

PRESSEINFORMATION

Low-FODMAP-Ernährung mit Frusano

Frusano erhält für zwei Produkte eine low-FODMAP-Zertifizierung

München, 17.08.2022 – Ein zunehmender Anteil der deutschen Bevölkerung leidet an Nahrungsmittelunverträglichkeiten und chronischen Darmerkrankungen wie dem Reizdarmsyndrom. In diesem Zusammenhang fallen immer wieder Begriffe wie FODMAP und low-FODMAP-Ernährung, um die Beschwerden der Betroffenen zu lindern. Doch was bedeutet FODMAP und wie funktioniert eine low-FODMAP-Ernährung? Das Unternehmen Frusano setzt sich seit seiner Gründung für die Aufklärung speziell auf dem Gebiet der Nahrungsmittelunverträglichkeiten ein und bietet Produkte, die auch im Rahmen einer low-FODMAP-Ernährung bedenkenlos verzehrt werden können. Zwei dieser Produkte – Frusano Bio Vollmilch Schokolade und Frusano Bio Erdbeer Rhabarber Fruchtaufstrich – haben nun Zertifikate führender low-FODMAP-Akkreditierer – Monash University und FODMAP friendly – erhalten.

Was bedeutet FODMAP?

Das Akronym **FODMAP** stammt aus dem Englischen und steht für: **F**ermentierbare **O**ligo-, **D**i- und **M**onosaccharide und (englisch **And**) **P**olyole. Der Begriff beschreibt bestimmte Kohlenhydrate sowie Zuckeralkohole, die vergärbare sind.

FODMAPs umfassen Einfach- und Zweifachzucker, wie Fructose und Lactose, bestimmte Mehrfachzuckerarten und Zuckeraustauschstoffe. Sie sind einerseits natürliche Bestandteile diverser Lebensmittel, werden aber andererseits immer häufiger auch während des Verarbeitungsprozesses in der industriellen Lebensmittelherstellung zugesetzt.

Wie wirken FODMAPs im Darm?

FODMAPs sind nicht gefährlich, sie können nur unter bestimmten Umständen im Dünndarm mancher Menschen nicht abgebaut und aufgenommen werden und verursachen daher Verdauungsbeschwerden. Die Gründe dafür können sehr unterschiedlich sein, z.B. kann es an den fehlenden Transportsystemen in der Dünndarmschleimhaut liegen, wie es bei der Fructose-Malabsorption der Fall ist. Oder es fehlen Verdauungsenzyme, die dafür zuständig sind, die Zuckerarten in ihre Bestandteile zu zerlegen, damit sie durch die Darmschleimhaut passen. FODMAPs passieren also den Dünndarm nahezu unversehrt und gelangen direkt in den Dickdarm. Dort binden sie große Mengen an Wasser, wodurch der Stuhl sehr weich wird und es zu Durchfall oder Verstopfung kommen kann. Zudem werden die FODMAPs von den im

Dickdarm ansässigen Bakterien vergoren, wobei Gase entstehen. Diese Umstände führen dazu, dass FODMAPs bei vielen Menschen Symptome, wie Bauchschmerzen, Blähungen, Verstopfung oder Durchfall verursachen. Also genau die Beschwerden, unter denen viele Menschen im Zusammenhang mit verschiedenen Darmerkrankungen oder Nahrungsmittel-unverträglichkeiten leiden.

Low-FODMAP-Ernährung mit Produkten von Frusano

Im Rahmen einer low-FODMAP-Ernährung werden maßgeblich Lebensmittel verzehrt, die wenig FODMAPs enthalten. Durch den Verzicht auf Lactose, Fructose, bestimmte Mehrfachzucker und Zuckeraustauschstoffe verbessern sich dabei die Symptome. Der Hersteller Frusano hat sich ursprünglich auf die Entwicklung und den Vertrieb von fructosefreien und fructosearmen Lebensmitteln spezialisiert. Alle Frusano Produkte eignen sich speziell für Menschen, die wegen einer Fructose-Intoleranz auf Fruchtzucker im Rahmen ihrer Ernährung weitgehend verzichten müssen oder aus anderen Gründen ihre Fructose-Aufnahme reduzieren möchten. Aber damit nicht genug: Viele Frusano Produkte sind zudem laktose- sowie glutenfrei und enthalten keine Zuckeraustauschstoffe oder unverdauliche Polysaccharide. Sie sind also frei von genau den Kohlenhydratgruppen und Zuckeralkoholen, die unter der Unverträglichkeitsgruppe FODMAP bekannt sind. Die Inhaltsstoffe der Produkte liegen sogar weit unter den low-FODMAP-Grenzwerten und übertreffen vor allem hinsichtlich Saccharose- und Fructose-Freiheit sowie Glucose-Überschuss die low-FODMAP-Standards, die von der Monash University¹ in Melbourne, den Entwickler*innen der low-FODMAP-Diät definiert wurden.

