



PRESSEINFORMATION

Geheimnis Geschmack – von süß bis salzig

Heilbronn, im Mai 2013 | „Über Geschmack lässt sich nicht streiten“ – darüber besteht Einigkeit. Aber was genau versteht man eigentlich unter Geschmack? Wie entsteht er, wie verändert er sich, was beeinflusst ihn? Im Lehrbuch wird Geschmack im engeren Sinne anhand der verschiedenen Geschmacksrichtungen definiert, die man über Zunge und Rachen wahrnimmt. Im alltäglichen Gebrauch wird der Begriff jedoch in aller Regel deutlich weiter gefasst und schließt Geruchseindrücke ebenso wie situative Aspekte mit ein.

Geschmack und Geschmacksempfinden sind vorgegeben, werden erlernt, geprägt und verändern sich. Wissenschaftlich belegt ist, dass bestimmte Geschmacksvorlieben bereits in unseren Genen angelegt sind. Dazu gehören zum Beispiel jene für Süßes, aber auch eine Salzpräferenz. Hinter der angeborenen Vorliebe für Süßes steckt ein evolutionsbiologischer Vorteil. Denn Muttermilch schmeckt süß, süße Pflanzen sind nicht giftig und Süße ist zudem ein Hinweis auf das Vorhandensein lebenswichtiger Kalorien. Salz hingegen ist ein für den Menschen und für alle Lebensprozesse unverzichtbarer Mineralstoff. Wissenschaftler vermuten, dass der Körper mit der Wahrnehmung von Salz versucht herauszufinden, wie viel Elektrolyte beziehungsweise Mineralstoffe in einer Speise enthalten sind. „Kleine Mengen sind lebensnotwendig, darum mögen wir Salz und beurteilen Speisen als geschmacklich besser, wenn sie gewisse Anteile davon enthalten“, erklärt PD Dr. Thomas Ellrott, Leiter des Instituts für Ernährungspsychologie an der Universität Göttingen. Während insbesondere Kinder ‚zu süß‘ nicht kennen, signalisiert der



Körper beim Verzehr einer Speise, wenn genug Salz enthalten ist: Man empfindet sie als versalzen. Wer mehr über die pro Tag empfohlene Verzehrmenge wissen möchte, wird zum Beispiel bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (www.dge.de) oder bei Deutschlands bekanntester Salzmarke Bad Reichenhaller (www.bad-reichenhaller.de) fündig.

Wie Geschmack sich entwickelt

Im Allgemeinen nimmt man allerdings an, dass die Vererbung insgesamt weniger Einfluss auf Geschmacksvorlieben und -abneigungen hat als spätere Lernvorgänge. „Geschmack ist sehr individuell, da er das Resultat einer für jeden Menschen einzigartigen Essbiographie darstellt“, erläutert der Ernährungsexperte Ellrott. „Diese wird zwar von der lokalen Esskultur grundlegend vorgegeben. Aber die persönlichen Präferenzen sind darüber hinaus erheblich von den eigenen Vorbildern und Lebenssituationen abhängig.“ Das heißt, die lokal verfügbaren Speisen bestimmen den groben Rahmen. Was die Details angeht, spielt das Beobachtungslernen eine große Rolle: Was die Vorbilder tun wird wahrgenommen und anschließend imitiert. Daneben beeinflussen auch emotionale Erlebnisse und Vieles, was im Leben parallel geschieht, Geschmackserlebnisse und -prägungen. „Wer zum Beispiel eine bestimmte Speise kurz nach dem Gewinn eines Sportwettbewerbs gegessen hat, verbindet damit in aller Regel auch später Positives“, so Ellrott.

