



Deutsches Mineralwasser die Vielfalt unserer Natur



Inhalt

Willkommen im Mineralbrunnenland Deutschland	3
Richtiges Trinken	4
Kein Wasser gleicht dem anderen	6
Natürliches Mineralwasser auf einen Blick	10
Die Natur macht den Unterschied – wie Mineralwasser entsteht	12
So erhält Mineralwasser seine natürlichen Inhaltsstoffe	14
Natürliches Mineralwasser – ein Spiegelbild seiner Region	16
Nachhaltige Quellnutzung – im Einklang mit der Natur	18
Der Weg in die Flasche – von der Quelle sicher auf den Tisch	20
Das Mineralwasser-Etikett – klar und transparent	24
Mineralwasser – das spritzige Plus in Getränken	28
Mineralwasser – die besondere Zutat für die leichte Küche	30

Willkommen im Mineralbrunnenland Deutschland

Über **500 unterschiedliche Mineralwässer** und über 20 im Handel erhältliche Heilwässer gibt es in Deutschland. Jedes mit einem unverwechselbaren Geschmack, einem individuellen Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen und mit mal mehr, mal weniger Kohlensäure. Diese Vielfalt und dieser Reichtum an Mineralwasser-Vorkommen sind **weltweit einzigartig**. Wir verdanken sie den geologischen Gegebenheiten in Deutschland und den günstigen Niederschlagsbedingungen. So entsteht in einem kontinuierlichen Prozess natürliches Mineralwasser: **ursprünglich rein, gut geschützt, im Inneren der Erde** – ein Schatz der Natur.

Auf den folgenden Seiten erfahren Sie, wie natürliches Mineralwasser entsteht, wie es zu dieser Vielfalt an Mineralwässern kommt und wie das Naturprodukt gewonnen und sicher abgefüllt wird. Am Ende dieser Broschüre dreht sich alles um die **kulinarischen Aspekte** von Mineralwasser: leichte Küche und fruchtig-spritzige Cocktails.

Erfahren Sie mehr über das vielseitige Getränk aus unserer Natur!

Ihre Informationszentrale Deutsches Mineralwasser

Mehr Informationen rund um
natürliches Mineralwasser:
www.mineralwasser.com

Richtiges Trinken

Der Flüssigkeitsbedarf des Körpers

Obwohl der menschliche Körper größtenteils aus Wasser besteht, kann er es nicht speichern. Bis zu 2,5 Liter Flüssigkeit verliert ein Erwachsener unter normalen Bedingungen jeden Tag über die Haut, den Atem, den Harn und die Verdauung. Deshalb müssen wir regelmäßig trinken.

Wasser versorgt alle Organe, Muskeln und Körperzellen mit Nährstoffen und Sauerstoff – allen voran das Gehirn. Wasser wird für fast alle Körperfunktionen als Antrieb, Reaktionspartner und Baustoff benötigt. Fehlt dem Körper Wasser, dann verlangsamen sich die Abläufe in unserem Körper. Sie laufen im wahrsten Sinne des Wortes nicht mehr flüssig. Rund ein Drittel ihres täglichen Flüssigkeitsbedarfs von etwa 1,5 Litern decken die Menschen in Deutschland mit natürlichem Mineralwasser.

Die tägliche Trinkmenge

Für eine ausreichende Flüssigkeitsversorgung empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) Erwachsenen eine tägliche Trinkmenge von bis zu 1,5 Litern. Einen weiteren Liter Flüssigkeit erhält der Körper bei einer ausgewogenen Ernährung, z. B. mit Obst und Gemüse, über das Essen. Je nach Alter, Gewicht und Lebenssituation schwankt jedoch auch der Flüssigkeitsbedarf. So sollten zum Beispiel stillende Frauen auf eine höhere Trinkmenge achten. Für Senioren und Kinder ist es vor allem wichtig, das regelmäßige Trinken nicht zu vergessen.

Richtwerte für die tägliche Flüssigkeitszufuhr*

Kinder	Wasserzufuhr durch Getränke	Erwachsene	Wasserzufuhr durch Getränke
0 bis unter 4 Monate**	620 ml/Tag	15 bis unter 19 Jahre	1.530 ml/Tag
4 bis unter 12 Monate	400 ml/Tag	19 bis unter 25 Jahre	1.470 ml/Tag
1 bis unter 4 Jahre	820 ml/Tag	25 bis unter 51 Jahre	1.410 ml/Tag
4 bis unter 7 Jahre	940 ml/Tag	51 bis unter 65 Jahre	1.230 ml/Tag
7 bis unter 10 Jahre	970 ml/Tag	65 Jahre und älter	1.310 ml/Tag
10 bis unter 13 Jahre	1.170 ml/Tag	Schwangere	1.470 ml/Tag
13 bis unter 15 Jahre	1.330 ml/Tag	Stillende	1.710 ml/Tag

