

PRESSEMITTEILUNG

Die Mittelmeerdiät zugänglicher machen: MEDIET4ALL entwickelt eine intelligente App für Menschen mit Lebensmittelallergien

Ein neues, forschungsbasiertes digitales Tool soll Menschen mit Lebensmittelallergien dabei unterstützen, traditionelle mediterrane Rezepte an ihre individuellen Bedürfnisse anzupassen – durch die Verbindung von Lebensmittelwissenschaft, klinischer Forschung und digitalen Technologien.

(16. September 2026) – Die Mittelmeerdiät ist weithin für ihre positiven ernährungsphysiologischen Eigenschaften bekannt. Um sie für alle zugänglich zu machen, müssen jedoch auch individuelle gesundheitliche Einschränkungen berücksichtigt werden, die die Lebensmittelauswahl beeinflussen können. Für Menschen mit Lebensmittelallergien können traditionelle Gerichte mitunter eine Unsicherheit darstellen. Der Verzicht auf bestimmte Zutaten kann zudem die Teilnahme an gemeinsamen Mahlzeiten im Familien- und Freundeskreis einschränken.

Das Projekt **MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All** untersucht, wie Forschung und digitale Technologien dazu beitragen können, dieser Herausforderung zu begegnen.

Im Rahmen des Projekts haben Forschende eine **intelligente Anwendung entwickelt, die Menschen mit Lebensmittelallergien personalisierte Empfehlungen bieten soll**. Durch die Verknüpfung des individuellen Allergieprofils mit Informationen zu Zutaten und Rezepten kann die Anwendung potenzielle Risiken bewerten und mögliche Anpassungen traditioneller euro-mediterraner Gerichte aufzeigen.

Forschung für alltägliche Ernährungsentscheidungen nutzbar machen

Der Ansatz von MEDIET4ALL geht über die reine Identifizierung von Allergenen hinaus.

Nutzerinnen und Nutzer können ein individuelles Allergieprofil erstellen, indem sie relevante Allergene auswählen oder vorhandene Testergebnisse eingeben. Anschließend können sie ein mediterranes Rezept aus der Rezeptdatenbank der Anwendung auswählen oder ein eigenes Familienrezept eingeben.

Die Anwendung analysiert die enthaltenen Zutaten und bewertet mögliche allergiebezogene Risiken auf Grundlage des individuellen Profils. Sie kann anschließend Zutaten identifizieren, die besondere Aufmerksamkeit erfordern, und mögliche Anpassungen des Rezepts vorschlagen – beispielsweise den Austausch einzelner Zutaten oder andere im Rahmen des Projekts entwickelte Modifikationen.

Ziel ist es, komplexe wissenschaftliche Erkenntnisse in **verständliche und zugängliche Informationen zu übersetzen, die Menschen bei ihren alltäglichen Ernährungsentscheidungen unterstützen können**.

Von computergestützten Modellen zur klinischen Validierung

Die Entwicklung eines solchen Tools erfordert mehr als eine digitale Datenbank oder einen Algorithmus. Eine der zentralen Herausforderungen für die Forschungsteams von MEDIET4ALL besteht darin, computergestützte Vorhersagen mit den biologischen und klinischen Gegebenheiten von Lebensmittelallergien abzugleichen.

Das Projekt verbindet daher Kompetenzen aus den Bereichen **Biologie, Immunchemie, klinische Forschung, Lebensmittelwissenschaften und Informatik**.

Klinische Tests mit Patientinnen und Patienten am Krankenhaus Rouiba wurden durchgeführt, um die Vorhersagen des Projekts zu überprüfen und zur Weiterentwicklung der digitalen Modelle beizutragen. Gleichzeitig haben die Forschenden die Datenbank mit relevanten Zutaten und Lebensmitteln erweitert, um die Vielfalt der in der euro-mediterranen Region konsumierten Lebensmittel und Rezepte besser abzubilden.

Auch die Frage der **Kreuzreaktivität zwischen Allergenen** wird berücksichtigt. Sie stellt einen wichtigen Faktor bei der Bewertung von Risiken im Zusammenhang mit Lebensmittelallergien und bei der Entwicklung personalisierter Empfehlungen dar.

