelsalz	<b>allergische Reaktionen, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Erbrechen und Schwindel sind möglich</b>
<b>E280</b>	<b>Propionsäure</b>	abgepacktes und geschnittenes Brot, Roggenbrot, Propionsäure ist geschmacksverfälschend	<b>keine bekannt</b>
<b>E281</b>	<b>Natriumpropionat</b>	Zulassung in allen industriell hergestellten Backwaren, Kuchen, wird besonders bei schimmelfähige Produkte eingesetzt	<b>kann gentechnisch hergestellt sein und allergische Reaktionen möglich</b>
<b>E282</b>	<b>Calciumpropionat</b>	künstlich hergestelltes Konservierungsmittel, findet vor allem in Schnittbrot und Gebäck Verwendung	<b>kann gentechnisch hergestellt sein und ist auch Geschmacksverfälschend</b>
<b>E283</b>	<b>Kaliumpropionat</b>	abgepackte Feinbackwaren, Roggenbrot	<b>keine bekannt</b>