Food Trend: So funktioniert Clean Eating & Clean Baking
01.02.2020

Bei Clean Eating und Clean Baking geht es um eine besonders "saubere" Form der Ernährung. Gesunde Lebensmittel stehen im Vordergrund, verzichtet wird auf Geschmacksverstärker, Bindemittel, Konservierungsstoffe - manchmal sogar auf Mehl, Zucker und laktosehaltige Lebensmittel. Auf der My Cake in Friedrichshafen gibt es eine eigene Area rund um gesundes und "cleanes" Essen und Backen.

Anmoderation:
Bei Clean Eating und Clean Baking geht es um eine besonders "saubere" Form der Ernährung. Gesunde Lebensmittel stehen im Vordergrund, verzichtet wird auf Geschmacksverstärker, Bindemittel, Konservierungsstoffe - manchmal sogar auf Mehl, Zucker und laktosehaltige Lebensmittel. Auf der My Cake in Friedrichshafen gibt es eine eigene Area rund um gesundes und "cleanes" Essen und Backen. Bettina Hoffmann berichtet.

Kuchen macht glücklich - und wenn er obendrein gesund ist, macht er noch glücklicher. Diese Meinung vertritt Stefanie Scherbel. In ihrem Kuchenreich gibt es nur gluten- und laktosefreie Produkte. Sie hat damit aus ihrer eigenen Not eine Tugend gemacht.
O-Ton
In ihren Backmischungen und Kuchen steckt nichts dergleichen. Ihre Produkte sind aber nicht nur bei Allergikern beliebt. Den Trend, sich gesünder zu ernähren, spürt sie ganz deutlich.
O-Ton
Auf Vegan setzt Kathi Kuhlmann schon seit Jahren und freut sich über den Umschwung unter den Hobbybäckern.
O-Ton
Für Tortenprofi Patrick Dörner geht Clean Baking vor allem damit los, sich bewusst zu machen, was für Lebensmittel man verwendet.
O-Ton
Die Zutatenliste hält auch Sylvia Maria Brielmaier von der Manufaktur für Feines im Glas für einen wichtigen Indikator.
O-Ton
Sie hat sich auf vegane Curds spezialisiert.
O-Ton
Auch bei Schokolade kann man übrigens auf die Reinheit achten, sagt Schokoladen-Sommelier Kevin Lühmann.
O-Ton
So macht Naschen Spaß.
Bettina Hoffmann, Redaktion... Friedrichshafen