



# NEWSLETTER

**No. 1 | 21. März 2022**

Editorial .....	1
Veranstaltungen.....	1
Symposien   Kongresse   Konferenzen .....	1
Weinanalysen und Bewertungen .....	2
Wein 1:    2019 Blaufränkisch Ried Mitterberg Reserve DAC .....	2
Wein 2:    2019 Cablot .....	2
Wein 3:    2019 Cuvée Quattro.....	3
Wissenschaftliche Erkenntnisse & Studien .....	3
Studie: Wein zu den Mahlzeiten senkt Risiko für Typ-2-Diabetes .....	3
Impressum .....	4

Herausgegeben von:  
Herbert BRAUNÖCK – Bernulf BRUCKNER jun.

## Editorial

### Wir sind zurück in alter Frische ... und doch ein wenig neu!

### Es ist wieder soweit ... und doch ein wenig anders!

Nach einer langen Pause und in einem leicht veränderten Setup legen wir - Bernulf Bruckner (*bbj*) und Herbert Braunöck (*hb*) - wieder los!

Unsere Freude und das Interesse am Wein sind ungebrochen. Daran konnte selbst die Corona-Pandemie nichts ändern.

Es gibt aber einen neuen Schwerpunkt: Wein und Gesundheit. Wir wollen zu den bisherigen Themen rund um den Wein nun verstärkt die Wirkung des Weingenusses auf die Gesundheit beleuchten.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien beschäftigen sich mit der gesundheitsfördernden Wirkung der Phenole, Flavonoide, Procyanidine und Resveratrol. Sie alle befinden sich im Rotwein, wo sie durch die Maischegärung eingelagert werden.

Wir wollen daher gemeinsam mit befreundeten Experten die folgenden Fragen beantworten: Was bewirken diese Inhaltsstoffe beim Menschen? Wie, wodurch gelangen diese Stoffe in den Wein? Welche Rebsorten eignen sich besonders? Wie misst man die Menge der Inhaltsstoffe? Welchen Einfluss hat der Reifegrad der Trauben? Was kann der/die Winzer\*in durch seine/ihre Arbeit im Keller beeinflussen?

Wer jetzt von Neugierde gepackt wurde, findet die aktuellsten Informationen dazu nicht nur im nun vorliegenden 1. W&G-Newsletter, sondern auch in allen weiteren, im Monatsabstand folgenden, und laufend unter [www.wein-gesund.at](http://www.wein-gesund.at). (*hb*, *bbj*)

## Veranstaltungen

### Symposien | Kongresse | Konferenzen

#### o Genussmittel und Herz - Kaffee, Alkohol und Schokolade aus kardiovaskulärer Sicht

Im Rahmen dieses Symposiums wird u.a. Univ.-Prof. Dr. Dirk von *Lewinski* (re.), Kardiologe an der Med Uni Graz und Mitglied des Experten-Teams von W&G Wein und Gesund ([www.wein-gesund.at](http://www.wein-gesund.at)), neueste Studien zum Thema Alkohol und gesundheitliche Auswirkungen auf den menschlichen Körper präsentieren.

*Format:* Hybrid - Präsenz und Online (bei Anmeldung)

*Datum und Zeit:* Mittwoch, 23. März 2022, 19 Uhr

*Veranstaltungsort:* „Billrothhaus“ (Sitz der Gesellschaft der Ärzte), Frankgasse 8, 1010 Wien

*Anmeldungen:* [https://billrothhaus.at/index.php?option=com\\_vf\\_veranstaltungskalender&Itemid=139&searchoption=upcoming&show\\_page=0&task=lecture&veID=1737&limitstart=0](https://billrothhaus.at/index.php?option=com_vf_veranstaltungskalender&Itemid=139&searchoption=upcoming&show_page=0&task=lecture&veID=1737&limitstart=0)

Das Symposium wird von W&G Wein und Gesund ([www.wein-gesund.at](http://www.wein-gesund.at)) begleitet und lädt alle Teilnehmer\*innen im Anschluss zu einer Verkostung ausgezeichneten Rotweine ein: Horst *Gager* vom Weingut *Gager* (<https://www.weingut-gager.at/>) aus Deutschkreutz präsentiert seine Cuvée Quattro und einen Blaufränkisch aus der Riede Mitterberg. Familie *Schachhuber* (<http://www.schachhuber.at/>) aus Haugsdorf im Weinviertel stellt ihren „Souverän“ (aus 100% Cabernet Sauvignon) vor.

