

Das Fettsäuremuster *in* Kärntner Almmilch *sowie* Alm-Jungrindfleisch

Da wir es in der heutigen Zeit immer häufiger mit sehr ernährungsbewussten, jedoch auch zunehmend kritischen Konsumenten zu tun haben, war es dem Kärntner Almwirtschaftsverein ein großes Anliegen, die Gelegenheit zu nutzen und im Rahmen des INTERREG-Projektes „DIVERS - Biodiversität der Genüsse in den Bergen“ das Fettsäuremuster in Kärntner Almmilch und Alm-Jungrindfleisch zu erfassen und darzustellen. Verglichen und interpretiert wurden die Besonderheiten mit Ergebnissen aus vorangegangenen Studien des LFZ Raumberg-Gumpenstein.

Dipl.-Tzt. Mag. Anja Harder, Dr. Margit Velik

>>



Im Mölltal - Blick zum Fraganter Schutzhaus bis hinauf zur Egger Alm.

Die Frage nach dem gesundheitlichen Wert von heimischer Almmilch und den daraus hergestellten Produkten sowie das erfreuliche Ergebnis einer Studie, in der österreichische Almmilch, nach Vollweidemilch, das zweitbeste Ergebnis aufwies (siehe Artikel in „Der Alm- und Bergbauer“, 2013, 6-7/13) war Ausgangspunkt für diese Arbeit. Untersucht wurde einerseits Almmilch von 9 Kärntner Almen, sowie Fleisch von Alm-Jung-rindern aus dem Nockalmgebiet. Ziel war es einen Überblick zu bekommen, wie sich der Milch-Fettsäure-(FS)-Ge-

halt von den Heimbetrieben zu den Almen verändert sowie die Almmilch/das Almfleisch mit Milch/Fleisch anderer Produktionssysteme zu vergleichen.

Die Gruppen der Fettsäuren (FS) im Überblick: **SFA** - gesättigte FS; **MUFA** - ungesättigte FS; **PUFA** - mehrfach ungesättigte FS. Die PUFA werden in die, aus der Werbung nicht mehr wegzudenkenden Omega-3 und Omega-6 FS sowie die sog. **CLA** (= konjugierte Linolsäure) unterteilt. Die Bedeutung der 3 letztgenannten FS liegt darin, dass sie für uns Menschen essentiell

(lebensnotwendig) sind und unser Körper sie nicht selbst synthetisieren (herstellen) kann. Sie müssen mit der Nahrung aufgenommen werden. Omega-3 FS sind in hochwertigen Ölen wie Rapsöl, Walnussöl oder Leinöl zu finden, sowie in Fischen wie Hering, Makrele oder Lachs.

Kärntner Alm-Junggrindfleisch

Für die Analyse des Fettsäuremusters von Kärntner Alm-Junggrindfleisch

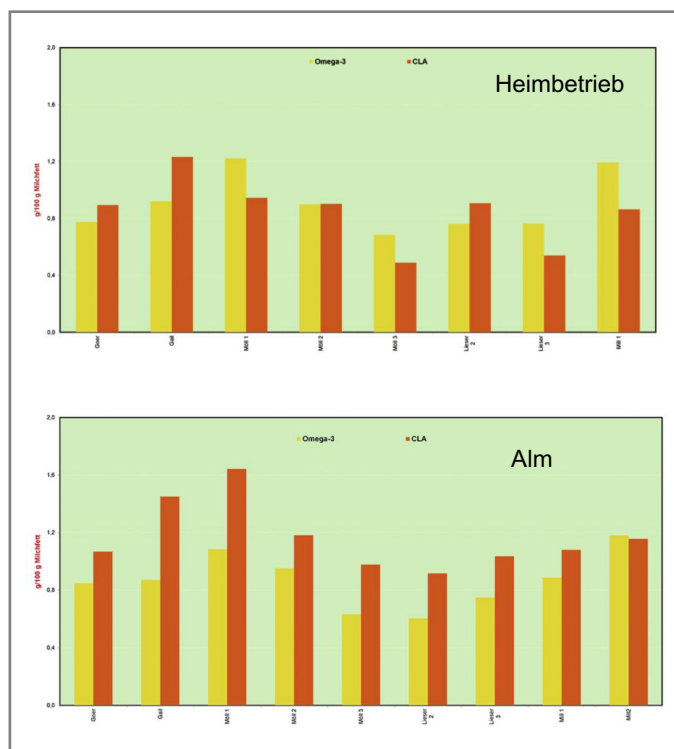


Abbildung: Omega-3 FS und CLA-Werte auf den Heimbetrieben und den Almen.

