

Omega-3-Weidemilch, Selenmilch, Kolostral-Milch, Nachtmilch, Kamelmilch, Vitamin-D-Milch: 6 Varianten für von Natur aus höherwertigere Milch

Milch ist nicht gleich Milch. Milch hat viel zu bieten. Je nach Fütterung, Haltung und Herkunft enthält das Getränk unterschiedlich wertvolle und für den Menschen essentielle Bestandteile

Fett, Eiweiß, Kohlenhydrate, Calcium, Magnesium, Jod, Vitamine: Milch ist seit jeher ein Alleskönner. Zunehmend entdecken Wissenschaftler, dass das Getränk noch mehr vermag. „Je nachdem, wie beispielsweise Kühe gehalten werden, lässt sich auch die Zusammensetzung deutlich verändern“, sagt Tony Gnann, dessen Unternehmen sich auf Vitamin-D-Milch sowie Nachtmilch und die Herstellung spezieller Milchkristalle spezialisiert hat. Nachfolgend finden Sie sechs Beispiele für besondere Milch:

Beispiel Omega-3-Weidemilch

Omega 3 Fettsäuren haben für den menschlichen Körper und seine Steuerungsvorgänge eine ähnliche oder sogar größere Bedeutung wie Vitamine. Sie haben auf zahlreiche Vorgänge im menschlichen Körper günstige Wirkungen, vor allem auf das Herzkreislaufsystem. Forschungsergebnisse belegen, dass eine ausreichende tägliche Aufnahme von Omega 3 Fettsäuren die Sterblichkeit an Herz-Kreislauferkrankungen um 30 bis 50 Prozent senken kann. Der menschliche Körper kann Omega 3 Fettsäuren nicht selber herstellen, sondern muss sie mit der Nahrung aufnehmen. Deshalb steht bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und der deutschen und internationalen Gesellschaft für Kardiologie die Empfehlung, mehr Omega 3 Fettsäuren aufzunehmen, mit an erster Stelle.

Diese wertvollen Fette kommen nicht nur in Fischen vor. Ihr Gehalt kann auch in Milch unter Rückbesinnung auf natürliche Fütterungsformen der Kühe in beachtlicher Weise erhöht werden. „Der Gehalt der Omega 3 Fettsäuren schwankt je nach Fütterung um mehr als 100 Prozent“, erläutert Dr. Daniel Weiß, Grünland-Milchexperte aus Weihenstephan mit Blick auf verschiedene Untersuchungsergebnisse. Der Fettanteil im frischen Weidegras besteht zu mehr als 50 Prozent aus Omega 3 Fettsäuren. Gras übertrifft damit andere Futterpflanzen wie Mais oder Getreide um ein Vielfaches. Milch von Kühen, die ausschließlich mit frischem Gras gefüttert werden, enthält daher doppelt bis dreimal so viel wertvolle Omega 3 Fettsäuren, wie die Milch von Kühen, die im Stall mit Silomais und Kraftfutter gefüttert werden. Verschiedene Molkereien haben diesen Bedarf erkannt und verpflichten Ihre Milchbauern zu grasbasierter Milcherzeugung. Positiver Nebeneffekt: die grasbasierte Fütterung führt zu geringeren Gesundheitskosten pro Kuh. „Es rechnet sich, eine Milch zu produzieren, die eine wesentlich bessere Fettsäurezusammensetzung hat“ so das Fazit von Weiss (mehr Informationen unter <http://www.aktivdrei.de>).

