

Vorsicht beim Verzehr von bitteren Zucchini

Mitteilung Nr. 027/2015 des BfR vom 4. September 2015

In der Presse ist aktuell von einem Vergiftungsfall mit Todesfolge nach Verzehr bitterer Zucchini berichtet worden.

Die gesundheitlichen Beeinträchtigungen werden im Zusammenhang mit dem erhöhten Auftreten von Bitterstoffen gesehen. Ursache für den bitteren Geschmack sind die in der Pflanze natürlicherweise enthaltenen Bitterstoffe, die je nach Sorte und Wachstumsbedingungen in höheren Konzentrationen auftreten können. Das BfR empfiehlt einen ungewöhnlich bitteren Geschmack als Warnzeichen zu deuten, dass derartige Zucchini nicht zum Verzehr geeignet sind. Vor der Zubereitung sollte das rohe Gemüse gekostet und bei einem bitteren Geschmack nicht verwendet werden.

Einige Bundesländer warnen vor dem Verzehr von bitteren Zucchini und den botanisch verwandten Kürbissen, nachdem vermehrt Vergiftungsfälle gemeldet wurden, die u.a. auch durch bitter schmeckende Zucchini verursacht sein sollen. Die Zucchini und Kürbisse stammen aus dem privaten Anbau. Der bittere Geschmack wird durch sogenannte Cucurbitacine verursacht, die von verschiedenen Kürbisgewächsen, zu denen auch die Zucchini zählt, gebildet werden. Allerdings wurde in den für den menschlichen Verzehr gedachten Kultursorten die Fähigkeit zur Bildung dieser Stoffe herausgezüchtet. In der Öffentlichkeit wird vielfach vermutet, dass durch die große Trockenheit in den vergangenen Wochen die Pflanzen verstärkt Bitterstoffe bilden. Auch wird berichtet, dass der Anteil an Bitterstoffen von Pflanze zu Pflanze, nach Entwicklungsstadium der Frucht und ökologischen Verhältnissen vor Ort stark schwanken kann.

Dem BfR wurden in 24 Jahren keine Vergiftungen durch Zucchini oder Kürbisse gemeldet. In den Giftinformationszentren in Deutschland erfolgen durchschnittlich pro Jahr 60 bis 70 Beratungen zu Gesundheitsbeeinträchtigungen nach Genuss von Zucchini. Bei Beschwerden nach Zucchini-Verzehr kommt es meist zu einer Magen-Darm-Reizung mit leichten Symptomen wie Erbrechen, Durchfall oder Bauchschmerzen. Gelegentlich können diese Symptome auch über mehrere Tage anhalten. Ursache dafür sind die in der Pflanze enthaltenen Bitterstoffe, die Cucurbitacine. Todesfälle wurden dem BfR oder den Giftinformationszentren bisher nicht berichtet.

Im Allgemeinen verhindert der bittere Geschmack eine Aufnahme toxischer Mengen. Dass ein stark bitterer Geschmack nicht als Warnung wahrgenommen wird, wird in seltenen Fällen berichtet. Eine Einschränkung des Geschmacksempfindens könnte eine Rolle spielen.

Weitere Informationen

Cucurbitacine in selbst angebauten Zucchini, CVUA Stuttgart
http://www.ua-bw.de/pub/beitrag.asp?subid=1&Thema_ID=2&ID=2135&lang=DE&Pdf=No

Vermehrte Vergiftungsfälle durch bittere Zucchini, LGL Bayern
<http://www.lgl.bayern.de/presse/detailansicht.htm?tid=34307>

Referenzen

Giftpflanzen
Frohne, Dietrich. - Stuttgart : Wiss. Verl.-Ges., 2004, 5., neu bearb. und erw. Aufl., 148 f.

Biogene Gifte

Teuscher, Eberhard. - Stuttgart : Wiss. Verl.-Ges., 2010, 3., neu bearb. und erw. Aufl., 213 ff.