

## Natürliche Inhaltsstoffe (mehrere Tausend)

- essentielle Nährstoffe (rund 40)
- nicht essentielle Nährstoffe
- positive Nicht-Nährstoffe
- negative Nicht-Nährstoffe

## Beispiele

Vitamine  
Zucker  
Rohfaser, Aroma  
Mykotoxine

## Nicht-natürliche („man-made) Inhaltsstoffe (mehrere Tausend)

- beabsichtigt (Zusatzstoffe, Additive)  
(über 3000 zugelassene Verbindungen)
- unbeabsichtigt  
Rückstände aus Produktion, Verarbeitung
- Reaktionsprodukte bei der Verarbeitung
- Verunreinigungen (Kontaminationen)  
während Verarbeitung, Lagerung, Transport  
und Zubereitung

Konservierungsstoffe,  
Farb-, Geschmacksstoffe

Pflanzenschutz

Erhitzungsprodukte

toxische Spurenelemente,  
Plastik- Weichmacher