Zwei Frusano-Produkte mit low-FODMAP-Zertifizierung

Bereits zwei Frusano Produkte sind seit Juli 2022 durch zwei namhafte low-FODMAP-Zertifizierer akkreditiert und mit einem low-FODMAP-Logo gekennzeichnet:

- Frusano Bio Vollmilch Schokolade wurde durch die Monash University zertifiziert,
- Frusano Bio Erdbeer Rhabarber Fruchtaufstrich hat die Akkreditierung FODMAP Friendly erhalten.



Beide Produkte sind fructose-, lactose- und glutenfrei und enthalten weder Zuckeraustauschstoffe noch unverdauliche Polysaccharide. Bei der Herstellung wird vollkommen auf Kristallzucker, künstliche Süßstoffe, Zuckeralkohole sowie Sorbit verzichtet. Dank spezieller Herstellungsverfahren und dem Einsatz von Malz- und Traubenzucker schmecken die Produkte natürlich süß und belasten weder Leber noch Organismus.

¹ <https://www.monashfodmap.com/product-and-recipe-certification-program/>

Die unverbindliche Preisempfehlung (UVP) für eine 100 g-Packung Frusano Bio Vollmilch Schokolade beträgt 2,99 €. Für den Frusano Bio Erdbeer Rhabarber Fruchtaufstrich liegt die unverbindliche Preisempfehlung (UVP) bei 3,99 € pro 235 g-Glas. Die Produkte können zudem auch bequem im Online-Shop unter www.frusano.com/shop/de/ bestellt werden.

Die Zertifizierung weiterer low-FODMAP-Produkte ist geplant.

Weiterführende Informationen unter:

Webseite: www.frusano.com/de/

Online-Shop: www.frusano.com/shop/de/

Bildmaterial



Bildunterschrift: Low FODMAP: Frusano Bio Vollmilch Schokolade

Dateiname: Pressefoto_Frusano Bio Vollmilch Schokolade.jpg

Quellenangabe Foto: Frusano

Nutzung: Abdruck zur Illustration der redaktionellen Berichterstattung. Nur im Zusammenhang mit Informationen zu Marke, Produkten und dem Unternehmen Frusano zu verwenden.



Bildunterschrift: FODMAP Friendly: Frusano Bio Erdbeer Rhabarberaufstrich

Dateiname: Pressefoto_Frusano Bio Erdbeer Rhabarberaufstrich.jpg

Quellenangabe Foto: Frusano

Nutzung: Abdruck zur Illustration der redaktionellen Berichterstattung. Nur im Zusammenhang mit Informationen zu Marke, Produkten und dem Unternehmen Frusano zu verwenden.

Über die Frusano GmbH

Im Jahr 2006 gründete Ulf Herrmann die Frusano Europe GmbH mit Hauptsitz in Gräfelfing bei München, die auf die Produktion und den Vertrieb von fructosearmen und fructosefreien Lebensmitteln spezialisiert ist. Fast alle Produkte sind zudem bio, vegan, lactose- und glutenfrei. Sie eignen sich also nicht nur für Betroffene von Fructose-Malabsorption oder hereditärer Fructose-Intoleranz, sondern können teilweise bei weiteren Unverträglichkeiten, beim Reizdarmsyndrom, einer low-FODMAP-Diät sowie einer veganen Ernährungsweise bedenkenlos verzehrt werden. Dank besonderer Herstellungsverfahren und großem Innovationswillen bietet das Unternehmen eine breite Produktpalette und ist Marktführer im Segment für fructosearme und fructosefreie Lebensmittel. Geschmack, 100 % garantierte Verträglichkeit und Transparenz stehen bei allen Produkten stets im Mittelpunkt. Mit weiteren Standorten in Berlin und Barcelona vertreibt der erfolgreiche Mittelständler seine Produkte neben den Kernmärkten in Deutschland, Österreich und der Schweiz mittlerweile auch in Südeuropa, Süd- und Lateinamerika, dem Nahen Osten, Asien sowie den USA.

Weitere Informationen können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur GmbH, Christina Krumpoch, Sendlinger Straße 31, 80331 München

Telefon: +49.89.23 23 63 46, Fax: +49.89.23 23 63 51, E-Mail: krumpoch@kommunikationpur.com