

## Tierische Inhaltsstoffe in Lebensmitteln



Ein Verzeichnis sämtlicher E-Nummern, die tierischer Herkunft sein können, und weitere Produkte, bei denen Vorsicht geboten ist.

Zusammengestellt von



## Gelatine in Fruchtsäften

Um klare Flüssigkeiten zu erhalten, werden die Trubstoffe oft mit tierischen Hilfsstoffen gebunden und können so leichter entfernt werden. Zum Beispiel werden Gelatine, Eiwiss, Hausenblase (Schwimmbläse des Störs) oder Chitin (zerkleinerte Hummer- oder Krabbenschalen) dafür verwendet.

### Folgende Produkte können geklärt sein:

- Klare Fruchtsäfte
- Alkoholisches Getränke (Wein, Bier, Schnaps) (naturtrübe sind unbedenklich)
- Essige



## Käberlab in Käse

Wer noch Milchprodukte konsumiert, muss sich bewusst sein, dass auch dort Bestandteile von toten Tieren verwendet werden können. Denn um die Milch zum Gerinnen zu bringen, wird Lab verwendet. Tierisches Lab ist ein Enzym, das aus dem Magen von jungen geschlachteten Kälbern gewonnen wird.

### Folgende Zutaten können betroffen sein:

- Milchzucker (Laktose)
- Milcheiweiss/-protein
- Molke
- Hartkäse
- Frischkäse
- Quark



## Vitamine

A.....	Retinol.....	FS
B1.....	Thiamin.....	FS
B2.....	Riboflavin.....	FS
B5.....	Pantothensäure.....	F
B7.....	Biotin.....	FS
B9.....	Folsäure.....	FS
B13.....	Orotsäure.....	M
D.....	Calciferol.....	M
D3.....	Cholecalciferol.....	F
E.....	Tocopherol.....	FSM
K2.....	Menachinon.....	ME

Alle nicht hier aufgeführten Vitamine sind **nie** tierischer Herkunft.

Manche aufgeführten Vitamine können selbst pflanzlich sein, werden jedoch mit dem Schlachtprodukt Gelatine konserviert.

E-Nr.	Zusatzstoff	Kürzel
628.....	Kaliumguanylat.....	FS
629.....	Calciumguanylat.....	FS
630.....	Inosinsäure, Inosinat.....	FS
631.....	Natriuminosinat.....	FS
634.....	Calcium-5-ribonucleotid.....	FS
635.....	Natrium-5-ribonucleotid.....	FS
640.....	Glycin, Natriumglycinat.....	FS
901.....	Bienenwachs.....	B
904.....	Schellack.....	I
913.....	Wollfett (von getöteten Tieren).....	I
920.....	L-Cystein.....	FM
966.....	Lactit.....	M
1105.....	Lysozym.....	ME
1518.....	Glycerinriacetat.....	FS

Tierische Zusätze ohne E-Nummer (z.B. Gelatine, Laktose, tierische Fette etc.) sind in dieser Liste nicht aufgeführt.

Die Liste Online: [mobil.vegetarismus.ch](http://mobil.vegetarismus.ch)

E-Nr.	Zusatzstoff	Kürzel
445.....	Glycerinester aus Wurzelharz.....	F
470a,b.....	Speisefettsäuren und ihre Salze.....	F
471.....	Mono- und Diglyceride von.....	F
	Speisefettsäuren	
472a-f.....	E 471 verestert mit Säure.....	F
473.....	Zuckerester.....	F
474.....	Zuckerglyceride.....	FS
475.....	Polyglycerinester.....	F
476.....	Polyglycerin-Polyricinoleat.....	F
477.....	Propylenglycolester.....	F
479b.....	Sojaöl mit Diglyceriden.....	FS
481/482...	Stearoyllactylate.....	M
483.....	Stearyltartrat.....	F
491-495...	Sorbitanfettsäureester.....	F
516.....	Calciumsulfate.....	F
570.....	Fettsäuren.....	F
572.....	Magnesiumstearat.....	F
585.....	Eisen-II-Lactat.....	MS
626.....	Guanylsäure.....	FS
627.....	Natriumguanylat.....	FMS



Alle Produkte, die Zutaten aus dieser Broschüre enthalten, müssen beim Hersteller abgeklärt werden, ob sie für Vegetarier geeignet sind. Ausgenommen sind Produkte, die mit dem Europäischen Vegetarismus-Label gekennzeichnet sind. Diese enthalten garantiert keine versteckten Zutaten tierischer Herkunft. [www.v-label.info](http://www.v-label.info)

Swissveg  
Niederfeldstrasse 92, 8408 Winterthur  
info@swissveg.ch  
Telefon: 071 477 33 77, Fax: 071 477 33 78  
Stand: 3.9.2013

Das Kürzel gibt die **mögliche** Herkunft an:  
F = Fleisch/Fisch (oder Bestandteile davon)  
M = Milch, E = Eier, B = Bienen  
S = selten tierisch, I = immer tierisch