

*In Diskussion*

# Ist A2-Milch besser verträglich?

Die sogenannte A2-Milch soll aufgrund einer anderen Zusammensetzung des Milcheiweißes besser verträglich sein. Was steckt hinter der Diskussion?

Vor mehr als 20 Jahren wurde festgestellt, dass sich der Aufbau des Milcheiweißes im Beta-Kasein zwischen Rinderrassen, Kuhlinien und Kühen unterscheiden kann. Das Beta-Kasein besteht aus 209 Aminosäuren und es dürfte 12 Beta-Kasein Varianten geben, die Varianten A1 und A2 sind die bedeutendsten. Hier sind, wahrscheinlich auf Grund einer Mutation, an der Position 67 der Eiweißkette zwei unterschiedliche Aminosäuren eingebaut. In der Verdauung kann aus Beta-Kasein vom Typ A1 ein unerwünschtes Abbauprodukt entstehen, welches mit Diabetes Typ 1, Autismus oder Schizophrenie und Herz-Kreislauf-erkrankungen in Verbindung gebracht

wurde. Die Studien dazu wurden jedoch vorwiegend mit Mäusen und bei sehr hohen Eiweißmengen durchgeführt.

## Neue Studien laufen

Mögliche gesundheitliche Auswirkungen der A1-Milch dürfen nicht mit einer Laktose-Intoleranz verwechselt werden. Diese ist auf eine Milchzucker-unverträglichkeit zurückzuführen und tritt bei Menschen dann auf, wenn zu wenig milchzuckerabbauendes Enzym (Laktase) gebildet wird. Bei der A2-Milch wird die Zusammensetzung des Milcheiweißes beim Rind

betrachtet und nicht der Milchzucker (Laktose).

Trotz unzureichender wissenschaftlicher Beweise stieg in den letzten Jahren die Nachfrage nach A2-Milchprodukten und diese werden bereits in Australien, Großbritannien und in den USA vertrieben. Befürworter berichten von weniger Durchfällen und Blähungen

### Achtung - „A2-Milch“ geschützt

Die Bezeichnung „A2-Milch“ ist von der „A2 milk Company“ patentrechtlich geschützt. Die unautorisierte Verwendung verwechselbarer Bezeichnungen kann zu empfindlichen Strafen führen.

*Unsere BANG-Mitglieder*

## Jung und voller Ideen

Der Lungauer Matthias Löcker ist Mitglied bei der BIO AUSTRIA Next Generation und möchte den Betrieb seiner Eltern übernehmen.

Matthias Löcker ist 20 Jahre alt und lässt „nichts anbrennen“. Er spielt Posaune, ist Mitglied bei der Freiwilligen Feuerwehr und stellt bei BANG in Salzburg sein Organisations-talent unter Beweis. Matthias Eltern Elisabeth und Peter bewirtschaften den Bio-Hof Sauschneider in St. Margarethen. Die betrieblichen Schwerpunkte liegen im Getreidebau und der Direktvermarktung. Der Hof umfasst 9 ha landwirtschaftliche Flä-

che und beherbergt neben Urlaubsgästen und Weidegänsen auch einige Schweine der Rasse Alpenschwein, welche im Rahmen eines Erhaltungszuchtprogrammes gehalten werden. Das Getreide wie beispielsweise der Laufener Landweizen oder der Lungauer Tauernroggen werden zu Brot oder Nudeln verarbeitet. Auch die traditionellen Lungauer „Eachtlinge“ und das schon weit über die Grenzen hinweg bekannte Leindotteröl zeichnen den Betrieb aus.

Matthias arbeitet als jüngster von drei Kindern unterstützend am Hof mit. Zu seinen Hauptaufgaben zählen die Fruchtfolge- sowie die Anbauplanung und der Pflanzenbau.

### Mit Freude dabei

Um sein Fachwissen erweitern zu können, hat sich Matthias nach der Absolvierung der Bioschule Schlägl



FOTOLIA.COM

oder auch vermehrt durchschlafenden Kleinkindern. Ernährungsphysiologen weisen darauf hin, dass viele Untersuchungen bisher an Zellkulturen und an Tieren oder nur in geringerem Umfang an Menschen erfolgten.