© Portrait Furgler



## Weinanalysen und Bewertungen

### IM FOKUS: Weingut Gager, Deutschkreutz, Mittelburgenland

Horst Gager bewirtschaftet seit 35 Jahren mit der Familie im Herzen des Blaufränkischlandes 40 ha Weingärten. Die Ressourcen nutzen, sich nicht verzetteln, das Klima als das Maß anerkennen, führte zum Leitsatz des Winzers: „*Die Quadratur des Weines*“ ... und das steht für die Perfektion im Wein. Sie ist es, wonach alle im Weingut täglich streben! So wird auf den 40 ha ausschließlich Rotwein von 8 verschiedenen Sorten geerntet. Wer sich nur mit Rotwein beschäftigt, wird fast zwangsläufig zu einem Experten. Offen für Neues hat die Familie Gager die Tannat Rebe ausgesetzt. Dieser Wein erfährt eine 18tägige Maischegärung, verfügt damit über einen hohen Phenolgehalt und wurde von W&G Wein und Gesund (www.weingesund.at) mit dem 3-Punkte-Gütesiegel ausgezeichnet. Trotzdem bleibt Gager bescheiden: „Den perfekten Wein zu machen ist eine fast unlösbare Aufgabe, doch wir arbeiten stetig am Unerreichbaren!“ (hb)

#### Wein 1: 2019 Blaufränkisch Ried Mitterberg Reserve DAC

„Tritt unser Blaufränkisch Ried Mitterberg Reserve auf, liegen Kraft und Anmut in der Luft. Berechtigt nun die Frage, ob bei so viel Volumen auch so viel dahintersteckt. Auf jeden Fall: So kraftvoll wie er auftritt, so vielschichtig zeigt er sich, wenn man ihn besser kennt. Harter Kern, seidenweiches Finish. Ein sanfter Riese. Eine starke Schulter nach einem langen Tag. Und einer, der kräftigen Speisen und Grillgut die Stirn bietet. Unser Tipp: Für die maximale Entfaltung seiner Aromen lohnt es sich, die Flasche zwei Stunden vor Genuss zu öffnen.“

(A: 14,7 %-vol. | S: 5,6 ‰ | RZ: 2,8 g/l | 18 Tage Maischestandzeit | 18 Monate neues Barrique |

Quelle: <https://www.weingut-gager.at/product/blaufrankisch-mitterberg-reserve-mittelburgenland-dac/>)



W&G-Auszeichnung:



(3 von 3 Punkten)

#### Wein 2: 2019 Cablot

„Einer von denen, die wissen was sie können. Selbstbewusst tritt er auf, elegant. Niemals arrogant. Temperamentvoll und animierend steht er auf jeder Feier im Mittelpunkt. Partys verlässt er meist als Letzter. Er besitzt Struktur, ist kompakt und lässt sich doch aus der Reserve locken. Wie er sich dann verhält? Zeit, es herauszufinden.“

(A: 14,9 %-vol. | S: 5,6 ‰ | RZ: 2,5 g/l | 18 Tage Maischestandzeit | 20 Monate neues Barrique |

Rebsorten: 60% CS, 30% ME, 10% CF | Quelle: <https://www.weingut-gager.at/product/cuvee-cablot/>)



W&G-Auszeichnung:



(3 von 3 Punkten)

### Wein 3: 2019 Cuvée Quattro

„Man kennt ihn! Sein starker Auftritt und der Ruf, der ihm vorausseilt, machen ihn zum gerne gesehenen Gast einer jeden Feierlichkeit. Mit ihm vergessen nicht nur Weinliebhaber die Zeit, in seiner Gesellschaft vergehen Stunden fast wie Sekunden. Als einer der ersten Cuvées des Landes genießt er Kult-Status und die vergangenen Jahre haben seinen Charakter geformt und gefestigt. Als Botschafter der Cuvées verströmt er ein wahres Potpourri an Düften – Tabak, Kaffee und tiefrote Waldbeeren sind klar wahrzunehmen.

