

Der Soja-Wahn

Wie eine Bohne ins Zwielficht gerät.



Norbert Suchanek
oekom Verlag 2010
München. 109 Seiten.

Soja ist in aller Munde – sei es als Tofu, Milchersatz oder Bestandteil von Schokoriegeln. Zudem ist Soja der wichtigste Eiweißlieferant in der Tierhaltung und soll als Biosprit unser Energieproblem lösen. Doch die Rodung der Regenwälder, die Vertreibung indigener Völker oder die Machenschaften der Gentechnikbranche bringen die Bohne in Verruf. Und so gesund wie die Werbung verspricht scheint sie auch nicht zu sein ... Mit *Soja-Wahn* entlarvt Suchanek die Mythen rund um die trendige Wunderbohne und gibt zugleich einen packenden Bericht über die Folgen des Sojabooms.

„Norbert Suchanek belegt seine Aussagen mit Untersuchungen renommierter Wissenschaftsinstitute, die die Aussagen der von der Sojaindustrie zitierten Studien zumindest in Frage stellen oder sie sogar widerlegen. Seine kritischen Anmerkungen wirken umso glaubwürdiger, als er Übertreibungen meidet und durchaus differenziert, dabei stets gut verständlich argumentiert. So verweist er darauf, dass etwa fermentierte Sojaprodukte wie Sojasoßen keine gesundheitlichen Probleme verursachen. Er hält auch den Genuss von Nahrungsmitteln aus Soja keineswegs für gefährlich. Nur sollte man sich nicht einseitig von ihnen ernähren. Das tun auch – anders als oft behauptet – die

Asiaten nicht. [...] Norbert Suchaneks Abrechnung mit der Sojabohne wird am Boom wenig ändern: Amerikas, Chinas und Europas Agroindustrien sind auf die Bohne angewiesen. Aber vielleicht kann dieses Buch den Verbraucher vor Illusionen schützen. Das wäre schon mal ein Anfang.“

Johannes Kaiser, [Deutschlandradio Kultur 01.09.2010](#)