



### Geschichte des Zuckers! Beitrag von Ute Jagau

Erst seit 170 Jahren gehört brauner und später weißer Haushaltszucker zur Volksnahrung. Während 1850 die mitteleuropäische Bevölkerung jährlich gerade 3,5 kg Haushaltszucker pro Kopf verzehrte, lag der Pro-Kopf-Konsum 50 Jahre später schon bei 17,5 kg und stieg bis 2000 auf 33 kg Zucker.

Heute isst ein Mensch in Deutschland durchschnittlich ca. 38 kg Zucker im Jahr. Davon verzehrt er allein 32 kg in Form von Fertigprodukten. Das sind 104 g pro Tag und entspricht 35 Würfelzucker mit 426 Nahrungskilokalorien.

Bekannt ist das Zuckerrohr in Ostasien bereits seit 6000 v. Chr. und gelangte von dort nach Indien und Persien. Die Perser entwickeln 600 v. Chr. die erste Methode zur Zuckergewinnung: Sie füllten den heißen Zuckerrohrsaft in kegelförmige Ton- oder Holzgefäße, wobei der Sirup mit den nicht zuckerhalti-

gen Stoffen durch eine Öffnung in der Kegelspitze aus der kristallisierenden Zuckermasse abtropfen konnte. Zurück blieb der Zuckerhut.

Erst 300 n. Chr. gelang es den Ägyptern weißen Zucker aus Zuckerrohr herstellen.

1100 n. Chr. lernten die ersten Mitteleuropäer den Zucker über die Kreuzritter kennen. Seitdem wird er nach Europa importiert, wo er sich bei Königen und Fürsten bald größter Beliebtheit erfreut. Ab 1500 wird Zuckerrohr weltweit auf Plantagen an-

gebaut und nach Europa verschifft. Dennoch blieb Zucker ein teures Gut und stand bis Mitte des 18. Jahrhundert nur der Oberschicht als Arznei- und Luxusartikel zur Verfügung.

1747 entdeckt Andreas Sigismund Marggraf, dass die Runkelrübe den gleichen Zucker enthält wie das Zuckerrohr. 1801 nachdem Marggrafs Schüler und Nachfolger Franz Carl Achard erstmals aus Rüben Zucker gewinnen konnte, entsteht in Cunern/Schlesien die erste Rübenzuckerfabrik der Welt.

Seit 1850 ist der Konkurrenzkampf zwischen Rohr- und Rübenzucker für den drastischen Preisverfall beim Zucker und die Verbreitung als alltägliches Bedarfsgut verantwortlich.

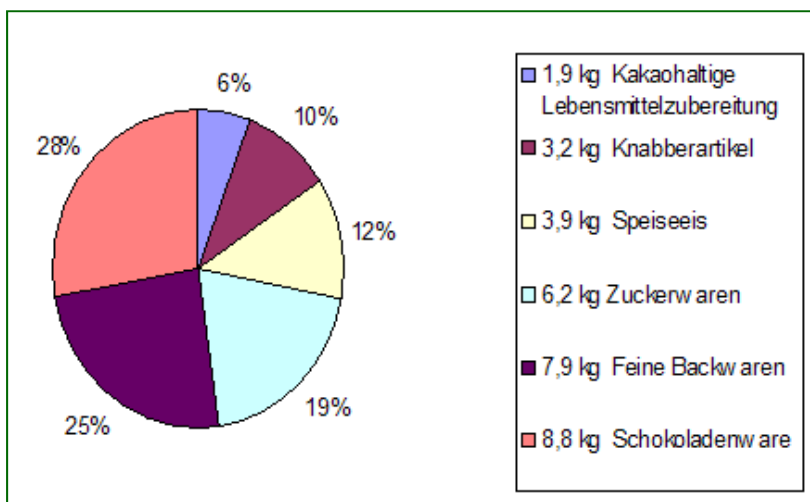
**Tabelle:** Jahreskonsum von Zucker kg/Person in BRD

| Jahr    | Jahreskonsum pro Kopf |
|---------|-----------------------|
| 1850/54 | 3,5 kg                |
| 1909/13 | 17,5 kg               |
| 1935    | 25 kg                 |
| 2000    | 33 kg                 |

Quelle: Recherchen der Ernährungspraxis Ute Jagau, 2005

**Die Autorin** Ute Jagau arbeitet als Ernährungstherapeutin in eigener Praxis. Darüber hinaus führt sie Fortbildungen für Erzieher und Lehrer durch.

**Grafik: Pro Kopf-Verzehr an Einfach- und Zweifachzuckern in Deutschland im Rahmen von Fertigprodukten im Jahr 2006**



Quelle: Statistisches Bundesamt Wiesbaden 2006



**Praxis für Ernährungstherapie und Ernährungsberatung Ute Jagau**

Römerstr.38  
6381 Friedrichsdorf

praxis@vitalfit.de  
www.vitalfit.de

