

Inhalt

Einleitung	5
Erhitzungsbedingte Schadstoffe – eine Übersicht	6
Furan	8
Furan – was ist das?	8
Furan und Dibenzofurane – wo liegt der Unterschied?	8
Wie schädlich ist Furan?	8
Wo kommt Furan vor?	9
Wie Sie Furan reduzieren können	10
Acrylamid	11
Was ist Acrylamid?	11
Wie schädlich ist Acrylamid?	11
Wo kommt Acrylamid vor?	12
Wie Sie Acrylamid reduzieren können	13
PAK	14
PAK – was ist das?	14
Wie schädlich sind PAK?	14
Wo kommen PAK vor?	15
Wie Sie PAK reduzieren können	15

3-MCPD	16
Was ist 3-MCPD?	16
Wie schädlich ist 3-MCPD?	16
Wo kommt 3-MCPD vor und wie können Sie es reduzieren?	17
Wie werden Lebensmittel kontrolliert?	19
Wie Sie Schadstoffe vermeiden können	20
Wie Sie die Aufnahme hitzebedingter Schadstoffe senken können	20
Weiterführende Internetseiten	22
Weiterführende Literatur	22