Er ist unser Fixstern, mit dem wir untrennbar verbunden sind. Und so ist unser Logo sein Etikett – oder doch umgekehrt?“

(A: 14 %-vol. | S: 5,5 ‰ | RZ: 2,1 g/l | 18 Tage Maischestandzeit | 17 Monate neues Barrique | Rebsorten: 30% BF, 30% CS, 20% ZW, 20% ME | Quelle: <https://www.weingut-gager.at/product/quattro/>)



W&G-Auszeichnung:



(3 von 3 Punkten)

## Wissenschaftliche Erkenntnisse & Studien

### Studie: Wein zu den Mahlzeiten senkt Risiko für Typ-2-Diabetes

#### *Ernährung: Ein Glas Wein beim Essen senkt Diabetes-Risiko*

Das Trinken von **Wein** zu den Mahlzeiten senkt laut einer aktuellen Studie das Risiko für die Entstehung von **Typ-2-Diabetes**. Anderen alkoholischen Getränken wie beispielsweise Bier senkten das Risiko jedoch nicht. Das Forschungsteam vermutet deshalb, dass die im Wein enthaltenen **Antioxidantien** für den Effekt verantwortlich sind.

Forschende der **American Heart Association** stellten auf einer Konferenz (American Heart Association's Epidemiology, Prevention, Lifestyle & Cardiometabolic Health Conference 2022) vorläufige Forschungsergebnisse vor, die nahelegen, dass das regelmäßige Trinken von Wein zu den Mahlzeiten vor Typ-2-Diabetes schützen kann.

#### *Alkohol ist ein zweiseitiges Schwert*

„Die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf die Gesundheit sind ein zweiseitiges Schwert, da er offenbar in beide Richtungen wirken kann – schädlich oder hilfreich – je nachdem, wie er konsumiert wird“, erläutert Studienautor Hao Ma von dem Tulane University Obesity Research Center in New Orleans.

Ihm zufolge gibt es zwar viele Studien über den Alkoholkonsum im Allgemeinen, doch nur wenige, die den Zeitpunkt des Trinkens berücksichtigen. Die Arbeitsgruppe untersuchte daher, welchen Einfluss der Zeitpunkt des Trinkens hat und wie Mahlzeiten auf diesen Prozess einwirken.

#### *Wer wurde untersucht?*

Das Team analysierte die Daten von rund 312.400 Erwachsenen aus Großbritannien. Die Daten wurden in den Jahren 2006 bis 2010 erhoben. Die Probandinnen und Probanden wurden bis zu elf Jahre lang nachbeobachtet.

Alle Teilnehmenden gaben an, regelmäßig Alkohol zu trinken. Zu Beginn der Studie litt keine Person in der Kohorte an Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Krebs. Das Durchschnittsalter der Gruppe lag bei 56 Jahren. Beide Geschlechter waren in etwa gleich vertreten.

### ***Ergebnisse der Analyse***

Während der elfjährigen Nachbeobachtungszeit entwickelten rund 8.600 Personen aus der Kohorte Typ-2-Diabetes. Diejenigen, die zu den Mahlzeiten Wein tranken, hatten ein **14 % geringeres Risiko**, an Typ-2-Diabetes zu erkranken, als diejenigen, die Alkohol außerhalb der Mahlzeiten konsumierten.

Wein beim Essen war deutlicher mit einem niedrigeren Risiko für Typ-2-Diabetes verbunden als andere alkoholische Getränke wie beispielsweise Bier. Fand der Konsum von Alkohol jedoch überwiegend außerhalb der Mahlzeiten statt, war **das Risiko für Typ-2-Diabetes sogar erhöht**.

