

Vorsicht! Diese Backgefahren können deine Gesundheit gefährden!

Erfahren Sie, warum das Naschen von rohem Keksteig gesundheitliche Risiken birgt und welche Alternativen es gibt.

Norditalien, Italien - Die Versuchung ist groß: Beim Keksebacken dringt der verführerische Duft von frischem Teig durch die Küche. Aber lassen Sie sich nicht blenden – naschen ist ein Risiko! Wie **oe24** berichtet, können roher Keksteig und seine Zutaten wie Mehl und Eier ernsthafte Gesundheitsrisiken bergen.

Insbesondere rohes Mehl ist eine gefährliche Falle. Auch wenn es auf den ersten Blick harmlos wirkt, birgt es potenzielle Krankheitserreger wie den gefürchteten E. coli-Bakterium, das zu schweren Magen-Darm-Erkrankungen führen kann. Verzehren Sie den Teig nur dann, wenn er gebacken ist, denn Hitze tötet die gefährlichen Bakterien ab. Achten Sie auch darauf, rohe Eier zu vermeiden oder stattdessen pasteurisierte Eier oder andere Alternativen zu verwenden. Denn auch rohe Hefe und Backpulver können zu Blähungen und Magenproblemen führen, wie **fraufritzsche** anmerkt.

Gesunde Alternativen

Aber die Freude am leckeren Keksteig muss nicht ganz verloren gehen! Es gibt inzwischen essbare Keksteige, die speziell so hergestellt wurden, dass sie bedenkenlos roh verzehrt werden können. Diese Produkte verwenden pasteurisiertes Mehl oder sind hitzebehandelt, um schädliche Keime abzutöten. Wer lieber

selbst Hand anlegt, kann Mehl vor der Verarbeitung im Ofen für einige Minuten erhitzen. Diese simple Methode sorgt dafür, dass der Genuss des Köstlichen auch ohne gesundheitliche Risiken möglich ist.

Zu den traditionellen Teigen gehört auch der Mehl-Eier-Teig, der vor allem für Pasta wie Ravioli und Tortellini verwendet wird. Dieser geschmeidige Teig zeichne sich durch seine goldene Farbe und seinen intensiven Geschmack aus und ist weit verbreitet in Norditalien. Wenn Sie selbst Pasta herstellen möchten, hilft es, Mehl Typ 00 zu verwenden und darauf zu achten, dass der Teig richtig geknetet wird. Die richtige Zubereitung ist wichtig, damit die Pasta schön seidig wird.

Details	
Vorfall	Gesundheitsrisiko
Ursache	rohes Mehl, rohe Eier, rohe Hefe, Backpulver
Ort	Norditalien, Italien
Quellen	• www.oe24.at • fraufritzsche.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at