

Rehabilitation von Absinth: Internationale Studie widerlegt die frühere Annahme hoher Thujongehalte in historischen Absinth

Absinth ist ein Getränk mit hohem Alkoholgehalt, das aus destillierten Kräutern oder Kräuterextrakten hergestellt wird, darunter echter Wermut (*Artemisia absinthium*) und grüner Anis als Hauptbestandteile, aber fast immer auch vier weitere Kräuter: Römischer Wermut (*Artemisia pontica*), Fenchel, Ysop und Zitronenmelisse.

In der Öffentlichkeit ist die irrige Meinung noch weit verbreitet, dass es sich bei Absinth um ein verbotenes Betäubungsmittel handle oder dass die Spirituose ähnliche Wirkungen wie illegale Rauschdrogen zeige. Beides ist falsch. Die Mythen, die Absinth seit dem frühen 20. Jahrhundert umranken, wurden von Legenden genährt, wonach Absinth ein starkes Gift enthalte, das Halluzinationen hervorrufe, Menschen ‚verrückt‘ werden lasse, epileptische Anfälle auslöse und van Gogh dazu gebracht habe, sein Ohr abzuschneiden.

Ausgangspunkt des Mythos ist eine ‚Thujon‘ genannte Substanz, die ein natürlicher Bestandteil des Wermutkrauts ist, und als ‚aktive‘ Komponente im Absinth angesehen wurde. Thujon wurden halluzinogene und gesundheitsschädliche Wirkungen nachgesagt, die zu einem eigenen Krankheitsbild dem sog. ‚Absinthismus‘ geführt hätten. Daraufhin kam es dann auch zu dem Absinthverbot (in Deutschland: von 1923 bis 1991).

Wissenschaftler aus den USA, aus Großbritannien und Deutschland, darunter Mitarbeiter des CVUA Karlsruhe, haben jetzt die Wahrheit über Thujon in Absinth aufgedeckt, in dem sie erstmals den Thujongehalt in einem repräsentativen Kollektiv authentischer Jahrgangsabsinthproben (hergestellt vor 1915) analysiert haben. Die Studie wird in einer der nächsten Ausgaben des ‚Journal of Agricultural and Food Chemistry‘ der ‚American Chemical Society‘ erscheinen. Der Volltext kann jedoch bereits jetzt im Internet kostenlos heruntergeladen werden: <http://dx.doi.org/10.1021/jf703568f>.

Es ist vielleicht überraschend, dass Absinthe, die in Frankreich und der Schweiz vor dem Absinthverbot hergestellt wurden, bis heute überlebt haben. Originalverschlossene Flaschen des berühmten Getränks tauchen jedoch ab und zu aus dem Staub der Geschichte auf. Mit großem Aufwand wurden international mehr als ein Dutzend authentische historische Absinthe gesammelt. Die Flaschen wurden in Frankreich, der Schweiz, in Spanien, Italien und den Niederlanden, sowie den USA entdeckt. Nur Flaschen, die strengen Authentizitätsstandards entsprachen, wurden in die Studie miteinbezogen (z.B. intaktes Wachssiegel, originalerhaltene Korken und Etiketten).

Insgesamt dreizehn Absinthproben - darunter befinden sich viele der damals größten und populärsten Marken - wurden neben Thujon auf weitere Parameter untersucht, die mit der Toxizität von Absinth in Verbindung gebracht wurden, darunter weitere pflanzliche Inhaltsstoffe (z.B. Pinocamphon, Fenchon), aber auch Methanol, höhere Alkohole, Kupfer und Antimon.

Die Ergebnisse zeigen schlüssig, dass die Thujongehalte von historischem Absinth bisher erheblich überschätzt wurden. In Studien aus den 1980er und 1990er Jahren wurden Thujongehalte bis zu 260 mg/L auf der Basis theoretischer Berechnungen zugrundegelegt, ohne jemals eine chemische Analyse durchgeführt zu haben. Es war bereits bisher bekannt, dass Absinthe auf der Basis historischer Rezepturen hergestellt werden können, die bei weitem nicht diese hohen Thujongehalte aufwiesen. Unsere neue Studie hat dies nun auch für Original-Absinthe der Belle Époque bestätigt. Der Gesamtthujongehalt der 13 untersuchten Proben lag im Bereich zwischen 0,5 und 48,3 mg/L. Im Gegensatz zu den

genannten Spekulationen lag die durchschnittliche Thujonkonzentration mit $25,4 \pm 20,3$ mg/L im Bereich des modernen EU-Grenzwertes von 35 mg/L.

Auch alle anderen Bestandteile waren toxikologisch unbedenklich. Außer Ethanol wurde nichts in den Absinth gefunden, das den sogenannten 'Absinthismus' erklären könnte. Mit anderen Worten: die historische Dämonisierung von Absinth baute auf der falschen Voraussetzung auf, dass Absinth ein thujon-reiches Getränk sei. Er ist es jedoch nicht.

Heute ist klar, dass der Thujongehalt von nach traditionellen authentischen Rezepturen hergestellter Absinthe nur sehr selten den EU-Grenzwert geringfügig überschreitet. Erfahrungen zeigen, dass unabhängig von der verwendeten Wermutmenge nur relativ geringe Thujonkonzentrationen den Destillationsprozess überstehen und in das fertige Destillat übergehen. Die Wichtigkeit dieses Befundes muß betont werden. Es ist sehr oft der Fall, dass in Lebensmitteln verwendete Kräuter Substanzen enthalten, die gesundheitsschädlich sein können, wenn sie in enormen Mengen verzehrt werden. Das toxikologische Prinzip, wonach nur 'die Dosis das Gift macht', führt zu der Erkenntnis, dass diese Substanzen unbedenklich sind, wenn sie in so geringen Gehalten im Lebensmittel vorhanden sind, wie dies bei Absinth der Fall ist.

The Chemical Composition of Vintage Preban Absinthe with Special Reference to Thujone, Fenchone, Pinocamphone, Methanol, Copper, and Antimony Concentrations

Dirk W. Lachenmeier, David Nathan-Maister, Theodore A. Breaux, Eva-Maria Sohnius, Kerstin Schoeberl und Thomas Kuballa

J. Agric. Food Chem. (Artikel), **2008**, im Druck. DOI: [10.1021/jf703568f](https://doi.org/10.1021/jf703568f) (ACS Author Choice: kostenloser Zugriff)