### ***Wein zu den Mahlzeiten scheint zur Diabetes-Prävention beizutragen***

„Die Botschaft dieser Studie ist, dass mäßiger Weinkonsum zu den Mahlzeiten Typ-2-Diabetes vorbeugen könnte, wenn Sie keine anderen gesundheitlichen Probleme haben, die durch mäßigen Alkoholkonsum negativ beeinflusst werden können“, resümiert Ma.

### ***Wirkung ist wahrscheinlich nicht dem Alkohol zuzuschreiben***

Professor Robert H. Eckel, ein Diabetes-Experte der American Heart Association, betont jedoch, dass die schützende Wirkung mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht auf den Alkohol zurückzuführen ist. „Diese Daten deuten darauf hin, dass nicht der Alkohol zu den Mahlzeiten, sondern andere Inhaltsstoffe des Weins, vielleicht Antioxidantien, der Faktor sein könnten, der das Neuauftreten von Typ-2-Diabetes verringert“, so Eckel.

### ***Alkoholkonsum ist mit zahlreichen Gesundheitsrisiken verbunden***

Zudem geben die Forschenden zu bedenken, dass Alkoholkonsum mit vielen kurz- und langfristigen Gesundheitsrisiken in Verbindung steht, darunter Verkehrsunfälle, Gewalt, sexuelles Risikoverhalten, Bluthochdruck, starkes Übergewicht (Adipositas), Schlaganfall, Krebs, Lebererkrankungen, Depressionen und Selbstmord.

### ***Diese Menge Alkohol nicht überschreiten***

„Für diejenigen, die bereits Alkohol trinken, ist ein maßvoller Konsum wichtig“, hebt Ma hervor. Mäßiger Alkoholkonsum ist ihm zufolge definiert als **14 Gramm Alkohol (etwa 150 ml Wein) pro Tag für Frauen** und bis zu **28 Gramm (etwa 300 ml Wein) pro Tag für Männer**. (vb)

Text verfasst von Diplom-Redakteur (FH) Volker Blasek, Medizinischer Fachredakteur, 4. März 2022, <https://www.heilpraxisnet.de/naturheilpraxis/diabetes-wein-zu-den-mahlzeiten-senkt-risiko-fuer-typ-2-diabetes-20220304555544/>

Quelle: American Heart Association: Study finds drinking wine with meals was associated with lower risk of type 2 diabetes (veröffentlicht: 03.03.2022), <https://newsroom.heart.org/news/study-finds-drinking-wine-with-meals-was-associated-with-lower-risk-of-type-2-diabetes>, American Heart Association's Epidemiology, Prevention, Lifestyle & Cardiometabolic Health Conference 2022, Presentation 44 (online)

## Impressum Wein & Gesund-Newsletter

Herausgeber & Redaktion: Bernulf Bruckner jun. (bj), Herbert Braunöck (hb)  
[Bernulf.Bruckner@LRTC.at](mailto:Bernulf.Bruckner@LRTC.at) - [h.braunoeck@wein-gesund.at](mailto:h.braunoeck@wein-gesund.at)

Der Wein & Gesund-Newsletter (WUG-NL) erscheint seit dem 21. März 2022 zumindest monatlich und bietet umfassende Informationen zu gesundheitlichen Aspekten rund um den Wein, zur Weinwirtschaft allgemein sowie zu (inter)nationalen Wein-Angeboten und News. WUG verpflichtet sich gegenüber seinen Usern und Empfängern, alle organisatorischen und technischen Möglichkeiten auszunutzen, um personenbezogene Daten vor Verlust, Änderung und Missbrauch zu schützen. Wir verarbeiten lediglich E-Mail-Adresse, Vor- und Nachname oder Bezeichnung der Institution, um in Verbindung zu bleiben. Darüber hinaus haben wir keinerlei personenbezogenen Daten gespeichert. Ihre Daten werden nach dem DSG 2000 sowie der DSGVO 2018 streng vertraulich behandelt, wurden noch nie und werden auch in Zukunft nicht weitergegeben! Die Weitergabe von persönlichen Daten erfolgt nur, wenn gesetzliche Vorschriften dies unbedingt notwendig machen, Rechte oder Eigentum des Wein & Gesund-Newsletters gefährdet sind oder um Interessen anderer User und Empfänger zu schützen.