

Die weitere Kritik bezieht sich auf die zugesetzte Citronensäure, die als Säuerungsmittel eingesetzt wird und für den fruchtigen Geschmack mitverantwortlich ist. Dabei wird besonders kritisiert, dass dieser europaweit zugelassene Lebensmittelzusatzstoff (E 330) synthetisch hergestellt ist. Prinzipiell handelt es sich bei dieser Synthese um die Herstellung der naturidentischen Citronensäure so wie sie auch in Zitronen, Beerenfrüchten, Orangen etc. vorkommt, dabei sind die Gehalte in Obst deutlich höher (Zitrone 46 g/kg, Johannisbeere und Himbeere 17 g/kg, Orange bzw. Grapefruit 10-13 g/kg) als sie mit zugesetzten 1-3g im Mehrfruchtgetränk „Fruchtiger“ vorliegen. Citronensäurehaltige Lebensmittel mit weniger als 1 g/kg sind z.B. Erbsen 0,85 g/kg, Weißkohl 0,73 g/kg und grüne Bohnen 0,15 g/kg. Citronensäure ist in der Natur weit verbreitet und kommt nicht nur in pflanzlichen sondern auch in tierischen Lebensmitteln vor.

Die berechtigte Kritik einer überhöhten Citronensäureaufnahme betrifft regelmäßig hohe Zufuhrmengen, die zu einer Herabsetzung des pH-Wertes des Speichels führen können und somit zu einer Herauslösung von Mineralstoffen aus dem Zahnschmelz was Zahnschäden zur Folge haben kann. Dies trifft insbesondere für Süßigkeiten zu, denen ein hoher Anteil von Citronensäure zugesetzt wurde wie z. B saure Drops, Weingummiprodukte etc. sofern sie in großen Mengen und ohne Nachspülen verzehrt werden. Wegen der unterschiedlichen Einwirkungszeit von Süßigkeiten und Getränken wird selbst bei gleichen Gehalten an Citronensäure der zahnschädigende Effekt von Getränken deutlich geringer sein, insbesondere wenn diese Getränke wenig Kohlenhydrate enthalten, die für die eigentlichen kariösen Läsionen verantwortlich sind.

Dies bestätigt auch das BfR (Bundesinstitut für Risikobewertung), das in einer aktualisierten Stellungnahme (NR. 006/2005 des BfR vom 09.01.04) zu Citronensäure und dem Risiko für Zahnschäden schreibt: „Das Risiko der Zahnschmelzerstörung vergrößert sich, wenn mit der Citronensäure große Mengen von Zucker verzehrt werden.“ In dieser Stellungnahme heißt es ferner: „Aus der dem BfR zur Verfügung stehenden Literatur lassen sich keine Dosis-Wirkungsbeziehungen für das erosive Potential von Citronensäurelösungen ableiten, da in den meisten getesteten Getränken außer Citronensäure auch andere Säuren vorhanden sind.“

Fazit: Mit der Entwicklung von kalorienreduzierten Getränken leistet die Ernährungsindustrie einen aktiven Beitrag zu einem ernährungspolitischen Problemthema. Ein kalorienreduziertes