* Modifiziert nach: D.A.CH. Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, 2. Auflage, 4. aktualisierte Ausgabe 2018

** Hierbei handelt es sich um einen Schätzwert.



Der Flüssigkeitsbedarf kann sich unter bestimmten Bedingungen stark erhöhen und die empfohlene Trinkmenge überschreiten, zum Beispiel bei:

- » Sport und anderen körperlichen Aktivitäten
- » Hitze
- » trockener Heizungsluft
- » Krankheit (z. B. Fieber, Erbrechen oder Durchfall)
- » körperlicher und geistiger Arbeit

Durst – ein Warnsignal des Körpers

Durst ist ein Warnsignal des Körpers, das einen bereits bestehenden Wassermangel anzeigt. Schon ein geringer Flüssigkeitsverlust von zwei Prozent des Körpergewichts vermindert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Das Blut dickt ein und seine Fließfähigkeit verschlechtert sich. Der Sauerstoff- und Nährstofftransport in die Zellen, Muskeln, Organe und das Gehirn ist vermindert. Daher ist es wichtig, ausreichend und regelmäßig über den Tag verteilt zu trinken, um Durst gar nicht erst aufkommen zu lassen.

Mögliche Warnsignale für einen Flüssigkeitsmangel

✓ wenig und/oder dunkel gefärbter Urin

✓ häufige Müdigkeit

✓ körperliche Schwäche

✓ Kopfschmerzen

✓ Vergesslichkeit

✓ trockener Mund, trockene Schleimhäute

✓ Verstopfung

✓ trockene, schuppige Haut

Kein Wasser gleicht dem anderen

Wassersorten unterscheiden sich durch ihre individuelle Entstehung, ihren Verwendungszweck, ihre Behandlungsverfahren und die qualitativen Anforderungen, die an das jeweilige Produkt gestellt werden.

Natürliches Mineralwasser

Mineralwasser ist ein reines Naturprodukt. Es stammt aus unterirdischen, vor Verunreinigungen geschützten Wasservorkommen und muss direkt am Quellort abgefüllt werden. Mineralwasser ist das einzige amtlich anerkannte Lebensmittel in Deutschland. Das Anerkennungsverfahren umfasst über 200 geologische, chemische und mikrobiologische Untersuchungen. Die Mineral- und Tafelwasser-Verordnung (MTVO) legt genau fest, was ein natürliches Mineralwasser ausmacht, wie es etikettiert und verpackt sein muss. Strenge Kontrollen durch die Brunnenbetriebe, Behörden und unabhängige Labore garantieren dem Verbraucher eine gleichbleibende Qualität von der Quelle bis auf den Tisch.



Heilwasser

Auch Heilwasser entspringt unterirdischen Wasservorkommen. Es wird ebenfalls direkt am Quellort abgefüllt und muss behördlich als Arzneimittel zugelassen werden – es unterliegt dem Arzneimittelgesetz. Durch seine besondere Kombination an Mineralstoffen besitzt es eine vorbeugende, lindernde oder heilende Wirkung, die anhand von wissenschaftlichen Untersuchungen belegt ist.

Quellwasser

Quellwasser stammt aus unterirdischen Wasservorkommen und muss am Quellort abgefüllt werden. Es unterliegt der Mineral- und Tafelwasserverordnung (MTVO), wird jedoch nicht amtlich anerkannt. In seiner Zusammensetzung muss es den Anforderungen für Trinkwasser entsprechen. An Quellwasser werden nicht dieselben hohen Reinheitsanforderungen gestellt wie an Mineralwasser. Mit dem Mineralwasser gemein hat es allerdings, dass nur wenige schonende Behandlungsverfahren angewendet werden dürfen.



Tafelwasser

Tafelwasser wird industriell hergestellt und ist daher kein Naturprodukt. Es kann ein Gemisch aus verschiedenen Wasserarten und anderen Zutaten sein. Erlaubt sind die Mischung von Trinkwasser, Mineralwasser, Natursole, Meerwasser sowie die Zugabe von Mineralstoffen und Kohlensäure. Für die Mischungsverhältnisse gibt es keine gesetzlichen Vorschriften, es müssen jedoch die Anforderungen für Trinkwasser eingehalten werden.

Trinkwasser

Trinkwasser (Leitungswasser) wird in Deutschland zu etwa zwei Dritteln aus Grundwasser und zu einem Drittel aus Oberflächenwasser (Flüsse, Seen, Talsperren) gewonnen. Es dient sehr unterschiedlichen Verwendungszwecken (Trinken, Kochen, Körperpflege, Putzen, Waschen, Toilettenspülung) und darf die Rohre nicht verkrusten oder korrodieren. Um diesen Anforderungen zu genügen, muss es in der Regel erst zu Trinkwasser aufbereitet (gereinigt, desinfiziert, in der Zusammensetzung verändert) werden. Die Trinkwasserverordnung regelt die Qualität des Trinkwassers. Der Trinkwasserversorger ist verantwortlich für die Qualität des Wassers bis zum Übergabepunkt, das heißt bis zur Wasseruhr, jedoch nicht bis zum Wasserhahn im Privathaushalt. Für den Wasserhahn und die Rohrleitungen im Wohnhaus ist der Eigentümer/die Eigentümerin selbst verantwortlich.

