

Focus Food Save 2026



Breakout-Session

Superfood aus Nebenströmen

Superaliments issus de co-produits

Traduction en français



- ✓ Dr. Julia Berger, Fachärztin für Innere Medizin
- ✓ Nina Schaller, CEO & Co-Founder, Luya
- ✓ Christian Fanger, Geschäftsführer, Kernser Edelpilze
- ✓ Dr. Eliana Zamprogna Rosenfeld, Founder & CEO, Yumame Foods

Breakout Session

«**Superfoods aus Nebenströmen**»

Medizinische Perspektive

Dr. med. Julia Berger



Dr. med. Julia Berger

Fachärztin Innere Medizin und Infektiologie FMH

Spezialisiert auf Ernährungsmedizin

Instagram: @drbergervegan

Linked In: www.linkedin.com/in/julia-berger-dr-med

Gesundheit

Prävention



Krankheiten



Therapie



Probleme

Gesunde Ernährung für

1. eine wachsende Bevölkerung
2. innerhalb der planetaren Grenzen

Medizinische Perspektive

- Paradigmenwechsel: Evolution von der reinen Kalorienzufuhr zum therapeutischen Nutzen
- Funktionale Lebensmittel (functional Food)
 - **Mikrobiom-Modulation:** gezielte Unterstützung und Diversifizierung der Darmflora
 - **Antiinflammation:** Reduktion chronisch-entzündlicher Prozesse
 - **Metabolische Optimierung:** positive Beeinflussung von Biomarkern (z.B. Glukosestoffwechsel, Lipidprofil)

«Nebenströme»

Nebenströme

= Rohstoffe, Materialien oder Lebensmittel, die bei einem Produktionsprozess als "Abfall" anfallen.

Nebenströme

= Rohstoffe, Materialien oder Lebensmittel, die bei einem Produktionsprozess als "Abfall" anfallen.

- z.B. **Okara**: Pressrückstand, der übrig bleibt, wenn man eingeweichte Sojabohnen püriert und Sojamilch herauspresst (und weiterverarbeitet zu Tofu), 1kg Sojabohnen → 1,1-1,2 kg Okara
 - CH: ca 1000 Tonnen/a
 - v.a. Tierfutter & Biogas, Food Start ups
 - Weltweit: ca. 14-140 Mio Tonnen/a
 - va. Entsorgung, Verbrennung & Viehzucht, asiatische Küche



Nebenströme

= Rohstoffe, Materialien oder Lebensmittel, die bei einem Produktionsprozess als "Abfall" anfallen.



Nebenströme

= Rohstoffe, Materialien oder Lebensmittel, die bei einem Produktionsprozess als "Abfall" anfallen.



- Ballaststoffe ✨
- sekundäre Pflanzenstoffe
- Proteine
- Mikronährstoffe ✨

Fermentation:

- Mikroorganismen wandeln organische Stoffe (z. B. Zucker und Proteine) in Säuren, Gase oder Alkohol um
- Ziele: nicht mehr nur ein «Haltbarmachen» aus Grossmutter's Zeiten, sondern Schlüssel zur Prävention und zur Optimierung des Stoffwechsels (Medicine 3.0)

Fermentation

- **Bioverfügbarkeit** ↑ : weniger Antinährstoffe (z.B. Phytinsäure) in Pflanzen → Aufnahme Mineralstoffe (Eisen, Zink, Magnesium) ↑
- **Präbiotika**: lösliche Ballaststoffe → selektive Nahrung für nützliche Darmbakterien → gesundes Mikrobiom
- **Postbiotika**: gesundheitsfördernde Stoffwechselprodukte wie kurzkettige Fettsäuren (z.B. Acetat, Propionat, Butyrat) = antientzündlich & stärken Darmbarriere
- **Schutz vor pathogenen Keimen**: natürliche organische Säuren (z.B. Milchsäure) & Bakteriozine → hemmen Wachstum
- **Bioaktive Peptide**: Enzyme spalten Proteine vor → spezifische Peptide (antioxidativ, entzündungshemmend, blutdruckregulierend oder antimikrobiell)

