

Knack•Punkt

Aktuelles für Multiplikatoren im Bereich Ernährung



Schwerpunkt

**Trend-Lebensmittel unter der Lupe –
Vegetarisch – vegan – rein pflanzlich**

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

Hustenbonbons im Check: Kreatives Umschreiben von Gesundheit

Flaschenwasser versus Leitungswasser

Regionalfenster geht nach Überarbeitung an den Start

Fragen aus der Beratung

Was ist eigentlich vegetarisches Lab?

Neues aus Wissenschaft und Praxis

Riskante Wachmacher

Private Muttermilchbörsen – viel zu großes Gesundheitsrisiko

Verbotene Importe: Softdrinks mit bromiertem Pflanzenöl

3 Editorial

Kurzmeldungen

- 3 Geschützte Spezialität: Bornheimer Spargel
3 Japanische Küche ist UNESCO-Weltkulturerbe

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

- 4 Den Niederrhein durch regionale Lebensmittel stärken
4 Verzicht auf routinemäßiges Kürzen von Ringelschwänzen
4 Ausbau des EU-Schulobstprogramm in NRW
4 Qualitätsnetz Ernährung Nordrhein e.V. mit neuem Vorstand
5 Hustenbonbons im Check: Kreatives Umschreiben von Gesundheit
6 Flaschenwasser versus Leitungswasser
7 Regionalfenster geht nach Überarbeitung an den Start

Aktionen und Veranstaltungen

- 8 Projekt „Kita gesund & lecker“
8 Korrektes „Wording“ immer wichtiger

Fragen aus der Beratung

- 9 Was ist eigentlich vegetarisches Lab?

Schwerpunkt

- 10 Vegetarisch – vegan – rein pflanzlich

Neues aus Wissenschaft und Praxis

- 14 Verbotene Importe: Softdrinks mit bromiertem Pflanzenöl
14 Keine „Probiotik“ auf Babynahrung
14 Farbige Licht gegen Schimmelpilze
14 Öko-Verbände starten gemeinsames Kontrollverfahren für Tierwohl
15 Riskante Wachmacher
16 Private Muttermilchbörsen – viel zu großes Gesundheitsrisiko

Recht und Gesetz

- 17 Aktuelle Gesetzesänderungen

Bücher und Medien

- 18 Weltagrarhandel: Wer profitiert? Wer verliert?
18 Statistisches Jahrbuch Ernährung, Landwirtschaft und Forsten 2013
18 Pharmazeutische Biologie kompakt
19 Landfrauen-KÜCHE – Die besten Rezepte für jede Jahreszeit

19 Quellenverzeichnis

20 Termine

Internet

- 20 Interessantes im Netz

Hat sich Ihre Adresse geändert?

Namen, Adressen, Telefonnummern, Mailadressen – vieles ändert sich im Laufe der Zeit. Hat sich bei Ihnen auch etwas geändert? Dann teilen Sie es uns doch bitte mit, damit Sie auch weiterhin regelmäßig den **Knack•Punkt** bekommen und die Newsletter nicht in der unendlichen Weite des Internet verloren gehen.

Kurze Mail (→ knackpunkt@vz-nrw.de) oder Anruf (☎ 0211 / 3809 - 121) genügt, damit wir und Sie auf der Höhe der Zeit sind.

Danke!

Herausgeberin:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Mintropstraße 27 • 40215 Düsseldorf

Federführend für die Arbeitsgemeinschaft „Kooperation Verbraucherinformation im Ernährungsbereich in Nordrhein-Westfalen“, gefördert durch das Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen.

Kooperationspartner:

- AOK Nordwest
- AOK Rheinland/Hamburg
- Landesvereinigung der Milchwirtschaft NRW e.V.
- Landwirtschaftskammer NRW
- Rheinischer LandFrauenverband e.V.
- Westfälisch-Lippischer Landfrauenverband e.V.
- STADT UND LAND e.V.
- Universität Paderborn, Ernährung und Verbraucherbildung
- Verbraucherzentrale NRW e.V.

Fachliche Betreuung und Koordination:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bereich Ernährung und Umwelt

Redaktion:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bernhard Burdick (verantwortlich)
Angela Clausen (AC)
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121, Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@vz-nrw.de

Texte:

Ulrike Becker (ul)¹, Angela Clausen (AC)²,
Christina Jobke³, Katrin von Nida (KvN)²,
Sonja Pannenbecker (SP)², Gerlinde Waschke (Wa)²,
Frank Waskow (WF)², Dörte Wehmöller (Weh)¹

¹ Fachjournalistin für Ernährung, Gießen

² Verbraucherzentrale NRW e.V.