	Mineralwasser	Heilwasser
Herkunft	Unterirdische Wasservorkommen	Unterirdische Wasservorkommen
Immer ein Naturprodukt	✓	✓
Ursprüngliche und konstante Zusammensetzung	✓	✓
Abfüllung	Direkt am Quellort	Direkt am Quellort
Anerkennung	✓	✓ Arzneimittelzulassung
Ausweis der Inhaltsstoffe am Produkt	✓	✓
Qualitätssicherung	Von der Quelle bis zur Abgabe in Flaschen	Von der Quelle bis zur Abgabe in Flaschen

Quellwasser

Unterirdische
Wasservorkommen



Direkt am Quellort



Von der Quelle bis zur
Abgabe in Flaschen oder
Wasserspendern

Tafelwasser

Industrielle Herstellung aus
Mineral- oder Leitungs-
wasser

90 Zusatzstoffe und Chemi-
kalien zur Aufbereitung und
9 Desinfektionsverfahren
zugelassen



Überall möglich



Bis zum Hausanschluss oder
bis zur Abgabe in Flaschen
oder Thekenzapfanlagen

Leitungswasser

Grundwasser und Oberflä-
chenwasser aus Flüssen,
Seen und Talsperren

90 Zusatzstoffe und Chemi-
kalien zur Aufbereitung und
9 Desinfektionsverfahren
zugelassen



Am Wasserhahn



Bis zum Hausanschluss

Natürliches Mineralwasser auf einen Blick

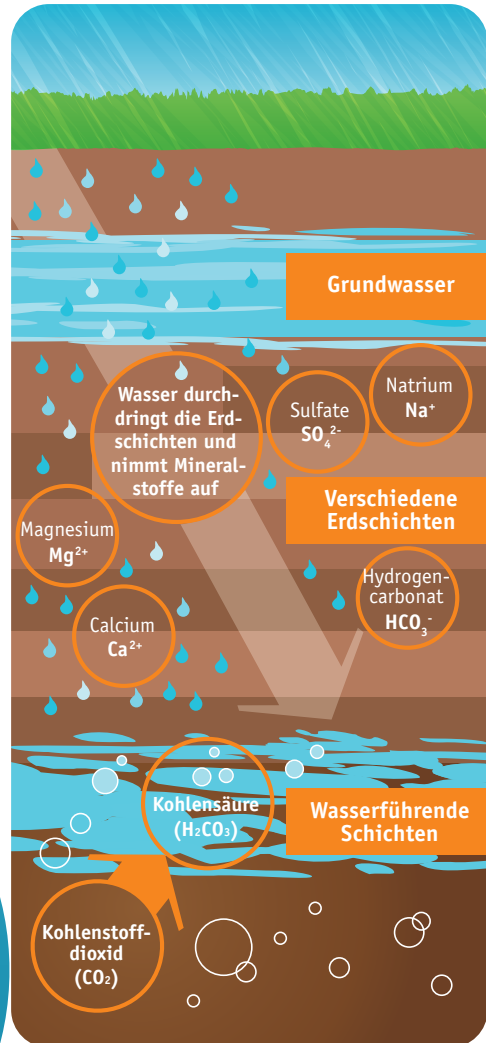
- ✓ ein Produkt der Natur und von ursprünglicher Reinheit
- ✓ über 500 verschiedene Mineralwässer aus Deutschland
- ✓ natürlicher Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen
- ✓ jedes Mineralwasser mit eigenem Geschmack durch die individuelle Zusammensetzung an Mineralstoffen und Spurenelementen
- ✓ Vorkommen in vor Verunreinigungen geschützten Schichten unter der Erde
- ✓ direkt am Quellort abgefüllt
- ✓ erfüllt die strengen Vorgaben der Mineral- und Tafelwasserverordnung
- ✓ Qualität, Hygiene und Sicherheit des Naturprodukts durch mehr als 200 Einzeluntersuchungen gewährleistet
- ✓ einziges Lebensmittel mit amtlicher Anerkennung
- ✓ nur wenige, schonende Behandlungsverfahren erlaubt
- ✓ außer Kohlensäure kein Zusatz erlaubt
- ✓ in der Gastronomie nur in der Flasche serviert und am Tisch geöffnet



Die Natur macht den Unterschied – wie Mineralwasser entsteht

Mineralwasser ist Teil des natürlichen Wasserkreislaufs. Sein Entstehungsprozess kann viele Jahre, Jahrzehnte oder sogar Jahrhunderte dauern. Er beginnt, wenn Wasser als Regen oder Schnee auf den Erdboden fällt und darin versickert. Das Wasser sucht sich seinen Weg durch die verschiedenen Boden- und Gesteinsschichten ins Erdinnere. Dabei finden viele komplexe Reaktionen und Prozesse statt, durch die das Wasser gereinigt und gefiltert wird.