Beispiel Selen Milch:

Laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung gibt es in Deutschland eine Selenunterversorgung. Empfohlen wird eine Selen-Aufnahme von 56 Mikrogramm pro Tag. Dieser Bedarf konnte vor 40 Jahren noch weitgehend über den Verzehr von beispielsweise 250 Gramm Brot gedeckt werden. Heute enthält die gleiche Brotmenge nur noch 5 Mikrogramm Selen. Die tägliche Selenaufnahme des Bundesbürgers liegt derzeit zwischen 30 und 41 Mikrogramm: Das bedeutet: Der Durchschnitts-Bundesbürger leidet unter latentem Selenmangel. Abhilfe kann Milch schaffen. Werden Weideflächen mit Selenkalk gedüngt, wird das Selen im Gras in für die Kuh gut verfügbares Seleneiweiß transferiert. Das organische Selen gelangt anschließend über die Blutbahn der Kuh in die Milch. „Das Ergebnis ist eine Verdreifachung der Selenkonzentration in der Milch“, sagt Dr. Heiko Dustmann, der sich seit mehr als einem Jahrzehnt mit nativen funktionellen Lebensmitteln beschäftigt. Auf diese Art erzeug-

te Selenmilch wird derzeit in Pilotregionen zum Beispiel in der Eifel, die von Natur aus niedriger Selenkonzentration im Boden aufweist, gewonnen.

Beispiel Nachtmilch

Von wegen, Milch macht müde Männer munter. Milch macht müde. Das gilt vor allem, wenn die Milch nachts gemolken wurde, die Kühe unter einem der Natur nachempfundenen Lichtregime gehalten und mit tryptophanhaltigen Gräsern und Kräuter gefüttert werden. Denn dann produzieren die Kühe mehr von dem Schlafhormon Melatonin, das in hoch bioverfügbarer Form und geschützt in die Milch übergeht. Einem Münchner ist es gelungen, die Melatoninkonzentration in der Nachtmilch um ein Vielfaches zu erhöhen. Daraus produziert er Nacht-Milchkristalle, die 100 Mal mehr von dem Schlafhormon enthalten als herkömmliche Milch. Die Kristalle werden vor dem Zubettgehen in ein Getränk eingerührt. Sie sind online sowie in Apotheken rezeptfrei erhältlich (vgl. Forschungsergebnisse unter <http://www.michkristalle.de>).

Beispiel Kolostral Milch

Für den Menschen und für jedes Säugetier ist es die erste Nahrung im Leben. Kein anderes Produkt enthält in dieser Konzentration eine so wertvolle Mischung an Inhaltsstoffen. Neben Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen, essentiellen und nicht essentiellen Aminosäuren ist es insbesondere die einzigartige Zusammensetzung aus Immunstoffen und Wachstumsfaktoren die Kolostral-Milch so wertvoll macht.

Die überschüssige Kolostral-Milch besonders von Kühen steht schon seit Jahren für die Unterstützung des menschlichen Abwehrsystems hoch im Kurs. Diese Milch enthält Immunstoffe (Immunglobuline) in 40-fach höherer Konzentration, als im menschlichen Kolostrum. Z.B. weißt jeder Liter Kolostral-Milch von der Mutterkuh unmittelbar nach der Geburt des Kalbes 103 Gramm Immunglobuline auf. Dieser Anteil fällt nach wenigen Stunden ab. Nach 36 Stunden sind es noch 14, nach 48 Stunden nur noch 8 Gramm. Die überschüssige Kolostral-Milch der ersten Stunden wird in Form von Nahrungsergänzungen oder diätetischen Lebensmitteln als natürliche Unterstützung von Gesundheit und Wohlbefinden für den Menschen jeden Alters angeboten (Informationen unter: www.innovationsberatung-weihenstephan.de).