³ B.Sc. of Health Communication, Kärnten

Vertrieb und Abonnentenbetreuung:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Andrea Sandvoß
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121, Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@vz-nrw.de

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (6 Hefte) Inland 18,00 €, Ausland 26,00 € inklusive Versand, gegen Rechnung. Das Abonnement verlängert sich um ein Jahr, wenn nicht spätestens zwei Monate vor Ende des Bezugszeitraums schriftlich gekündigt wird. Die vollständigen Bezugsbedingungen sind nachzulesen unter → www.vz-nrw.de/knackpunkt oder können bei uns angefordert werden.

Nächste Ausgabe:

Juni 2014, Redaktionsschluss 15. Mai 2014

Die Verbreitung unserer Informationen liegt uns sehr am Herzen. Trotzdem müssen wir uns vor Missbrauch schützen. Kein Text darf ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeberin abgedruckt werden.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Herausgeberin wieder.

Gestaltung, Satz, Druck:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier – ausgezeichnet mit dem Blauen Engel.

ISSN 1866-6590

Liebe Leserinnen und Leser,

gerade hat das Max Rubner-Institut die aktuellen Auswertungsergebnisse des Nationalen Ernährungsmonitorings (NEMONIT) präsentiert. Danach hat es im Prinzip keine gravierenden Veränderungen im Lebensmittelverzehr in Deutschland gegeben. Einen wesentlichen gesellschaftlichen Trend konnte die Auswertung der letzten sechs Jahre jedoch bestätigen: Die Zahl der Vegetarier im Land hat sich fast verdoppelt. Ihr Anteil hat sich von rund einem Prozent (Ergebnis der NVS II, 2005) auf fast zwei Prozent im Jahr 2012 erhöht. Darüber hinaus ist auch die Zahl der Verbraucherinnen und Verbraucher gestiegen, die zwar auf Fleisch und Wurstwaren verzichten, aber Fisch essen, von rund 0,7 Prozent auf nun rund 1,5 Prozent. Dazu kommen noch die Flexitarier, die nur ab und an Fleisch und Fisch essen. Vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen boomt die vegetarische oder vegane Lebensweise. Warum das so ist, darüber lässt sich nur spekulieren. Sicherlich ha-

ben auch die vielen Fleischskandale dazu beigetragen. Manche verfolgen mit dem Fleischverzicht auch Ziele wie Körperstyling, Gesundheit und Lebensverlängerung. Der Regensburger Kulturwissenschaftler Gunther Hirschfelder sprach bereits 2011 von „vielen Mode-Vegetariern“. Mit der gestiegenen Nachfrage ist auch das Angebot vegetarischer Lebensmittel stark gestiegen. Wir berichteten davon bereits anlässlich der ANUGA 2013. In diesem Schwerpunkt widmen wir uns dem Thema von Verbraucherseite. Was heißt eigentlich „vegetarisch“ auf einem Lebensmittel, verstehen Hersteller und Verbraucher darunter dasselbe? Wie ist das lebensmittelrechtlich geregelt, wo gibt es Lücken in der Kennzeichnung? Mehr dazu ab S. 10. Inzwischen gibt es auch in Deutschland sogenannte Muttermilchbörsen, die via Internet überschüssige Frauenmilch anbieten. Muttermilchbanken gab es früher schon mal. Mehr zur Historie und aktuellen Problemen erfahren Sie ab S. 16.



Nicht zuletzt kommen immer mehr Spezial-Lebensmittel mit Koffein auf den Markt, was unter Umständen gesundheitlich nicht unproblematisch ist. Ein Marktcheck (S. 15) zeigt die Defizite.

Eine interessante Lektüre und eine schöne Osterzeit wünscht

Ihre Redaktion

Kurzmeldungen

Geschützte Spezialität: Bornheimer Spargel

Seit März ist „Bornheimer Spargel“ im EU-Register DOOR eingetragen und stellt eine geschützte geografische Angabe (g.g.A., s. **Knack•Punkt** 5/2013, S. 5) dar. Nur Spargel, der in der Bornheimer Region linksrheinisch zwischen Wesseling und Bonn angebaut wurde, darf künftig als Bornheimer Spargel verkauft werden.

