
Subject: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 10 May 2009 09:41:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[http://de.wikipedia.org/wiki/Stevia_\(S%C3%BC%C3%9Fstoff\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Stevia_(S%C3%BC%C3%9Fstoff))

Man liebt viel positives darüber.
Schonmal jmd. probiert ?
Von der Dosierung her im Vergleich zu normalem Zucker wie ?

100g für 10 bis 20 Euro ist aber schon heftig...

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [pilos](#) on Sun, 10 May 2009 10:51:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tvtotalfan schrieb am Son, 10 Mai 2009
11:41 [http://de.wikipedia.org/wiki/Stevia_\(S%C3%BC%C3%9Fstoff\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Stevia_(S%C3%BC%C3%9Fstoff))

Man liebt viel positives darüber.
Schonmal jmd. probiert ?
Von der Dosierung her im Vergleich zu normalem Zucker wie ?

100g für 10 bis 20 Euro ist aber schon heftig...

wieso..... das Steviosid, wird als dreihundertmal süßer als Saccharose bei einer Saccharose-Konzentration von 0,4 Prozent angesehen, 150-mal süßer bei einer Konzentration von 4 Prozent und hundertmal süßer bei einer 10%igen Saccharosekonzentration.

100 g reiner wirkstoff entsprechen 15-10 kg zucker ..bei 4%-10% zuckergehalt einer lösung

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [pippo24](#) on Sun, 10 May 2009 12:14:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn musst du aber enzymveredelt nehmen

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 10 May 2009 12:57:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ok, dachte halt nur dass das "300x süßer" nur so werbemäßig aufgeführt wird, aber man in Wirklichkeit evtl. doch mehr benötigt.

WENN man damit jetzt einen Kuchen bäckt, der schmeckt dann ganz normal wie wenn man ihn auch mit normalem Zucker versehen hätte ?

Warum enzymveredelt ? Sonst bitterer Geschmack ?

ist das hier ok ?

http://cgi.ebay.de/Stevia-Kristall-Pulver-100g-Dose-Rebaudio-sid-A_W0QQitemZ120416399182QQcmdZViewItemQQptZZahnpflege?has_h=item120416399182&_trksid=p3286.c0.m14&_trkparms=72%3A1229|66%3A2|65%3A12|39%3A1|240%3A1318|301%3A1|293%3A1|294%3A50

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 10 May 2009 13:07:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wieso willst du denn Zucker ersetzen? Wenn du nicht übertreibst, ist es ja nicht unbedingt schlecht.

Es soll anders als Zucker schmecken, ist aber wohl Gewöhnungssache.

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 10 May 2009 13:18:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

na weil unser normaler Zucker so ein raffinierter Sch... ist auf den man wenn man eine gesunde ERnährung anstrebt verzichten sollte.

Wenns hierzu eine Alternative gäbe die ähnlich schmeckt (also nicht so wie Zuckerrohr inkl. Melasse) und die Nebenwirkungen nicht hat - na dann her damit

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [Yes No](#) on Sun, 10 May 2009 15:32:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn du den Vollrohrzucker nicht willst dann ist dir leider nicht zu helfen.
In dem Wiki-Artikel steht doch "Generell eignet sich Stevia dort nicht, wo der Zucker als Volumenmenge benötigt wird, wie es in vielen Kuchenrezepten der Fall ist. Gegebenenfalls müssen entsprechende Rezepte angepasst werden."

Es gibt einen Zucker, der zB kein Karies verursacht und auch nicht insulintreibend ist:
Isomaltulose (auch Palatinose). Aber der ist teuer.

Subject: Re: Kennt jmd. den Zuckerersatz Stevia ?
Posted by [bumba](#) on Fri, 29 May 2009 21:07:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also ich habe Stevia und kann darüber berichten:

Es schmeckt sehr viel süßer als Zucker, aber es hat einen bittersüßen Geschmack. Der bittere Geschmack bleibt meiner Meinung nach länger im Mund als der süße.

Außerdem wirst du damit schlecht süßen können.
Mein Vater meint, dass ihm Kaffee mit Stevia überhaupt nicht schmecken würde, egal wieviel er davon auch reinmacht.

Wie es sich beim backe verhält kann ich nicht sagen. Ich denke mal, einen sinnvollen Ersatz für Zucker gibt es nicht.

PS: Informier dich mal über Xylit. Es schmeckt dem Zucker recht ähnlich und ist außerdem noch gesund! (aber auch nicht zum Backen geeignet, da es der Hefe nichts zu fressen gibt)