„Ähnlich wie in einem Kaffeefilter werden größere Bestandteile im Wasser durch winzige Gesteinsporen und Kanäle im Erdinneren mechanisch abfiltriert. Kleinere Stoffe bleiben im Gestein hängen oder lagern sich zum Beispiel aufgrund elektrischer Kräfte an den Gesteinen ab“, erklärt Sebastian Rau, Geologe und Experte für Qualitätssicherung beim SGS Institut Fresenius. „In welcher Form die Reinigungsprozesse jeweils ablaufen, hängt individuell von den Eigenschaften des durchströmten Gesteins und der Dauer des Vorgangs ab.“





Gleichzeitig nimmt das Wasser auf seinem Weg in die Erde Mineralstoffe und Spurenelemente auf, die es aus den Gesteinen herauslöst oder mit ihnen austauscht. „Eine Vielzahl von Parametern, wie die Temperatur des Wassers und des Bodens, die Gesteinsart oder die Fließgeschwindigkeit, spielen dabei eine Rolle und entscheiden, welche Mineralstoffe das Wasser in welcher Menge aufnimmt“, so der Geologe Sebastian Rau. Das gilt auch für Kohlensäure, die Wasser vor allem in vulkanischen Regionen binden kann.

Am Ende dieser Reise sammelt sich das Wasser unter einer schützenden Deckschicht, die wie ein Dach vor Verunreinigung schützt. Aus dem Niederschlag, der vor langer Zeit auf die Erde traf, ist nun Mineralwasser geworden. Mineralbrunnen fördern es aus den wasserführenden Schichten und füllen es in geeignete Verpackungen, meist Flaschen, ab. In seltenen Fällen steht das Mineralwasser unter so hohem Druck, dass es von allein nach oben steigt.

Quelle: Mit freundlicher Unterstützung von Sebastian Rau, Geologe, SGS Institut Fresenius

So erhält Mineralwasser seine natürlichen Inhaltsstoffe

Mineralstoffe und Spurenelemente

Natürliche Mineralstoffe und Spurenelemente sind die charakteristischen Inhaltsstoffe von Mineralwasser. Zwei Prozesse im Erdinneren sind entscheidend dafür, dass das Wasser Mineralstoffe aufnimmt: die Auflösung von Gestein und der Austausch von Mineralstoffen zwischen Wasser und Gestein.

Während das Wasser durch die unterirdischen Erdschichten fließt, löst es Teile des Gesteins auf. Dabei spielt die Temperatur eine wichtige Rolle. Für viele Mineralstoffe gilt: je wärmer das Wasser, desto mehr Mineralstoffe kann es aus dem Boden lösen. Aber es gibt Ausnahmen: Manche Gesteine lösen sich besser bei kälteren Temperaturen. Die Natur ist eben vielfältig!

Das Wasser kann seine Inhaltsstoffe aber auch mit dem Gestein austauschen. So kann Wasser, das in einer höheren Gesteinsschicht zum Beispiel Natrium aufgenommen hat, dieses in einer tiefer liegenden Schicht wieder an ein anderes Gestein abgeben und im Gegenzug beispielsweise Calcium daraus aufnehmen. Aus Natriumchloridwasser wird so in einer tieferen Schicht Calciumchloridwasser.

Kohlensäure

Kohlensäure ist die Verbindung von Kohlenstoffdioxid und Wasser. In Regionen mit abklingendem Vulkanismus – die es in Deutschland vielfach gibt – entsteht durch das Abkühlen und Erstarren von Magma tief unter der Erdoberfläche Kohlenstoffdioxid.

Das Gas steigt durch die Erdschichten empor. Trifft es auf eine wasserführende Schicht, nimmt das Wasser das Kohlendioxid auf und bindet es als Kohlensäure. Im unterirdischen Mineralwasservorkommen hat Kohlensäure viele positive Effekte. Sie unterstützt das Wasser zum Beispiel dabei, Mineralstoffe aus den Gesteinen zu lösen.

Quelle: Mit freundlicher Unterstützung von Sebastian Rau, Geologe, SGS Institut Fresenius

Das Zusammenspiel vieler verschiedener Faktoren ist entscheidend für die Zusammensetzung eines Mineralwassers. Eine wichtige Rolle spielen die Temperatur, die Fließgeschwindigkeit und damit die Zeit, die das Wasser hat, um Mineralstoffe aufzunehmen, sowie das Vorkommen von Kohlensäure. Ändert sich nur einer dieser Faktoren, entsteht ein anderes Mineralwasser. Daraus resultiert die enorme Vielfalt deutscher Mineral- und auch Heilwässer.