Brettjause mit auf der Eggeralm hergestellten Milchprodukten (li.). Am Schlachthof in Rennweg: Schlachtkörper eines Jungrindes vor der Probenentnahme (re.).



haben wir im Rahmen dieses Projektes einen experimentellen Weg beschritten (zum Fettsäuremuster von Jungrindfleisch gibt es kaum/keine Studien), der nur mit Unterstützung der BV Nockfleisch möglich war. Hierfür wurden 5 Jungrinder (jünger als 1 Jahr) direkt von der Alm verbracht und geschlachtet. Die Ergebnisse wurden mit Jungrind-Ergebnissen (Fütterung mit Grassilage, Heu, Gras; kein Kraftfutter) der landwirtschaftlichen Fachschulen Hohenlehen und Grabnerhof verglichen. Die Fleischqualitätsparameter (Fleischfarbe, Wasserbindungsvermögen, Fleischzartheit sowie Fleischinhaltsstoffe) lagen ähnlich wie jene der Jungrinder von Hohenlehen und Grabnerhof und innerhalb der geltenden Referenzbereiche. Lediglich bei der Zartheit bewegten sich die Jungrinder an der oberen Grenze der Referenzskala. Weiters lag der intramuskuläre Fettgehalt des Kärntner Alm-Jungrindfleisches bei durchschnittlich 0,6% und damit unterhalb des für herkömmliches Rind-

fleisch geltenden Referenzbereiches von 2,5 bis 4,5%. Ähnliche Werte für die Zartheit und den Fettgehalt wurden auch bei den Jungrindern von Hohenlehen und Grabnerhof erhoben. Bei Verkostungen wies das Kärntner Alm-Jungrindfleisch stets einen sehr hohen Genusswert auf. Dies bedeutet für den Endverbraucher, der nach magerem, zartem Fleisch verlangt, dass mit Alm-Jungrindfleisch alle Punkte erfüllt wären, wonach der Konsument bei einem gesunden, energiereichen, schmackhaften und unverfälschten Lebensmittel trachtet (erwünschte FS-Zusammensetzung, optimales Omega-6 : Omega-3 FS Verhältnis, geringe Zubereitungsverluste, ausgeprägter Rotton und geringer intramuskulärer Fettanteil).

Beitrag zur gesunden Ernährung

Milch und Fleisch aus Kärntner Almhaltung sowie die daraus hergestellten Produkte leisten einen natürlichen, unverfälschten Beitrag zur Deckung unseres täglichen Bedarfes an

mehrfach ungesättigten Fettsäuren (CLA und Omega-3 Fettsäuren) und können somit als sog. functional food angesehen werden.

Mit den bemerkenswerten Ergebnissen dieser Studie, die einen kleinen Querschnitt der verschiedenen Regionen und Bereiche darstellen, sollte es jenen Menschen, die eine der 1.940 bewirtschafteten Almen in Kärnten betreiben, möglich sein Almmilch (das flüssige, weiße Gold der Berge) und die daraus in aufwändiger Handarbeit hergestellten Almprodukte sowie Jungrindfleisch direkt nach der Alpnungsperiode zu adäquaten Preisen an den Endverbraucher zu bringen, das Vertrauen in heimische Produkte (wieder) zu sichern und das Fortbestehen des ländlichen Brauchtums zu fördern. ≡

Tabelle: Vergleich der Kärntner Almmilch mit Milch anderer Produktionssysteme.

Fettsäure	Kärnt. Almen	Österr. Almen	Österr. Supermarkt	Heu-KF	Maissilage-Heu-KF	Kurzrasenweide-Heu
SFA	63	60	65	68	68	60
MUFA	21	24	20	17	16	23
PUFA	3,6	4,0	3,2	3,3	2,6	4,3
CLA	1,1	1,1	0,7	0,6	0,4	1,3
Omega-3 (n-3) FA5	0,9	1,1	0,9	1,0	0,4	1,4
Omega-6 (n-6) FA6	1,6	1,8	1,6	1,6	1,8	1,6
n-6:n-3 FA	1,9	1,7	1,9	1,7	4,6	1,2
KF... Kraftfutter						

Mag. Anja Harder ist Diplomtierärztin. Dr. Margit Velik arbeitet als Wissenschaftlerin am LFZ Raumberg-Gumpenstein.

Tipp

Der vollständige Bericht kann von der Homepage des Kärntner Almwirtschaftsvereins heruntergeladen werden. www.almwirtschaft-ktn.at (Menüpunkt „News“)