Damit steht dieser Spargel auf einer Schutzstufe mit Produkten wie Dithmarscher Kohl, Bayrischen Brezeln, Schwarzwälder Schinken oder Champagner. Diese Herkunftsaussage ist allerdings schwächer als die „geschützte Ursprungsbezeichnung“ (g. U.), da die geschützte geografische Angabe lediglich eine Verbindung zwischen mindestens einer der Produktionsstufen – also der Erzeugung, der Verarbeitung oder der Herstellung – und der betreffenden Region herstellt. Bei unverarbeitetem Gemüse wie Spargel hat das eher eine geringe Bedeutung – ganz im Gegensatz zu Aachener Printen, Nieheimer Käse oder

westfälischem Knochenschinken, um noch einige weitere Spezialitäten aus Nordrhein-Westfalen mit diesem Herkunftsschutz zu nennen. (AC)

Quelle: PM MKULNV vom 06.03.14

→ http://ec.europa.eu/agriculture/quality/schemes/index_de.htm

Japanische Küche ist UNESCO-Weltkulturerbe

Die traditionelle japanische Kochkunst „Washoku“ wurde im Dezember 2013 von der UNESCO in die Weltkulturerbe-Liste aufgenommen. Neben der japanischen stehen bereits die mexikanische, die französische und die türkische Länderküche auf dieser Liste.

Washoku ist ein umfassendes Set von Fähigkeiten, Wissen und Traditionen im Zusammenhang mit der Zubereitung und dem Verzehr von Nahrungsmitteln und betont besonders die Achtung natürlicher Ressourcen. In der Regel wird Washoku am japanischen Neujahrsfest praktiziert. Es sind spezielle Mahlzeiten und kunst-

voll dekorierte Gerichte aus frischen, naturbelassenen Zutaten, von denen jede eine eigene symbolische Bedeutung hat. Das Washoku wird gemeinsam in der Familie oder innerhalb der Gemeinde gegessen. Die grundlegenden Kenntnisse und Fertigkeiten, die damit verbunden sind, werden während gemeinsamer Mahlzeiten innerhalb der Familie weitergegeben.

Japan erhofft sich jetzt auch einen PR-Schub für Washoku im eigenen Land. So beklagen viele Japaner, dass sich ihre Landsleute zunehmend der westlichen Küche zuwenden und die traditionelle, oft zeitaufwändige Kochkunst verschmähen.

Gleichzeitig wurde für Griechenland, Italien, Kroatien, Marokko, Portugal, Spanien und Zypern der bereits bestehende Eintrag „Mediterrane Esskultur“ um soziale Aspekte erweitert. (AC)

→ www.unesco.de/ike_neuaufnahmen_2013.html

Den Niederrhein durch regionale Lebensmittel stärken

Verbraucherinnen und Verbraucher am Niederrhein sind regionalbewusst und greifen bei frischen Produkten gerne zu Erzeugnissen aus der Umgebung. Das ergab die vom NRW-Landwirtschaftsministerium (MKULNV) geförderte Studie „Regionalität am Niederrhein – Marktforschung zu Regionalitätsbewusstsein und Potentialanalyse“ der HOCHSCHULE RHEIN-WAAL in Kleve. Die Wissenschaftler um Dr. CARSTEN MÖNNIG vom ZENTRUM FÜR FORSCHUNG, INNOVATION UND TRANSFER untersuchten, welche Merkmale den Niederrhein ausmachen, was die Niederrheiner am liebsten essen und wie viel Potenzial regionale Produkte haben. Dafür wurden rund tausend Bürger online und auf der Straße befragt. Die Ergebnisse im Einzelnen: Der Niederrheiner ist sehr regionalbewusst. So gibt jeder zweite bis zu einem Drittel seines Lebensmittel-Geldes für regionale Produkte aus, vor allem für frische Waren wie Gemüse und Obst, Eier, Milchprodukte und Fleischwaren, aber auch für weiter verarbeitete Lebensmittel. Wären die Produkte besser gekennzeichnet – würde man also sofort erkennen, dass es sich um regionale Produkte handelt – wären 60 % der Käufer bereit, noch mehr davon zu kaufen. 80 % der Befragten meinen, dass das Preis-Leistungs-Verhältnis dieser Lebensmittel stimme. Wäre das Angebot größer, wären 25 % bereit, für regionale Produkte 10-20 % mehr auszugeben.

Quelle: PM Hochschule Rhein-Waal vom 21.02.14

→ www.hochschule-rhein-waal.de/nc/pressemitteilungen/presse-details/article/den-niederrhein-staerken-durch-regionale-lebensmittel.html