Wie Geschmack sich langfristig verändert

Nicht nur der Geschmack des Einzelnen entwickelt sich, auch über Generationen hinweg sind Veränderungen von Geschmack beziehungsweise Geschmackswahrnehmung festzustellen. Das verfügbare Angebot an Speisen ist heute im Vergleich zu früheren Zeiten beispielsweise aufgrund von Transportmöglichkeiten, Mobilität und



Durchmischung der Kulturen deutlich größer. Hinzu kommt, dass „auch die sprachliche Differenzierung des Geschmacks von Speisen und Getränken deutlich zugenommen hat, was bei der Beschreibung von Wein vielleicht am besten deutlich wird“, wie Ellrott feststellt. „So können wir heute grundsätzlich wesentlich differenzierter schmecken und benennen als noch vor Jahrhunderten.“ Auch hier spielen das Lernen und Üben eine große Rolle. Bewusstes Essen und Schmecken helfen dabei, die Wahrnehmung zu schulen.

Infokasten: Die wichtigsten Geschmacksrichtungen

Süß, salzig, bitter und sauer – über diese vier Geschmacksrichtungen ist man sich schon lange einig. Heute geht man jedoch von der Existenz zweier weiterer biologischer Grundgeschmacksrichtungen aus, für die ebenfalls Geschmacksrezeptoren auf der Zunge nachgewiesen werden konnten: umami und fettig. Die Fettrezeptoren wurden erst Anfang des 21. Jahrhunderts entdeckt. Ihre Aufgabe besteht darin, fettreiche Nahrung zu erkennen. Die biologische Funktion der Geschmacksqualität umami hingegen ist es, besonders proteinreiche Lebensmittel zu identifizieren. Der aus dem Japanischen stammende Begriff wird folgerichtig zum Beispiel mit „herzhaft, intensiv, wohlschmeckend“ wiedergegeben.

Über Bad Reichenhaller

Bad Reichenhaller ist eine Marke der Südsalz GmbH, die für hochwertiges MarkenSalz aus den Tiefen der Alpen steht. Gewonnen aus der natürlichen Alpensole des Bad Reichenhaller Beckens garantiert es höchste Qualität beim Würzen, Kochen und Backen. Als „weißes Gold“ hat das salzhaltige Quellwasser schon vor hunderten von Jahren seinen Ursprungsort berühmt gemacht. Heute ist Bad Reichenhaller die bekannteste Marke im Speisesalzsegment. Das Produktportfolio von Bad Reichenhaller umfasst MarkenSalze ohne und mit Zusatz von Vitaminen und Spurenelementen für eine ausgewogene Ernährung sowie eine große Auswahl an GewürzSalzen und GewürzSalzMühlen. Mehr Informationen: www.bad-reichenhaller.de



BRH_Geschmack1.jpg

(Foto: © Bad Reichenhaller)

Geschmack wird früh geprägt: Wertvolle Zutaten und gemeinsames Kochen schaffen eine wichtige Grundlage für die Geschmacksentwicklung.



BRH_Geschmack2.jpg

(Foto: © B. Ellrott/Bad Reichenhaller)

„Geschmack ist sehr individuell, da er das Resultat einer für jeden Menschen einzigartigen Essbiographie darstellt“, sagt Ernährungsexperte PD Dr. Thomas Ellrott.

Hochauflösendes Bildmaterial finden Sie im Anhang, der Abdruck ist honorarfrei bei Angabe der Bildquelle „Bad Reichenhaller“ bzw. wie oben angegeben.

Wir freuen uns über ein Belegexemplar.

Bitte nehmen Sie, z. B. bei Rückfragen und Interviewwünschen oder wenn Sie anderes Bildmaterial benötigen, Kontakt mit uns auf!

Kontakt:

Südsalz GmbH
Lena Backfisch
Tel.: 07131/6494-1866
E-Mail: lena.backfisch@suedsalz.de
www.bad-reichenhaller.de

Pressekontakt:

Ansel & Möllers GmbH
Anke Beisswänger | Tanja Rupp
Tel.: 0711/92545-214
E-Mail: a.beisswaenger@anselmoellers.de
www.anselmoellers.de