Pilze und ihre Stoffwechselprodukte

- **Upcycling Agrar-Nebenströme:** Kultivieren auf Reststoffreichen Substraten(z.B. Stroh, Treber, Kaffeesatz)
- **Hochwertige Proteinquellen:** Umwandlung unverdaulicher Pflanzenfasern (Zellulose/Lignin) in bioverfügbares Mycoprotein (z.B. Quorn) mit vollwertigem Aminosäuren-Profil
- **Gezielte Fermentation:** Abbau von Proteinen zu natürlichen Geschmacksträgern (z.B. Umami bei Sojasauce)
- **Funktionale Inhaltsstoffe (medizinischer Nutzen):** Gewinnung bioaktiver Ballaststoffe wie Beta-Glucane (immunmodulierend und cholesterinsenkend)

Bsp. Okara

- Reichlich unlösliche Ballaststoffe & Pflanzenprotein, Rohform: schwer zugänglich für menschlichen GIT und viele Antinährstoffe
- Fermentation mit Pilzkulturen → Myzel bricht harte Zellwände auf = „**Okara Tempeh**“:

Eigenschaft	Unfermentiertes Okara	Fermentiertes Okara-Tempeh
Essenzielle Aminosäuren	Alle vorhanden	Alle vorhanden
Bioverfügbarkeit - Aminosäuren - Nährstoffe	- Niedrig (schwer verdaulich) - Tief (viel Phytinsäure)	- Sehr hoch (vorverdaut) - Hoch (wenig Phytinsäure)
Freie Aminosäuren	Gering	Extrem hoch
Struktur	Krümelig, faserig, feucht	Fester, kompakter Block (Schnittfest)

Voraussetzungen

- **Wissenschaftliche Evidenz:** gesundheitlicher Nutzen?
- **Sicherheit und regulatorische Klarheit:** gesetzliche Anforderungen erfüllt? Unbedenklich?
- **Kommunikation:** Wie schaffen wir es, diese Produkte so zu kommunizieren, dass Vertrauen entsteht?
Dass Menschen nicht nur den Nutzen verstehen, sondern auch Lust haben, sie zu konsumieren?

Konzepte aus der Praxis



Nina Schaller

Veredelung von Nebenströmen durch
Fermentation



Christian Fanger

Potenzial von Pilzen



Dr. Eliana Zamproгна Rosenfeld

innovative, pilzbasierte Lebensmittel

14 Mio. Tonnen Abfall?

Oder die grösste
ungenutzte Proteinquelle
der Welt.

Breakout Session

Nina Schaller
Co-Founder & CEO Luya



Luya



Eine komplett unterschätzte Proteinquelle – Okara.



Vollständiges Aminosäurenprofil

Soja ist ein Sonderfall unter den Pflanzenproteinen.



Fermentation verbessert die Bioverfügbarkeit

Nährstoffe werden besser verfügbar und verträglicher.

60%
Okara



40%
Kichererbsen



Zwei Zutaten.
100% Funktion.

DIAAS-SCORE (Proteinqualität)

Soja / Okara



≈100

Kichererbsen



≈85

Erbse / Lupine



≈70

Weizen / Reis / Hafer



<50



100
DIAAS-SCORE



Weniger Verarbeitung. Mehr Lebensmittel.

Unser Prozess

Wenige Schritte. Natürlich fermentiert.



Okara

direkt aus der Tofuproduktion.
Reich an Protein, Ballaststoffen
und wertvollen Nährstoffen.



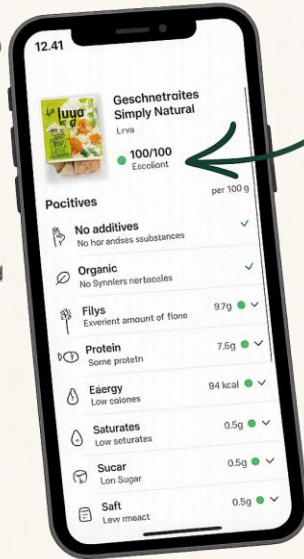
Fermentation

In unserer eigens entwickelten
Fermentationskammer.
Wir bauen Antinährstoffe ab und
setzen Nährstoffe frei.
Für bessere Verträglichkeit und
Bioverfügbarkeit.



Luya

Ehrlich. Transparent.
Clean Label.
Ohne versteckte Schritte.
Gering verarbeitet.



 **Yuka**

VS.

Proteinisolat

Viele Schritte. Hohe Verarbeitung.



Fermentation verbessert die Nährstoffverfügbarkeit
und Verdaulichkeit durch enzymatischen Abbau
von Antinährstoffen.



Extrusion kann durch Hitze
Vitamine und Aminosäuren schädigen.

Luya

Vom Nebenprodukt zum Teller. Und in die Köpfe der Menschen.



