


**ALLTAGSTAUGLICH**

## Wie öko sind Pappteller?



FOTO: IMAGO/PANTHERMEDIA

Von Maren Schulze

**E**in einladendes Ambiente ist schon mal die halbe Miete für ein gelungenes Fest mit Gästen. Man macht es sich und anderen schön. Doch manche Festivitäten, wie etwa das Straßenfest mit den Nachbarn oder wenn der Nachwuchs seinen 18. Geburtstag mit zwei Dutzend Gleichaltrigen feiert, sind etwas rustikaler. Da bleibt dann das gute Porzellan besser im Schrank. Die Alternative ist Einweggeschirr. Seit 2021 darf es jedoch nicht mehr aus Plastik sein, zumindest nicht innerhalb der EU. Doch wie nachhaltig sind Becher, Teller und Besteck aus Holz oder Pappe?

Der TÜV-Verband schreibt dazu auf seiner Website, auch Einweggeschirr aus Papier, Pappe oder Palmblättern könne negative Auswirkungen haben – etwa in puncto Arbeitsbedingungen bei der Rohstoffgewinnung oder hinsichtlich der CO<sub>2</sub>-Bilanz bei der Produktion. Insbesondere die Herstellung von Pappe und Papier benötigt viel Wasser und Energie. Hinzu kommt, dass es sich beim Material nicht immer um reines Papier handelt: Stattdessen sind etwa Teller oft mit Kunststoff beschichtet, um auch bei Speisen mit viel Soße oder bei Suppen undurchlässig zu bleiben.

Laut dem Naturschutzbund (Nabu) wurden bei Untersuchungen von To-go-Verpackungen außerdem per- und polyfluorierte Alkylsubstanzen (PFAS) entdeckt. Dabei handelt es sich um schwer abbaubare Chemikalien, die auch bei der Beschichtung von Bratpfannen zum Einsatz kommen. PFAS reichern sich in der Natur und im menschlichen Körper an und können laut Nabu gesundheitliche Auswirkungen haben.

Die Pappteller gehören aufgrund der Kunststoffbeschichtung und wegen meist vorhandener Essensreste weder ins Altpapier noch in den Gelben Sack, sondern in die Restmülltonne. Und was ist mit Geschirr aus anderen pflanzlichen Rohstoffen wie Palmblättern, Pappelholz oder Zuckerrohr? Laut Nabu ist eine ökologische Einschätzung schwierig, da Studien bislang fehlen. Ein Manko gibt es aber auf jeden Fall: Die Rohstoffe kommen oft aus Asien und haben somit weite Transportwege.



# Hautsache nicht zu viel

FOTOS: IMAGO/IMAGEBROKER/OLEKSANDR LATKUN, IMAGO/RETOUCH MAN

Von Angela Stoll

**M**asken, Peelings, Wässerchen, Cremes – Gesichtspflege erfordert heute Zeit, Disziplin und Geld. Die Kosmetikindustrie wird nicht müde zu betonen, dass es das alles wert ist. Ihr Versprechen: jünger aussehende Haut und ein strahlendes Antlitz. Doch medizinische Fachleute wie Utta Petzold warnen davor, die Haut zu sehr zu „verwöhnen“: „Ich empfehle, so wenig Pflegeprodukte wie möglich zu verwenden“, sagt die Dermatologin. Wer es mit der Gesichtsbildung übertreibt, kann dem Ökosystem der Haut schaden – vor allem dann, wenn die Mittel nicht auf den tatsächlichen Bedarf der Haut abgestimmt sind, nicht zum Hauttyp passen oder unverträglich sind.

„Eine gesunde Haut, die nicht spannt, braucht nichts außer Sonnenschutz – auch im Winter“, sagt Prof. Christiane Bayerl, Direktorin der Klinik für Dermatologie und Allergologie Helios Dr. Horst Schmidt Kliniken Wiesbaden. Wichtig sei aber die abendliche Reinigung: „Eine Umfrage hat ergeben, dass etwa 70 Prozent der Jugendlichen am Wochenende ins Bett geht, ohne Make-up, Schweiß und Schmutz aus dem Gesicht zu entfernen. Das ist natürlich nicht gut.“ Schminke und Talg verstopfen die Poren, sodass leicht Pickel entstehen können. Außerdem können auch Luftschadstoffe auf der Haut anhaften und ihr zusetzen.

Inzwischen weiß man, dass Feinstaub die Haut reizt und Krankheiten wie Neurodermitis befördert. Außerdem lassen sich Schadstoffe auf Dauer alt aussehen: Schon vor Jahren zeigten Forschende der Universität Düsseldorf in einer Studie mit 400 älteren Frauen, dass es wohl einen Zusammenhang zwischen Umweltbelastung und Hautalterung gibt. So hatten Teilnehmerinnen, die an ihrem Wohnort vielen

Kosmetikindustrie und soziale Medien überfluten uns ständig mit neuen Tipps und Produkten zur Gesichtspflege. Doch was mindert wirklich Unreinheiten und Falten?