Beispiel Kamelmilch

Dass Vitamin C in Orangen steckt, ist bekannt. Aber in Milch? Kamelmilch enthält ein Vielfaches an Vitamin C im Vergleich zu Kuhmilch. Schon seit Jahrhunderten wissen die Beduinen in den Wüsten Arabiens und Nordafrikas sowie Kamelhalter in Asien, dass die Milch der Höckertiere kräftigend wirkt. Sie kommt der menschlichen Muttermilch am nächsten und schmeckt wie entrahmte Kuhmilch. Kamelmilch ist nahrhafter als Kuhmilch, dennoch fettarm und enthält kaum Zucker, dafür umso mehr Mineralien, insbesondere Eisen und eben Vitamin C. Zudem ist die milde und verträgliche Milch frei von den Milchproteinen, die eine Milcheiweißunverträglichkeit auslösen. Kamelmilch wird auch mit einer begünstigenden Wirkung für eine cholesterinbewusste Ernährung in Verbindung gebracht. Weltweit wird in verschiedenen Projekten und Studien an weiteren Wirkungsfeldern der Kamelmilch geforscht (Schweiz, Niederlande, Israel). Aufgrund der positiven Eigenschaften ruft die Welternährungsorganisation FAO Investoren und Geberländer dazu auf, die Kamelwirtschaft zu unterstützen. Erste Kamel-Milchfarmen in Europa gibt es in den Niederlande und auch hierzu Lande sind Kamelmilch Pioniere aktiv: der Kamelhof Rotfelden im Schwarzwald hält derzeit 90 Kamele. Ein Liter Kamelmilch hat Ihren Preis. Aufgrund der aufwendigen Produktion kostet derzeit ein Liter Kamelmilch 6 € (vgl. auch www.kamelhof.de).

Beispiel Vitamin-D-Milch

„Von Natur aus reich an Vitamin-D“ - native Vitamin-D-Milch und Milchprodukte: Auf dem 6. Symposium für Funktionelle Lebensmittel am 4. und 5. Juni 2013 in Kiel wurden erstmals Ergebnisse für nativ erhöhte und nach Health-Claim Verordnung auslobbarer Vitamin-D Gehalte in Kuh-Milch vorgestellt. Besondere Relevanz erhält diese native Anreicherung vor dem Hintergrund, dass die künstliche Anreicherung mit Vitamin-D nicht oder wenn nur mit hohen Auflagen für bestimmte Lebensmittel erlaubt ist. Außerdem liegt der für die Calcium-Verwertung so wichtige Vitamin-D-Gehalt in handelsüblicher Milch lediglich bei 0,1 µg/100g.

Der Vitamin-D-Gehalt in der Kuh-Milch wird u.a. durch ein den natürlichen Lichtverhältnissen angepasstes Lichtregime bei der Milcherzeugung erhöht. Das Verfahren ist weltweit patentiert. Gehalte zwischen 1,0 bis 3,0 µg Vitamin-D pro 100g Milch werden erzielt. Die Gehalte sind nach Health-Claim Verordnung auslobbar, weil sie über 15% des Tagesbedarfs pro 100g Produkt liegen. In Kopplung mit dem Vitamin-D Gehalt sind 7 Wirksamkeitsangaben nach der EFSA Positivliste möglich. Die Angaben beziehen sich auf Wechselwirkungen zwischen Vitamin-D und einer verbesserten Calciumverwertung sowie daraus resultierende Effekte für den Knochenbau, Zähne, Muskel und Immunsystem.

Vitamine sind beim Verbraucher positiv verankert und leicht „beispielbar“ in den Marketingabteilungen der Lebensmittelbranche. Nach einer empirischen Untersuchung bei 1000 Endverbrauchern zu Inhaltsstoffen von Lebensmitteln sind Vitamine bei 98% der Endverbraucher bekannt, gefolgt von Calcium mit 96%. Zum Vergleich waren probiotische Kulturen lediglich bei 57% der Befragten bekannt. Native Vitamin-D-Milch-Produkte bedienen zudem ideal die Verbrauchertrends nach Natürlichkeit und Gesundheit. Nach Einschätzung von Dr. Heiko Dustmann, Innovationsberatung Weihenstephan werden daher die Erfolgsaussichten für Milch und Milchprodukte mit einer Auslobung „von Natur aus reich an Vitamin-D“ sehr positiv eingeschätzt. (Informationen unter: www.innovationsberatung-weihenstephan.de)

© Dr. Heiko Dustmann,
Geschäftsführender Inhaber der Innovationsberatung Weihenstephan
Holser Straße 8
D-32257 Bünde
E-Mail dustmann@wzw.tum.de
Tel: + 49 (0)5223 484 50 47
Fax: + 49 (0)177 99 25 00 58 0
<http://www.innovationsberatung-weihenstephan.de>