Was interessiert die Kund:innen?



Geschmack und Textur

Das ist die wichtigste Kaufentscheidung.



Inhaltsstoffe

Zutaten und Nährwerte werden immer wichtiger.



Fermentation

Ist natürlich und bekömmlich.



Was ist Okara?

Positive Überraschung, dass es ein Nebenprodukt ist und für die Humanernährung genutzt wird.



Thank you.

Enjoy Luya.



Luya[★]



Superfoods aus Nebenströmen



Auswahl der Rohmaterialien

Holzpellets



**Getreide-
abgangsprodukte**



Miscanthus



Wasser



Myzel



Sämtliche Rohstoffe sind Nebenprodukte aus der Forst- und Lebensmittelindustrie und werden upgecycelt.
Die Auswahl der Rohstoffe sowie deren Funktionalität sind entscheidend für den Erfolg in der Pilzproduktion.

Kreislaufwirtschaft

Substrat-Rohstoffe



Substrat-Produktion



Edelpilze-Produktion



Upcycling der
abgeernteten Substrate



Die abgeernteten Substrate werden weiterverarbeitet, aufgewertet und in der regenerativen Landwirtschaft im Gemüseanbau eingesetzt. Die Pellets verfügen über eine hohe Wasseraufnahmefähigkeit und stärken das Mikrobiom im Boden. Somit können wir unseren Kreislauf vollständig schliessen.

Superfoods aus Nebenströmen

Pilzabschnitte > Superfoods aus Nebenströmen



Die fermentierten Pilzabschnitte sind eine hervorragende, natürliche Würze. Sie bieten die geballte Ladung herzhaften Umami-Geschmacks und lassen sich ideal als natürliche Alternative zu industriellen Würzmitteln einsetzen.

Vorteile für die Gesundheit und den Körper:

Natürlicher Geschmacksverstärker (Umami):

Die Fermentation baut Proteine ab und setzt Aminosäuren wie Glutamat frei, die für den herzhaften Geschmack sorgen. Das ermöglicht, Salz in Gerichten zu reduzieren.

Darmgesundheit:

Der Fermentationsprozess fördert nützliche Milchsäurebakterien. Dies stärkt das Mikrobiom, reguliert die Verdauung und unterstützt die Nährstoffaufnahme.

Immunstärkende Wirkung:

Pilze sind reich an Beta-Glucanen. Durch die Fermentation werden diese bioaktiven Stoffe für den Körper leichter verfügbar, was die natürlichen Abwehrkräfte anregen kann.

Reich an Antioxidantien:

Fermentierte Pilze weisen eine höhere antioxidative Kapazität auf und helfen so, freie Radikale im Körper abzufangen.



Superfoods aus Nebenströmen

Vitalpilze > Superfoods aus Nebenströmen



Die Vitalpilze Reishi, Shiitake und Lion's Mane (Igelstachelbart) sind feste Bestandteile der traditionellen asiatischen Pflanzenheilkunde. Sie werden vor allem wegen ihrer entzündungshemmenden, immunstärkenden und nervenschützenden Eigenschaften geschätzt. Jeder Pilz bringt spezifische Vorteile mit sich:

Reishi:

Wirkt beruhigend, fördert die Entspannung und kann helfen, Schlafstörungen zu lindern. Er enthält Polysaccharide und Beta-Glucane, die die Abwehrkräfte unterstützen sollen. Die Triterpene im Reishi können entzündungshemmend wirken, die Leber schützen und helfen, den Cholesterinspiegel zu regulieren.

Shiitake:

Der Inhaltsstoff Eritadenin beeinflusst den Leberstoffwechsel positiv und kann helfen, das Gesamtcholesterin zu senken. Das enthaltene Lentinan regt nachweislich das Immunsystem an und hat antimikrobielle Eigenschaften. Er besitzt gefäßerweiternde Eigenschaften, die bei der Regulierung von Bluthochdruck unterstützen können.

Lion's Mane:

Studien zeigen, dass Lion's Mane das Gedächtnis, die Konzentration und die geistige Klarheit fördern kann. Er regt möglicherweise den sogenannten Nervenwachstumsfaktor (NGF) an und unterstützt so die Bildung neuer Nervenzellen. Er wirkt präbiotisch, unterstützt eine gesunde Darmflora und schützt die Magenschleimhaut.



