

Ratgeber

„Bier ein reiner Genuss“

Bier enthält viele wertvolle Inhaltsstoffe. Die aus den Hefen stammenden Vitamine der B-Gruppe wirken sich u. a. positiv auf die Nerventätigkeit, den Stoffwechsel und die Bildung der roten Blutkörperchen aus. Die Inhaltsstoffe des Hopfens wirken zusammen mit dem niedrigen Alkoholgehalt entspannend, stresslösend, beruhigend und schlaffördernd. Darüber hinaus fördert Bier die Durchblutung der Nieren und wirkt harntreibend. Außerdem zeichnet sich das Bier durch einen hohen Mineralstoff- und Spurenelementgehalt aus. Das enthaltene Eisen und Kupfer ist u. a. wichtig für unsere Blutbildung. Zink, Kalium, Calcium und Magnesium wirken positiv auf das Immunsystem, die Muskeln und Knochen. Bier wirkt appetit- und verdauungsanregend, was dazu verleitet, mehr zu essen als beabsichtigt. Oberstes Gebot beim Biergenuss ist: Maß halten! Das bedeutet: ein halber bis ein Liter Bier an einem Tag (jedoch nicht täglich) bei Männern und bei Frauen etwa die Hälfte.

Deutsches Bier

Über 1.200 Brauereien in Deutschland brauen täglich nach dem Reinheitsgebot über 5.000 verschiedene Varianten des beliebten Gerstensaftes. Diese Biervielfalt wird durch unterschiedliche Rezepturen der Rohstoffe, der Lagerzeit und anderer Braufaktoren beeinflusst.

Je nach Stammwürzegehalt werden deutsche Biere in Biergattungen eingeteilt. Diese Einteilung ist die Grundlage für die Bierversteuerung. Aus dem Stammwürzegehalt (in Gewichtsprozent) ergibt sich der spätere Alkoholgehalt, d. h. je höher der Stammwürzegehalt, desto höher ist gewöhnlich auch der Alkoholgehalt.

Folgende Biergattungen werden unterschieden:

Bier mit niedrigem Stammwürzegehalt, z. B. „Einfachbier“
(Alkoholgehalt: kleiner 3 Volumenprozent)

Schanzbier, z. B. Berliner Weiße
(Alkoholgehalt: 3 bis unter 4,5 Volumenprozent)

Vollbier, z. B. Pilsener, Export, Kölsch, Weizen
(Alkoholgehalt: 4,5 bis unter 6 Volumenprozent)

Starkbier, z. B. Bockbier, Doppelbockbier
(Alkoholgehalt: 6 Volumenprozent und mehr)

Das Ernährungs- und Kräuterzentrum wird unterstützt durch
das Sächsische Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft.