## Rassen und Linien

In den Rinderpopulationen unterscheidet sich der Anteil an Tieren mit dem Erbgut A1/A1, A2/A2 und A2/A1. Eine „reine“ A2-Milch wird nur von A2/A2 Kühen produziert. Entsprechend den Vererbungsregeln sind die Nachkommen zu 100 % nur dann A2/A2-Tiere,

wenn sowohl Vater als auch Mutter A2/A2 sind. Wird ein A2/A1 Tier mit einem A2/A2 Tier gepaart, dann ist die Wahrscheinlichkeit, dass der Nachkomme vom A2/A2 Typ ist, 50 %, wenn beide Elternteile A2/A1 sind, dann liegt die Wahrscheinlichkeit bei 25 %. Laut Untersuchungen an Sperma- oder Haarproben von Zuchtstieren dürfte die Häufigkeit der als günstiger eingestuft A2/A2-Vererber bei Braunvieh und Fleckvieh größer als in der Holstein-Population liegen. In einigen autochthonen Rassen kann diese noch bei 100 % liegen. In der Rinderzucht nimmt das Interesse an reinerbigen A2-Tieren zu und Besamungsstationen untersuchen diesbezüglich die Stiere.

Insgesamt fehlen derzeit aber noch umfassende wissenschaftlich fundierte Studien, in den nächsten Jahren sind aussagekräftigere Ergebnisse zu erwarten. Bis dahin ist es empfehlenswert, sowohl das Verbraucherverhalten als auch Entwicklungen in der Tierzucht zu beobachten.

Zusammengefasst von **Priv.-Doz. Dr. Andreas Steinwider**, Bio-Institut der HBLFA Raumberg-Gumpenstein

### Weiterführende Informationen:

- [www.kern.bayern.de/wissenschaft/150679/index.php](http://www.kern.bayern.de/wissenschaft/150679/index.php)
- [https://en.wikipedia.org/wiki/A2\\_milk](https://en.wikipedia.org/wiki/A2_milk)
- [www.raumberg-gumpenstein.at/bio-news](http://www.raumberg-gumpenstein.at/bio-news)

für den Aufbaulehrgang an der HBLA Ursprung entschieden. Seit kurzem hat er die Matura in der Tasche. Gesundes Essen steht beim Sauschneider im Mittelpunkt, daher ist der Hof auch als Slow Food-Betrieb ausgezeichnet. Und eine Ernährung mit wertvollen Bio-Lebensmitteln scheint Matthias in die Wiege gelegt bekommen zu haben. Aus seiner Sicht soll Essen eine Freude und ein Genuss sein, immerhin ist die Nahrung die Grundlage für das „Funktionieren“ eines Menschen.



NENNING

Matthias Löcker hat viele Pläne

## Pläne schmieden

Das richtige Maß gilt es zu finden, wenn es um das Zusammenleben mehrerer Generationen am Hof geht. Matthias möchte in ein paar Jahren den Betrieb seiner Eltern übernehmen. Wie genau er den Bio-Hof Sauschneider führen möchte, also ob im Vollerwerb oder

im Nebenerwerb, ist noch offen. Für den Jungbauern ist es wichtig, trotz der Arbeit am Betrieb auch genügend Freiraum für persönliche Interessen zu haben. Seine Eltern haben jedenfalls eine sehr gute Grundlage für jedwede Entwicklung geschaffen. Die erfolgreiche Direktvermarktung taugt Matthias,

überhaupt der Kontakt zu Kunden. Neben dem Hofladen am Betrieb gibt es im Gemeinschafts-Spezialitäten-Laden in Tamsweg daher immer wieder die Möglichkeit, Matthias im Verkauf anzutreffen.

Die nächste Aufgabe für ihn ist der Zivildienst als Betriebshelfer. Im Zuge dessen kann er sicher noch weitere Erfahrungen und Ideen sammeln.

**DI Andrea Nennung** ist Mitglied im BIO AUSTRIA-Bundsvorstand.

### Tipp:

*BANG-Interessierten empfiehlt Matthias Löcker keine Scheu vor Neuem zu haben. Die nächste Chance dafür gibt es bei einer Exkursion nach Deutschland von 22. bis 24.9.2017.*

**Nähere Informationen:** BANG-Facebook-Seite oder bei Andrea Nennung, [anenning@gmx.at](mailto:anenning@gmx.at)