Luftschadstoffen ausgesetzt waren, auch mehr Altersflecken als solche, die in einer weniger verschmutzten Gegend lebten. Daher empfiehlt Bayerl, die Gesichtshaut abends sanft zu reinigen. „Wasser allein reicht nicht. Man sollte schon eine waschaktive Substanz verwenden“, sagt die Expertin der Deutschen Dermatologischen Gesellschaft. Geeignet sind Produkte mit einem pH-Wert von um die fünf. Anders als Seife greifen sie den Säureschutzmantel der Haut, der ebenfalls in diesem pH-Bereich liegt, nicht an.

Und das reicht? Kommt darauf an. „Es ist individuell ganz verschieden, was die Haut braucht“, sagt der Münchner Hautarzt Christoph Lieblich. „Trockene Haut zum Beispiel braucht Unterstützung.“ Dann gilt es, mit Cremes mit Fett- und Feuchtigkeitsfaktoren, die speziell für trockene Haut entwickelt wurden, die natürliche Schutzbarriere zu stärken. Welches Produkt das richtige ist, hängt von weiteren Gegebenheiten ab: Im Winter sind tendenziell fettreichere Cremes empfehlenswerter, da Kälte und Heizungsluft die Haut weiter austrocknen.

Wichtig ist, dass die Produkte zum Hauttyp passen. Wer sich unsicher ist, profitiert von einer Beratung durch eine Dermatologin oder


**KITCHEN STORIES**

## Himmlisches Vergnügen

Von Heidi Becker

**W**enn es um Food-Trends geht, setzt Tiktik Maßstäbe. Aktuell stellen etliche Influencerinnen und Influencer Dubai-Schokolade her. Die Geheimzutat ist Engelshaar – damit die Schokolade besonders himmlisch schmeckt.

Bei der Dubai-Schokolade ist der Name Programm. Denn ursprünglich gab es die Süßigkeit nur in dem arabischen Emirat zu kaufen. Erstmals wurde sie dort, so heißt es in diversen Quellen, von Fix Dessert Chocolatier vorgestellt. Die 2021 von der britisch-ägyptischen Unternehmerin Sarah Hamouda gegründete Marke ist für ihre handgefertigten Schokoladentafeln mit orien-

talischen Zutaten wie Datteln oder Safran bekannt.

Für die Dubai-Schokolade wird, je nach Geschmack, entweder dunkle, weiße oder Vollmilchschokolade benutzt. Der Clou ist das Innenleben. Denn im Kern der Schokolade steckt eine Mischung aus Pistaziencreme und türkischen Teigfäden, die auch Engelshaar genannt werden. Das sieht nicht nur toll aus – sondern schmeckt auch. Zumindest denen, die es richtig süß mögen.

Für eine große Tafel Dubai-Schokolade benötigt man: 250 Gramm Schokolade (dunkle, weiße oder Vollmilch), 50 Gramm weiße Schokolade (wer als Hauptzutat weiße Schokolade nimmt, wählt hier eine dunklere), drei Esslöffel Pistazien-

creme (kein Mus, dieses ist oft weniger süß), 50 Gramm Butter, 50 Gramm Engelshaar (gibt es in gut sortierten Supermärkten oder im Internet). Optional ist ein Teelöffel Sesammilch, auch Tahin oder Tahini genannt.

Als Erstes zieht man das Engelshaar etwas auseinander und reißt es dann in kleinere Stücke. Anschließend erhitzt man eine große Pfanne auf mittlerer Temperatur, gibt die Butter und das Engelshaar hinein und brät es vorsichtig an, bis es eine goldbraune Farbe entwickelt. Dann wird die Masse zum Abkühlen an die Seite gestellt.

Nun wird zuerst die weiße Schokolade geschmolzen (oder zumindest die, die nicht als Hauptzutat gewählt wurde). Am besten sollte die

Schokolade im Wasserbad geschmolzen werden und nicht in der Mikrowelle. Das Schmelzen im Wasserbad ist schonender und die Wahrscheinlichkeit, dass die Schokolade anbrennt, ist geringer. Nun benötigt man eine Silikonkastenform – diese mit kaltem Wasser ausspülen und abtrocknen. Dann die weiße Schokolade hineingeben und erkalten lassen.

Im Anschluss die andere Schokolade im Wasserbad schmelzen und die Hälfte der geschmolzenen Schokolade über die weiße Schokolade in die Kastenform geben. Die Schokolade gut verteilen, an den Seiten leicht hochziehen und vollständig erkalten lassen. Jetzt wird die Pistaziencreme in eine Schüssel gegeben, wer mag, fügt noch einen Tee-



Mit Engelshaar: Dubai-Schokolade. FOTO: IMAGO/RAWPIXEL

löffel Tahini hinzu. Anschließend wird das geröstete Engelshaar in die Schüssel zur Pistaziencreme gegeben und alles gut miteinander vermischt. Diese Masse wird dann auf der erkalten Schokolade ordentlich verteilt, glatt gestrichen und leicht angedrückt. Auf der Pistazien-Engelshaar-Masse nun den Rest der geschmolzenen Schokolade verteilen und glatt streichen. Danach die Dubai-Schokolade an einen kühlen Ort oder in den Kühlschrank stellen und vollständig auskühlen lassen.

Vor dem Lösen die Seiten der Silikonform leicht dehnen, damit sich die Schokolade besser entfernen lässt. Die Schokolade entweder in kleine Scheiben schneiden – oder einfach reinbeißen.