Natürliches Mineralwasser – ein Spiegelbild seiner Region

So unterschiedlich wie die Regionen in Deutschland, so verschieden sind auch die natürlichen Mineralwässer, die ihnen entspringen. Bodenbeschaffenheit, Fließgeschwindigkeit, Temperatur und geologische Gegebenheiten unterscheiden sich von Mineralwasservorkommen zu Mineralwasservorkommen. Aus diesem Grund weist jedes der über 500 deutschen Mineralwässer eine eigene Zusammensetzung an Mineralstoffen, Spurenelementen und Kohlensäure auf.

Hydrogeologen unterscheiden dabei grob drei Grundformen von Mineralwässern: Hydrogencarbonatwässer, Chloridwässer und Sulfatwässer. Sie sind benannt nach den Mineralstoffen, die sie in größeren Mengen enthalten: Hydrogencarbonat, Chlorid und Sulfat.

Die Natur verleiht den Geschmack

Hydrogencarbonate, auch Bicarbonate genannt, entstehen, wenn Kohlensäure durch einen basischen Stoff neutralisiert wird. Hydrogencarbonatwässer sind vor allem in Regionen mit abklingendem Vulkanismus zu finden, zum Beispiel in der Eifel, der Schwäbischen Alb oder dem Schwarzwald. Aufgrund der Bodenbeschaffenheit ist der Magnesium- und Calciumgehalt besonders ausgewogen. Zusammen mit Hydrogencarbonat tragen diese Mineralstoffe zu einem natürlichen und neutralen Geschmack bei.

Vor allem in Norddeutschland, aber auch in einigen Mittelgebirgen, in denen Gips oder der dem Gips ähnliche Mineralstoff Anhydrit, eine Calcium-Sulfat-Verbindung, abgelagert wurden, treten typischerweise Sulfatwässer auf. Sulfate sind Schwefelverbindungen. Mineralwässer mit Sulfat schmecken süßlich bis leicht bitter.

Chlorid ist ein Mineralstoff, der sich leicht mit Natrium zu Natriumchlorid (Kochsalz) und mit Kalium zu Kaliumchlorid verbindet. Chloridwässer entstehen häufig durch die Auslaugung von Steinsalzlagern in den Erdschichten, zum Beispiel aus Ablagerungen der Urmeere. In Verbindung mit Natrium entwickeln sie einen leicht salzigen Geschmack.



In Regionen mit Sand- und Kiesablagerungen finden sich eher leicht mineralisierte Mineralwässer. Dazu gehören das Allgäu, die Regionen um München oder die Norddeutsche Tiefebene. Diese Mineralwässer schmecken oft leicht säuerlich oder sehr mild.

Zwischen diesen Grundformen gibt es unzählige Mischformen mit hohem, mittlerem oder niedrigem Gehalt und einer individuellen Zusammensetzung an Mineralstoffen, Spurenelementen und Kohlensäure. Unter den 500 verschiedenen Mineralwässern in Deutschland ist für jeden Geschmack und jeden Bedarf etwas dabei.

Nachhaltige Quellnutzung – im Einklang mit der Natur

Mit einem jährlichen Pro-Kopf-Verbrauch von über 130 Litern* ist natürliches Mineralwasser für viele Menschen das Basisgetränk und ein fester Bestandteil ihres Alltags. Glücklicherweise verfügt Deutschland über ein besonders umfangreiches Mineralwasser-Vorkommen. Durch die günstigen Niederschlagsbedingungen wird dieser Vorrat immer wieder aufgefüllt, sodass der anhaltende Bedarf an Mineralwasser noch lange Zeit gedeckt werden kann.



Die Abfüllung durch die Brunnenunternehmen erfolgt streng nachhaltig. Jeder Mineralbrunnen orientiert sich an einer sogenannten Entnahmeregelung, die verbindlich vorgibt, wie viele Liter pro Tag aus einer Quelle abgefüllt werden dürfen. Aufgrund des hohen Mineralwasser-Vorkommens in Deutschland gibt es dadurch keinerlei Engpässe.

*Verband Deutscher Mineralbrunnen (VDM): Branchendaten 2020



Der Weg in die Flasche – von der Quelle sicher auf den Tisch

Die Erschließung von Mineralwasserquellen

Um neue Mineralwasservorkommen zu finden, führen die Mineralbrunnen aufwendige geophysikalische Untersuchungen der Boden- und Gesteinsverhältnisse durch. Geologische Karten und seismische Profile des Erdinneren helfen Geologen, eine Quelle zu lokalisieren. Anschließende Versuchsbohrungen können Monate oder sogar Jahre dauern. Dabei ist vor Beginn der Bohrung nur zu vermuten, dass es sich bei dem unterirdischen Wasser um Mineralwasser handelt. Im Durchschnitt ist jede zweite bis dritte Bohrung erfolgreich. Sie bedarf technischem Know-how, Präzision und genauer Planung. Ob ein Wasser den Anforderungen für Mineralwasser entspricht, kann erst nach der Bohrung in einem umfassenden Qualitätssicherungsprozess überprüft und bestätigt werden. Denn nur unterirdisches Wasser, das ursprünglich rein ist und eine konstante Zusammensetzung aufweist, darf als natürliches Mineralwasser bezeichnet werden.



