

Iodgehalt und Herkunft einiger mariner Makroalgen

Dieses Informationsblatt wurde heruntergeladen bei: www.kit-online.org

Algenart	Iodgehalt mg/kg im Trockengewicht	Herkunft (Region)
Braunalgen (Phaeophyceae)	272	Indien (Kap Comorin)
	162-277	Rumänien (Schwarzmeer)
Alaria esculenta (Atlantische Wakome)	165-184	Irland (Nordatlantik)
Alaria esculenta	500	Norwegen (Nordatlantik)
Laminaria ¹ digitata	2479	Irland (Nordatlantik)
Laminaria digitata	3000-11000	Norwegen (Nordatlantik)
Laminaria hyperborea	2479	Irland (Nordatlantik)
Laminaria hyperborea	4000-5000	Frankreich (Bretagne)
Laminaria saccharina (süßer Kombu)	2366	Irland
Laminaria saccharina (Alginat)	280	Sylt
Laminaria Japonica (Kombu)	1700-2600	Japan (Hokkaido)
Laminaria religiosa	11580	Philippinen
Eisenia bicyclis (Arame)	980-5640	Japan
Eisenia arborea	400	Japan
Himanthalia elongata (Meeresspaghetti)	2366	Irland
Hizikia fusiforme (Hiziki)	95-430	Japan, China, Nord- und Südkorea
Sargassum ringgoldianum	100	Japan
Sargassum confusum	3000	Japan
Sargassum sp.	370-910	Papua-Neuguinea (Ozeanien)
Undaria pinnatifida (Wakame)	104-350	Japan, China, Nord- und Südkorea
Rotalgen (Rhodophyceae)	380	Indien (Kap Comorin)
	94-722	Rumänien (Schwarzmeer)
Palmaria palmata (Dulse)	150-550	Irland (Nordatlantik)
Palmaria palmata	120	Sylt
Chondrus crispus (Carrageen)	200-300	Irland (Nordatlantik)
Chondrus ocellatus	11	Japan
Porphyra sp. (Laver)	150-550	Irland (Nordatlantik)
Porphyra tenera (Nori)	5-25	Japan
Porphyra sp. (Nori)	40-60	Japan
Geledium sp. (Agar-Agar)	1600	Japan
Gracilaria verrucosa (Agar)	4000-5000	Frankreich (Bretagne)
Gracilaria opunta	1277	Sri Lanka
Gracilaria crassa	889	Sri Lanka
Grünalgen (Chlorophyceae)	290	Indien (Kap Comorin)
	54-80	Rumänien (Schwarzmeer)
Ulva lactuca (Meeressalat)	48	Chile
Ulva lactuca	240	Irland
Enteromorpha sp.	70	Irland

¹ Alle Laminaria-Arten liefern Alginate

Quellen: BgVV: Getrockneter Seetang und getrocknete Algenblätter mit überhöhten Iodgehalten.
Stellungnahme des BgVV vom 3. Januar 2001
CEVA (Centre d'Etude et de Valorisation des Algues), <http://www.ceva.fr>

Auszug aus der Diplomarbeit: Arnold, Claudia: Ausgewählte Supplemente in Lebensmitteln, insbesondere Iod, Fluor und Folat. Hochschule Niederrhein, Fachbereich Oecotrophologie, Mönchengladbach, Juni 2004