Gesundheit, Esskultur und Nachhaltigkeit miteinander verbinden

Für MEDIET4ALL ist Personalisierung nicht nur eine Frage der Gesundheit. Ernährung ist auch eng mit kultureller Identität, Familienleben und sozialem Miteinander verbunden.

Anstatt Menschen dazu zu bringen, traditionelle Gerichte vollständig aufzugeben, untersucht die Anwendung, wie diese Rezepte an individuelle Bedürfnisse angepasst werden können. Dieser Ansatz soll Menschen mit Lebensmittelallergien unterstützen und gleichzeitig ihre Verbindung zu den kulinarischen Traditionen des Mittelmeerraums erhalten.

Die Arbeiten des Projekts befassen sich darüber hinaus mit **nachhaltigen Ernährungssystemen und der Kreislaufwirtschaft**. Dazu gehört auch die Untersuchung des Potenzials von Nebenprodukten der Lebensmittelverarbeitung, beispielsweise Oliventrester und Traubentrester, als Quellen wertvoller Inhaltsstoffe.

Eine gemeinsame Forschungsinitiative für den euro-mediterranen Raum

Die Entwicklung der Anwendung spiegelt den kollaborativen Charakter von MEDIET4ALL wider.

Das Projekt vereint **10 Partner aus 8 euro-mediterranen Ländern** und bringt komplementäre Fachkenntnisse und Perspektiven aus den Bereichen Ernährung, Gesundheit, Lebensmittelsysteme und digitale Technologien zusammen.

Dieser transnationale Ansatz ist insbesondere für die Mittelmeerdiet relevant, deren Rezepte, Zutaten und Ernährungsgewohnheiten sich von Land zu Land und zwischen verschiedenen Gemeinschaften deutlich unterscheiden.

Durch die Bündelung wissenschaftlicher Erkenntnisse und Kompetenzen aus verschiedenen Ländern möchte MEDIET4ALL zu einem inklusiveren Ansatz für die Mittelmeerdiet beitragen, der sowohl **ihre ernährungsphysiologischen Eigenschaften als auch die individuellen Bedürfnisse der Verbraucherinnen und Verbraucher** berücksichtigt.

Von der Forschung zu einem konkreten digitalen Tool

Die intelligente Anwendung befindet sich derzeit in einem fortgeschrittenen Entwicklungsstadium. Erste klinische Tests wurden durchgeführt, weitere Optimierungen sind noch im Gange.

Ihre Entwicklung zeigt, wie Forschungsergebnisse in **konkrete digitale Werkzeuge für alltägliche Ernährungsentscheidungen** überführt werden können.

Mit dem Fortschritt der wissenschaftlichen Erkenntnisse soll sich die Anwendung kontinuierlich weiterentwickeln, indem neue wissenschaftliche Daten, Zutaten und Rezepte integriert werden.

Langfristig möchte MEDIET4ALL dazu beitragen, die Mittelmeerdiät **besser an individuelle Bedürfnisse anzupassen, ohne die kulinarischen Traditionen und die kulturelle Vielfalt zu verlieren, die sie so einzigartig machen.**

Über MEDIET4ALL

MEDIET4ALL – Mediterranean Diet for All ist ein euro-mediterranes Forschungsprojekt, das darauf abzielt, die Vorteile der Mittelmeerdiät für unterschiedliche Bevölkerungsgruppen und individuelle Bedürfnisse zugänglicher und anpassbarer zu machen.

Das Projekt vereint **10 Partner aus 8 euro-mediterranen Ländern** und verbindet Fachwissen aus den Bereichen Ernährung, Lebensmittelwissenschaften, Gesundheit, digitale Technologien und nachhaltige Ernährungssysteme.

MEDIET4ALL untersucht verschiedene miteinander verbundene Aspekte der Mittelmeerdiät – von der Analyse von Ernährungsgewohnheiten und der Anpassung von Rezepten über die Entwicklung digitaler Tools bis hin zur Erforschung nachhaltigerer Ernährungssysteme.

Das Projekt wird im Rahmen des **PRIMA-Programms**, das von der Europäischen Union finanziert wird, unterstützt.

Weitere Informationen: [MEDIET4ALL.eu](https://mediet4all.eu)

Pressekontakt:

Kevin Andre
Communication Officer
MEDIET4ALL

E-Mail: kevin.andre@vitagora.com

Website: www.mediet4all.eu