YUMAME FOODS

FÜR GESUNDE, SCHMACKHAFTE UND
NACHHALTIGE ERNÄHRUNG MIT PILZEN UND
FERMENTATION

DR. ELIANA ZAMPROGNA ROSENFELD
FOUNDER AND CEO

2026 | YUMAME FOODS AG | FOCUS FOOD SAVE 2026



DAS PROBLEM

LEBENSMITTEL SIND HEUTE KEINE **LEBENS**MITTEL MEHR

4 von 10

Erwachsenen
in der Schweiz sind
übergewichtig



330 KG

Lebensmittelverlust
pro Jahr und
Person



>70%

des Süsswassers
gehen in die
Landwirtschaft.

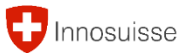


**IST ES MÖGLICH, EIN
LEBENSMITTEL HERZUSTELLEN,
DAS GLEICHZEITIG
LECKER,
PRAKTISCH,
GESUND UND
RESSOURCENSCHONEND IST?"**



UNSER ANSATZ

Wir nutzen **Fermentation**, um
pilz- und pflanzenbasierte
Zutaten zu kombinieren und zu
veredeln.



DAS SUPERFOOD ERGEBNIS: YUMAME



NUTRIENT DENSE & NO ALLERGENS

High protein
Low saturated fat
Source of fibers

High in Vitamin B2
Source of Vitamin E

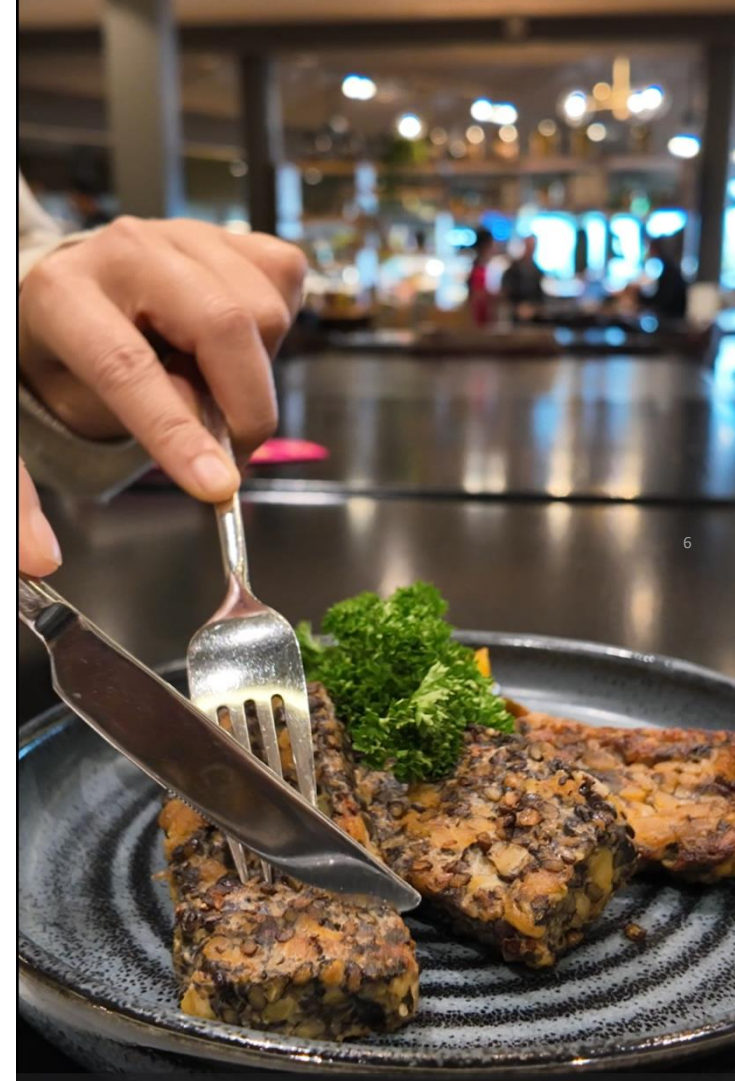
Source of Phosphorus
Source of Iron
Source of Selenium

ZERO WASTE

LOCAL INGREDIENTS
AND PRODUCTION

ZERO HIGHLY PROCESSED
INGREDIENTS

**VON DER VORSPEISE
BIS ZUM HAUPTGANG,
ZU HAUSE UND IM
RESTAURANT.**



MIT JEDEM BISSEN YUMAME WIRD LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG REDUZIERT



X 6 =





Probieren Sie Yumame an der StreamUp Fair

Eliana Zamprogna, CEO
info@yumamefoods.com



Supported by

