

Polyphenolgehalte in Granatapfelsäften

In der bislang größten in einer Fachzeitschrift (Flüssiges Obst) publizierten Reihenuntersuchung (1) ergaben sich für den Verbraucher wichtige Ergebnisse: So variierte der Polyphenol-Gehalt bei Frisch-/ Direktsäften zwischen 904 und 2067 mg/l (Median 1409 mg/l). Die Säfte aus Konzentrat wiesen im Durchschnitt einen höheren Polyphenolgehalt (Median 2288 mg/l) auf, aber auch hier variierte der Gehalt stark (897-4265 mg/l).

Vergleich von Dr. Jacob's Granatapfel-Produkten mit Granatapfel-Direktsäften und Säften aus Konzentrat als Gesamtpolyphenole nach Folin-Ciocalteu-Methode:

Herkömmliche Granatapfel-Produkte	Durchschnittlicher Polyphenolgehalt (Median)	Durchschnittlicher Zuckergehalt pro Portion Polyphenole
Granatapfel-Direktsäfte	1409 mg/l (1)	76,7 g/720 mg bzw. 53,23 g/500 mg (3)
Granatapfelsäfte aus Konzentrat	2288 mg/l (1)	47,2 g/720 mg bzw. 32,8 mg/500 mg (3)
Dr. Jacob's Granatapfel-Produkte	Polyphenolgehalt	Durchschnittlicher Zuckergehalt pro Portion Polyphenole
Dr. Jacob's Granatapfel-Elixier	ca. 36.000 mg/l (2)	9 g/720 mg
Dr. Jacob's Granaforte	ca. 70.000 mg/l (2)	3 g/500 mg
Dr. Jacob's GranaProstan ferment	ca. 36.000 mg/kg 720 mg/4 Kapseln (2)	-

Quellen:

- (1) Fischer-Zorn M, Ara V (2007): Granatapfelsaft – Chemische Zusammensetzung und mögliche Verfälschungen. Flüssiges Obst; 08: 386-393.
- (2) Mittelwerte aus verschiedenen Analysen durch akkreditierte Lebensmittellaboratorien in Deutschland. » [Details](#)
- (3) Bei angenommenen 15 g Zucker pro 100 ml Fruchtsaft gemäß Fruchtsafttrichtlinie.