



## Schwangerschaft und Ernährung Risikofaktor ROHMILCH

Rohmilch und Rohmilchprodukte enthalten, wie fast alle tierischen oder tierisch erzeugten Nahrungsmittel, Listerien. Daneben können aber auch zahlreiche andere grundsätzlich schädliche Bakterien, wie z. B. Escherichia coli, Salmonellen oder Tuberkelbakterien vorkommen. Rohmilchprodukte sind gekennzeichnet durch eine Verarbeitung bei einer Temperatur von nicht mehr als 40°C.

Die gefährliche Listeriose kann während der Schwangerschaft Infektionen verursachen, die zu Früh- oder Totgeburten, wie auch schwerwiegenden Neugeboreneninfektionen führen, die u. a. Behinderungen nach sich ziehen können. Auch die anderen Keime können zu erheblichen Erkrankungen bei Mutter und Neugeborenen führen.

Unter anderem deshalb müssen laut EU-Verordnung seit Januar 2006 Rohmilchprodukte als solches gekennzeichnet sein. Bei den Rohmilchkäseprodukten sind jedoch nicht alle Käsesorten von der Kennzeichnungspflicht betroffen. Weichkäse (Brie, Camembert, Feta, Limburger, Munster und Mozzarella) müssen deklariert werden, wenn sie aus Rohmilch hergestellt wurden. Wenn auf der Verpackung der Hinweis „aus Rohmilch hergestellt“ oder bei französischem Käse „au lait cru“ zu finden ist, handelt es sich um einen Rohmilch-Käse. Verpackter Käse ohne diesen Hinweis wurde aus pasteurisierter Milch hergestellt. Bei unverpacktem Käse von der Käsetheke kann der Hinweis "aus Rohmilch" fehlen. Dann müssen Sie sich an das Verkaufspersonal wenden. Eine weitere Ausnahme ist der Hartkäse. Bestimmte Hartkäsesorten wie z.B. Le Gruyère, Appenzeller, Emmentaler oder einige Bergkäse werden aus Rohmilch hergestellt. Bei diesen Sorten muss dies aber nicht auf dem Etikett besonders gekennzeichnet werden.

Fragen sie deshalb zur Sicherheit immer beim Verkaufspersonal an der Käsetheke nach oder erkundigen Sie sich bei einem Käsehändler.



### Die Schwarze Liste der Rohmilchkäsesorten

Häufig an der Käsetheke anzutreffende Sorten sind unterstrichen.

- Allgäuer Emmentaler
- Appenzeller
- Banon Chèvre
- Beaufort
- Brie de Meaux
- Caciocavallo
- Camembert (hier nachfragen!, französischer Camembert i.d.R. aus Rohmilch)
- Chaource
- Comté
- Coulommiers
- Emmentaler (Switzerland)
- Epoisses
- Feta (Original aus Griechenland – Schaf- oder Ziegenmilch)
- Feta (z.B. aus Deutschland, nachfragen! Sehr häufig aus pasteurisierter Kuhmilch)
- Fontina
- Grana Padano
- Le Gruyère
- Grüntener
- Jurassic
- Limburger
- Liptauer
- Majorero
- Manchego (Rohmilch, evtl. aus pasteurisierter Milch)
- Montasio
- Morbier (Rohmilch oder pasteurisiert, nachfragen!)
- Parmesan, Parmigiano Reggiano (hier wiederum nur das Original - der Parmesan für Nudeln, meist in Dosen oder Beuteln erhältlich, ist pasteurisiert)
- Picandou Fermier
- Raclette (Schweiz, Rohmilch, selten auch mit pasteurisierter Milch erhältlich! Falls Sie gerne Raclette mögen, *Raclette Riches Montes* wird m. pasteurisierter Milch hergestellt)
- Reblochon de Savoie
- Romadur
- Roquefort
- Sbrinz Switzerland
- Tête de Moine
- Thurgauer
- Tilsiter Switzerland (Rohmilch und pasteurisiert)
- Tomme
- Urtaler

Die hier aufgeführte Liste stellt eine Auswahl an Rohmilchkäsesorten vor, ist somit UNVOLLSTÄNDIG und natürlich OHNE GEWÄHR erstellt worden! Für die aufgeführten Produkte und hier genannten Informationen und Hinweise kann ich KEINERLEI HAFTUNG für deren Korrektheit übernehmen!