

## Vergleich zwischen einer 1985 erstellten Studie und den 1996 in einem Lebensmittellabor ermittelten Werten in Obst und Gemüse

*Ursache: Ausgelaugte Böden, Luftverschmutzung, zu schnelles Wachstum, lange Lagerung.*

*Quelle: 1985 Pharmakonzern Geigy (Schweiz). 1996 Lebensmittellabor Karlsruhe/Sanatorium*

Mineralien und Vitamine in mg je 100 g Lebensmittel	untersuchte Inhaltsstoffe	Ergebnis 1985	Ergebnis 1996	Differenz
Brokkoli	Calcium	103	33	Minus 68 %
	Folsäure	47	23	Minus 52 %
	Magnesium	24	18	Minus 25 %
Bohnen	Calcium	56	34	Minus 38 %
	Folsäure	39	34	Minus 12 %
	Magnesium	26	22	Minus 15 %
	Vitamin B 6	140	55	Minus 61 %
Kartoffeln	Calcium	14	4	Minus 70 %
	Magnesium	27	18	Minus 33 %
Möhren	Calcium	37	31	Minus 17 %
	Magnesium	21	09	Minus 57 %
Spinat	Magnesium	62	19	Minus 68 %
	Vitamin C	51	21	Minus 58 %
Apfel	Vitamin C	5	1	Minus 80 %
Banane	Calcium	8	7	Minus 12 %
	Folsäure	23	3	Minus 84 %
	Magnesium	31	27	Minus 13 %
	Vitamin B 6	330	22	Minus 92 %
	Kalium	420	327	Minus 24 %
Erdbeeren	Calcium	21	18	Minus 14 %
	Vitamin C	60	13	Minus 67 %