

## Von Geburt an: Essen am Familientisch Muttermilch macht's möglich

*Utta Reich-Schottky, Bremen*



Eigentlich ist es ja ein alter Hut. Wir wissen alle, dass von allem, was die Mutter zu sich nimmt, mal mehr und mal weniger in ihre Milch gelangt. Das gilt für die verschiedenen Fette, für Vitamine, Genussmittel und Medikamente, für Erwünschtes und Unerwünschtes. Mütter, die Milch abpumpen oder von Hand entleeren, sind mitunter erschrocken, wenn die Milch nach einer Spinatmahlzeit plötzlich grünlich aussieht. Und wer normalerweise keinen Knoblauch isst und dann ein gut gewürztes Tzatziki, erlebt möglicherweise eine deutliche Reaktion beim Kind.

Dänische Forscher wollten es jetzt genauer wissen (s.u.). Sie stellten Kapseln mit vier verschiedenen Aromen her (Menthol, Kümmel, Lakritz und Banane) und gaben diese Kapseln 18 stillenden Müttern. Vor der Einnahme und 2, 4, 6 und 8 Stunden danach wurden Milchproben gesammelt und untersucht. Das Bananenaroma ist ein flüchtiger Stoff; nur in einer Milchprobe, die schon nach einer Stunde gewonnenen worden war, konnten Spuren davon gefunden werden. Die anderen Aromen konnten über mehrere Stunden nachgewiesen werden.

Interessant sind die Schlussfolgerungen der AutorInnen. Sie vermuten, dass die unterschiedlichen Geschmacksstoffe in der Muttermilch die Kinder empfänglicher dafür machen, sich später auf neue Geschmäcker einzulassen.

Außerdem lernen die Kinder so ganz nebenbei die bei ihnen zuhause übliche Familienkost kennen. Wenn ihnen diese Lebensmittel dann beim Zufüttern angeboten werden, ist ihnen das Aroma schon als „essbar“ bekannt und vertraut.  
*Guten Appetit!*

### Literatur

Helene Hausner, Wender L.P. Bredie, Christian Mølgaard, Mikael Agerlin Petersen and Per Møller: Differential transfer of dietary flavour compounds into human breast milk. *Physiology & Behavior* May 2008

© 2008, Utta Reich-Schottky, AFS