



Mehr Wert.  
Mehr Vertrauen.

# Pressemitteilung

Grenzwerte in Lebensmitteln

4. Dezember 2024

## TÜV SÜD erklärt den Grenzwert für Cumarin in Zimt

**München. Ob im weihnachtlichen Gebäck, in gehypten Zimtschnecken oder in herzhaften Gerichten, Zimt ist ein beliebtes Gewürz, das Speisen eine eigene Note gibt. Der im Zimt natürlicherweise enthaltene Stoff Cumarin ist ein gutes Beispiel, warum Hersteller vorsorglich bestimmte Grenzwerte einhalten müssen. TÜV SÜD erklärt, was es genau damit auf sich hat.**

Im Alltag kommen Verbraucherinnen und Verbraucher permanent mit Stoffen in Verbindung, die hochdosiert potentiell gefährlich für die Gesundheit sein können. Um in verarbeiteten Lebensmitteln Gesundheitsgefahren auszuschließen, gelten für diese chemischen Substanzen in der Europäischen Union bestimmte Grenzwerte. Denn bei dauerhaft zu hoher Aufnahme könnte ein gesundheitliches Risiko für Verbraucherinnen und Verbraucher bestehen.

„Zimt ist gerade in der Vorweihnachtszeit ein beliebtes Gewürz. Damit man sich Lebkuchen, Glühwein und Plätzchen so richtig schmecken lassen kann, ist es für Verbraucherinnen und Verbraucher wichtig, dass sie sich auf die Einhaltung der Grenzwerte verlassen können,“ meint Dr. Andreas Daxenberger, Lebensmittelexperte bei TÜV SÜD. „Neben behördlichen Kontrollen sorgen auch privatwirtschaftliche Audits und Zertifizierungen von Prüf- und Zertifizierungsdienstleistern wie TÜV SÜD dafür, dass Unternehmen entlang der gesamten Lebensmittelwertschöpfungskette die vorgegebenen Anforderungen einhalten.“



### Was ist Cumarin?

Cumarin ist ein natürlicher Aroma- und Duftstoff, den viele Pflanzen enthalten, um sich gegen schädliche Umwelteinflüsse und Fraßfeinde zu schützen. Die bei uns im Handel vorkommenden Sorten Ceylon-Zimt und Cassia-Zimt unterscheiden sich im Cumarin-Gehalt. Cassia-Zimt, der aufgrund seines stärkeren Geschmacks und geringeren Preises in vielen Haushalten und industriellen Anwendungen weit verbreitet ist, hat von Natur aus einen höheren Cumarin-Gehalt als Ceylon-Zimt.

## Warum gibt es einen Grenzwert für Cumarin?

Bei Patienten, die über einen längeren Zeitraum mit Cumarin-haltigen Arzneimitteln behandelt wurden, gab es bei besonders empfindlichen Personen Fälle von veränderten Leberwerten. Allerdings ohne bekannte Langzeitfolgen. Der Gesetzgeber hat trotzdem eine Höchstmenge für Cumarin in zimthaltigen Lebensmitteln festgelegt, um vorsorglich sicherzustellen, dass der Verzehr von Zimt kein gesundheitliches Risiko verursacht.

## Tolerierbare tägliche Aufnahmemenge

Die Stoffmenge, die ein Mensch lebenslang bei täglichem Konsum aufnehmen kann, ohne Nebenwirkungen zu erleiden, wird „tolerierbare tägliche Aufnahmemenge“ genannt (engl.: Tolerable Daily Intake, abgekürzt TDI). Für Cumarin beträgt diese 0,1 mg pro Kilogramm Körpergewicht. Das heißt, dass eine 70 Kilogramm schwere Person bis zu 7 Milligramm Cumarin pro Tag ohne Gesundheitsrisiko aufnehmen kann. Grundsätzlich ist der TDI so konzipiert, dass er einen Puffer zur kritischen Dosis bietet und gelegentliche Überschreitungen in der Regel keine ernsthaften Konsequenzen haben. Wird der TDI dauerhaft überschritten, sollte man die Verzehrmenge der Substanz vorsorglich im Auge behalten.

## Tipps für die Adventsbäckerei

Für das traditionelle Backen im Privathaushalt gelten solche gesetzlichen Regularien nicht. Bei üblichen Rezepturen und normalen Verzehrsmengen ist eine Überschreitung der TDI-Mengen nicht zu erwarten. Wer sich trotzdem vor einer zu hohen Cumarinzufuhr schützen möchte, kann folgende Tipps berücksichtigen:

- Nutzen Sie Ceylon-Zimt. Er enthält deutlich weniger Cumarin als Cassia-Zimt.
- Setzen Sie Zimt möglichst frisch oder selbst gestoßen ein. So bekommen Sie trotz geringerer Menge ein stärkeres Zimtaroma.
- Bewahren Sie angebrochene Zimt-Packungen möglichst nicht zu lange auf. Denn mit der Zeit verliert das wertvolle Gewürz einen Großteil seines Aromas.

Weitere Informationen zu den Leistungen von TÜV SÜD für Lebensmittelsicherheit unter [www.tuvsud.com/lebensmittel](http://www.tuvsud.com/lebensmittel).

**Hinweis für Redaktionen:** Die Pressemeldung und das Bild in reprofähiger Auflösung gibt es im Internet unter [tuvsud.com/presse](http://tuvsud.com/presse).

## Pressekontakt:

TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation Westendstraße 199 80686 München	Laura Albrecht Telefon +49 89 5791-2935 E-Mail <a href="mailto:laura.albrecht@tuvsud.com">laura.albrecht@tuvsud.com</a> Internet <a href="http://tuvsud.com/presse">tuvsud.com/presse</a>
---	--

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Mehr als 28.000 Mitarbeitende sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. [tuvsud.com/de](https://tuvsud.com/de)