Bestgeprüft und amtlich anerkannt

Natürliches Mineralwasser erhält als einziges Lebensmittel in Deutschland eine amtliche Anerkennung. Gesetzliche Grundlage hierfür ist die Mineral- und Tafelwasserverordnung (MTVO). Das Anerkennungsverfahren umfasst mehr als 200 Einzeluntersuchungen. Dabei werden die geologischen, chemischen und hygienisch-mikrobiologischen Eigenschaften des Naturprodukts wissenschaftlich und zuverlässig überprüft.

Förderung und Kontrolle

Ist das Rohrsystem von der Quelle zum Mineralbrunnen verlegt, wird das Mineralwasser in der Regel von leistungsstarken Pumpen nach oben gefördert. In seltenen Fällen steht das Mineralwasser unter so hohem Druck, zum Beispiel durch die natürliche Kohlensäure, dass es von allein nach oben steigt. Dann spricht man von einer artesischen Quelle.

Hygiene, Qualität und Sicherheit bestimmen auch die Abfüllung. Die MTVO ist hier ebenfalls normgebend. Brunnenbetreiber, unabhängige Gutachter und Behörden sorgen für die Einhaltung aller gesetzlichen Vorgaben. Bei den Mineralbrunnen erfolgen die Analysen zum Teil mehrmals täglich. Fachkräfte für Qualitätssicherung führen regelmäßig umfangreiche mikrobiologische Untersuchungen durch. Ein engmaschiges Netz von Kontrollen gewährleistet die Sicherheit des Naturprodukts.

Um die ursprüngliche Reinheit von Mineralwasser zu bewahren, darf außer Kohlensäure nichts hinzugefügt werden. Aus geschmacklichen und optischen Gründen dürfen zudem Eisen und Schwefel entfernt werden. Entsprechende Verfahren sind auf dem Etikett ausgewiesen.



Artesische Quelle

Von einer artesischen Quelle spricht man, wenn das gesamte Wasservorkommen infolge eines natürlichen Überdrucks der Quelle von allein aufsteigt.



Sichere Abfüllung

Natürliches Mineralwasser muss direkt am Quellort in die dafür vorgesehenen Verpackungen, meist Flaschen, abgefüllt und sicher verschlossen werden. Der Vorgang der Abfüllung erfolgt vollautomatisiert, in sich geschlossen und genauestens kontrolliert. Die Mineralbrunnenbetriebe stellen dabei sicher, dass Mineralwasser ein hygienisch und bakteriologisch einwandfreies Naturprodukt bleibt. Frisch abgefüllt erhält jede Flasche einen fabrikneuen Verschluss und ein Etikett. Dies schreibt die MTVO vor, um die Reinheit, Sicherheit und Frische bis zum Verbraucher sicherzustellen. Dazu gehört auch, dass Mineralwasser in der Gastronomie nur in verschlossenen Flaschen serviert werden darf. Erst vor den Augen des Gastes darf die Flasche geöffnet und das frische Mineralwasser eingeschenkt werden.

Verpackung

Natürliches Mineralwasser wird zum Beispiel in Glas- oder PET-Flaschen von 0,25 Liter bis 1,5 Liter Inhalt abgefüllt. Die Flaschen gibt es einzeln oder im Kasten zu kaufen. Jede Verpackung wird mit einem neuen Verschluss versehen. Dieser gewährleistet, dass das Mineralwasser weder verfälscht noch verunreinigt wird. Mineralwasser kommt in Einweg- oder Mehrwegflaschen auf den Markt. Am bekanntesten ist die klassische 0,7-Liter-„Perlenflasche“ aus Glas, die seit 1969 im Mehrwegkreislauf angeboten wird. Die grüne 0,75-Liter-Brunneneinheitsflasche aus Glas ergänzt dieses Mehrwegsysteem der Genossenschaft Deutscher Brunnen (GDB). Sie signalisiert dem Verbraucher, dass er zu Mineralwasser mit reduziertem Kohlensäuregehalt (medium) oder zu Heilwasser greift.

Seit dem Jahr 2000 gibt es die Perlenflasche auch als PET-Mehrwegflasche mit 0,5, 0,7, 1,0 oder 1,5 Liter Inhalt. Sie wird vor der erneuten Befüllung von den Mineralbrunnen sorgfältig sortiert und gereinigt. Das PET-Neumaterial ist in Deutschland und weltweit für Lebensmittel- und Getränkeverpackungen geprüft und zugelassen.

Haltbarkeit von Mineralwasser

Natürliches Mineralwasser ist nahezu unbegrenzt haltbar. Die Angabe eines Mindesthaltbarkeitsdatums ist gesetzlich vorgeschrieben und in der Regel auf ein Jahr (bei PET-Flaschen) oder zwei Jahre (bei Glasflaschen) nach der Abfüllung datiert.

Das Mineralwasser-Etikett – klar und transparent

Das Etikett auf der Flasche ist die Visitenkarte des Mineralwassers. Es informiert ausführlich und eindeutig über die Inhaltsstoffe des jeweiligen Mineralwassers. Die meisten Angaben sind gesetzlich vorgeschrieben und verbindlich:



- | | |
|---|--|
| 1 Name der Quelle | 5 Optional: Hinweis auf Analysedatum und Name des Prüfinstituts |
| 2 Ort der Quellanutzung | 6 Inverkehrbringer/ Abfüller mit zustellungsfähiger Anschrift |
| 3 Verkehrsbezeichnung „Natürliches Mineralwasser“, ggf. ergänzt um Kohlensäure-Deklaration | 7 Füllmenge |
| 4 Deklaration der charakteristischen Inhaltsstoffe | 8 Mindesthaltbarkeitsdatum |



Das Etikett informiert auch über Herkunft der Kohlensäure

Natürliches kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Das Wasser enthält die gleiche Menge eigener Quellsäure in der Flasche wie am Quellaustritt.

Natürliches Mineralwasser mit eigener Quellsäure versetzt

Das Wasser enthält mehr Kohlensäure in der Flasche als am Quellaustritt; zugesetztes Kohlendioxid/CO₂ muss aus dem gleichen Quellvorkommen stammen.

Natürliches Mineralwasser mit Kohlensäure versetzt

Das Wasser enthält CO₂ anderer Herkunft.

Besondere Hinweise auf dem Etikett und ihre Bedeutung

Neben den obligatorischen Angaben auf dem Mineralwasser-Etikett gibt es weitere Hinweise zu den Inhaltsstoffen des Mineralwassers, die gegebenenfalls auch auf dem Etikett ausgewiesen werden. Dies sind die häufigsten Hinweise und ihre Bedeutung:

Angaben zu Mineralstoffen auf dem Mineralwasser-Etikett

Mineralstoff	Hinweis	Bedeutung
Magnesium	„magnesiumhaltig“	Das Mineralwasser enthält mehr als 50 mg/l Magnesium.
Calcium	„calciumhaltig“	Das Mineralwasser enthält mehr als 150 mg/l Calcium.
Natrium	„natriumhaltig“	Das Mineralwasser enthält mehr als 200 mg/l Natrium.
	„geeignet für eine natrium-arme Ernährung“	Das Mineralwasser enthält weniger als 20 mg/l Natrium.
Bicarbonat/ Hydrogencarbonat	„bicarbonathaltig“ oder „hydrogencarbonathaltig“	Das Mineralwasser enthält mehr als 600 mg/l Bicarbonat/Hydrogencarbonat.
Sulfat	„sulfathaltig“	Das Mineralwasser enthält mehr als 200 mg/l Sulfat.

Weitere Hinweise auf dem Etikett

Enteisent:

Dem Mineralwasser wurde durch Belüftung und Filtration von Natur aus vorhandenes Eisen entzogen. Dies hat rein optische Gründe, denn Eisen in Verbindung mit Sauerstoff würde das Mineralwasser rotbraun färben.

Geeignet für die Zubereitung von Säuglingsnahrung:

Dieser Hinweis garantiert, dass das Mineralwasser den besonderen Bedürfnissen eines Säuglings entspricht. Da die Nieren von Babys noch keine großen Mengen an Mineralstoffen verarbeiten können, muss ein Mineralwasser mit diesem Hinweis besonders strenge, genau definierte Kriterien erfüllen: Es ist mineralstoffarm und hat z. B. einen sehr niedrigen Gehalt an Natrium und Fluorid.



Mineralwasser – das spritzige Plus in Getränken

Natürliches Mineralwasser ist das ideale Füllgetränk für Cocktails, ob mit oder ohne Alkohol, genauso wie für Schorlen, Smoothies und Bowlen. Mineralwasser verleiht jedem Getränk Frische und Leichtigkeit und rundet Mixgetränke ideal ab. Darüber hinaus ist es die perfekte Basis für Infused Mineral Water.

Kleine Tipps mit großer Wirkung für selbst gemachte Cocktails:

- » Mineralwasser wird immer als letzte Zutat nach dem Schütteln oder Rühren ins Glas gefüllt, sonst wird der Shaker undicht und die Kohlensäure entweicht. Füllen Sie das Glas einfach kurz vor dem Servieren mit Mineralwasser auf.
- » Stark sprudelnde Mineralwässer eignen sich vor allem für Cocktail-Klassiker wie Mojito, Fizzes oder Singapore Sling, Mineralwasser mit wenig Kohlensäure hingegen passt am besten zu reichhaltigen Fruchtcocktails.
- » Stark mineralstoffhaltige Mineralwässer können dem Getränk eine besonders feine Note verleihen. Die Vielfalt deutscher Mineralwässer lädt zum Experimentieren ein.
- » Wer gern die Nacht durchtanzt, für den ist Mineralwasser mit einem hohen Anteil an Natrium der ideale Cocktail-Filler. Natrium hält den Wasserhaushalt in Balance und ist wichtig für Muskeln und Blutdruck.



Fresh Up

Zutaten für 2 Gläser à 300 ml

- » 60 ml Schwarzer Tee
- » 10 Zweige Zitronenmelisse
- » 80 ml Rhabarbersaft
- » 3 – 4 TL Vanillezucker
- » natürliches Mineralwasser mit Kohlensäure
- » Eiswürfel

Glas:

- » Longdrink

Garnitur:

- » Zitronenmelisse

Zubereitung:

Den Tee zubereiten und abkühlen lassen. Zitronenmelisse waschen. Anschließend Tee, Rhabarbersaft und Vanillezucker in ein Longdrink-Glas geben und gut verrühren. Das Glas mit Eiswürfeln füllen, mit Mineralwasser aufgießen und noch mal kurz verrühren. Mit etwas Zitronenmelisse garnieren.



Viele weitere Rezepte
mit Mineralwasser
finden Sie auf
www.mineralwasser.com.



Mineralwasser – die besondere Zutat für die leichte Küche

Spitzenköche benutzen natürliches Mineralwasser zum Anbraten von Fleisch und Fisch, zum Verfeinern von Suppen und Saucen und als leichte Zutat für cremige Desserts. Die Kohlensäure im Mineralwasser ist dabei ein wahres Wundermittel. Sie verfeinert den Geschmack, lockert Mehl- und Milchspeisen auf und nimmt cremigen Suppen und Süßspeisen die sahnige Schwere. Bei Teig- und Backwaren wirkt sie als Triebmittel, lockert den Teig auf und kann Backpulver ersetzen. Damit ist Mineralwasser eine echte Alternative zu Fett, Öl, Backpulver und Milch. Von der Vorspeise über das Hauptgericht bis zum Dessert – Mineralwasser sorgt für Leichtigkeit, Frische und Geschmack.

Tipps für die leichte Küche



Fettfreies Braten:

Kohlensäurehaltiges Mineralwasser in einer heißen beschichteten Pfanne aufschäumen, Fleisch oder Fisch hinzugeben und goldbraun garen. Ist die Flüssigkeit verdampft, esslöffelweise weiteres Mineralwasser hinzugeben.



Suppen und Saucen:

Sie lassen sich mit kohlensäurehaltigem Mineralwasser schaumiger aufschlagen und erhalten mehr Geschmack. Gleichzeitig lässt sich so ein Großteil der Sahne sparen.



Salat und Gemüse:

Mit kohlensäurehaltigem Mineralwasser statt Öl werden Salatdressings frisch und fettärmer. Beim Dünsten von Gemüse gilt: Mit Mineralwasser statt Fett bleibt das Gemüse knackiger und seine Farbe intensiver.



Teig:

Einen Teil der Milch durch Mineralwasser mit Kohlensäure ersetzen. Sie lässt den Teig hervorragend aufgehen und macht ihn extra locker.



Desserts:

Quark, Joghurt oder Mousse werden mit kohlensäurehaltigem Mineralwasser wunderbar cremig. Dabei ein leicht mineralisiertes Mineralwasser verwenden.



Herausgeber:

Informationszentrale Deutsches Mineralwasser (IDM)
c/o WPR COMMUNICATION GmbH & Co. KG
Schulstraße 25, 53757 Sankt Augustin

Service-Leitungen*:

Telefon: 01805 478888, Fax: 01805 478877

(*0,14 Euro/Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42 Euro/Min. aus deutschen Mobilfunknetzen)

E-Mail: IDM@mineralwasser.com

www.mineralwasser.com

www.trinken-im-unterricht.de

www.facebook.com/natuerlichesmineralwasser

www.youtube.com/mineralwassercom

www.instagram.com/mineralwassernatuerlich

www.twitter.com/IDMineralwasser

Bildnachweise:

Titel IDM/Sonja Hofmann

Seite 11 IDM/Jörg Rothhaar

Seite 17 beeboys/Shutterstock.com

Seite 25 IDM/Sonja Hofmann

Seite 27 Pixel-Shot/Shutterstock.com

Auflage 2023