Verzicht auf routinemäßiges Kürzen von Ringelschwänzen

Die Landesregierung und die beiden NRW-Landwirtschaftsverbände wollen gemeinsam den Tierschutz im Schweinestall stärken und das routinemäßige Kürzen der Schwänze bei Schweinen überflüssig machen. Um dieses Ziel zu erreichen wurden drei Phasen festgelegt. Im Zentrum der ersten Phase, die in 2014 bereits beginnt, steht eine Informations- und Beratungsoffensive für Schweine haltende Betriebe und die Tierärzteschaft, die grundsätzlich eine einzelbetriebliche Beratung vor Ort ermöglichen soll. Die Beratungsoffensive wird von einer gemeinsam getragenen Koordinierungs- und Beratungsstelle gesteuert. In der zweiten Phase ab 2015 sollen die Erstellung von betriebsindividuellen Maßnahmenplänen und erste Umsetzungsschritte erfolgen, die bei positiver Entwicklung in der dritten Phase ab 2016 flächendeckend umgesetzt würden. Das „routinemäßige“ Kürzen von Schwänzen bei Saugferkeln wird in der konventionellen Tierhaltung überwiegend als wirksamste Vorbeuge gegen das Schwanzbeißen angesehen und deshalb in vielen Ländern Europas mit hoch entwickelter Schweineerzeugung durchgeführt. Diese Praxis ist nicht EU-Rechtskonform, wird aber aufgrund fehlender Alternativen bislang geduldet.

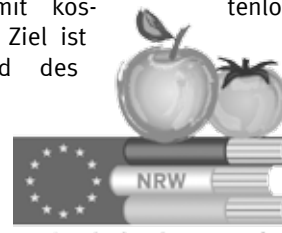
Quelle: PM MKULNV vom 24.02.14

→ www.umwelt.nrw.de

Ausbau des EU-Schulobstprogramms in NRW

Die Landesregierung baut das erfolgreiche Schulobstprogramm in NRW weiter aus. Die Ausweitung ist möglich, da die EU die Finanzmittel dafür auf bundesweit 19,7 Mio. Euro erhöhen und den Kofinanzierungsanteil der Mitgliedstaaten auf 25 % halbieren wird. Wie hoch die Fördermittel für die einzelnen Bundesländer und demnach der Umfang der Ausweitung genau ausfallen, entscheidet sich im April 2014.

Das EU-Schulobstprogramm wurde 2010 an 355 Schulen in NRW eingeführt und seitdem kontinuierlich ausgeweitet. Im aktuellen Schuljahr werden rund 144.000 Schulkinder an über 800 Grund- und Förderschulen dreimal wöchentlich mit kostenlosem Gemüse und Obst versorgt. Ziel ist es, den rückläufigen Trend des Obstverzehr und die Essgewohnheiten der Kinder zu verändern. R E M M E L : „Selbst nach vier Jahren ist die Begeisterung bei Schülerinnen und Schülern ebenso wie bei Eltern, Lehrerinnen und Lehrern ungebrochen groß. Die stetig zunehmenden Anmeldungen von Schulen sprechen für sich.“



Schulobst.nrw.de

In NRW nehmen alle Kinder einer Schule verlässlich das ganze Schuljahr über am Schulobstprogramm teil. Die Schulen können auf Wunsch auch in den Folgejahren im Programm bleiben, was die Nachhaltigkeit weiter erhöht. Dadurch ist das NRW-Schulobstprogramm ein bundesweit besonders attraktives Angebot. Neue interessierte Schulen können sich ab dem 1. April für die Teilnahme am Programm bewerben. Bewerbungsschluss ist der 9. Mai 2014. Für bereits teilnehmende Schulen genügt eine Rückmeldung mit dem Wunsch zur weiteren Teilnahme.

Quelle: MKULNV Pressemitteilung vom 20.02.14

→ www.schulobst.nrw.de

Qualitätsnetz Ernährung Nordrhein e.V. mit neuem Vorstand

Das QUALITÄTSNETZ ERNÄHRUNG NORDRHEIN E.V. (QUEEN) ist ein seit 2003 bestehender Zusammenschluss von berufserfahrenen, qualifizierten Ernährungswissenschaftlerinnen, Diplom-Oecotrophologinnen und Diätassistentinnen im Bereich der qualitätsgesicherten Ernährungsberatung und Ernährungstherapie. Alle Mitglieder haben eine gültige Zertifizierung bei den von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannten Institutionen. Sie unterliegen den Berufsordnungen der jeweiligen Berufsverbände und haben sich verpflichtet, neutral, unabhängig und interdisziplinär zu arbeiten. Ihre Arbeitsgebiete umfassen sowohl die präventive als auch die ernährungstherapeutische Beratung. Neue Vorsitzende ist HEIKE SCHELLSCHEIDT, Korschenbroich, stellvertretende Vorsitzende und Kassenwartin HELGA PIETRALLA aus Viersen.

→ www.ernaehrungsberatung-queen.de

Hustenbonbons im Check

Kreatives Umschreiben von Gesundheit

Seit 2006 gibt es die *Health Claims-Verordnung* (HCVO), wonach gesundheitsbezogene Werbeaussagen gemäß einer Positivliste zugelassen sein müssen. Diese Liste (VO (EU) Nr. 432/2012) gilt seit Dezember 2012.

Für viele Pflanzenextrakte (*Botanicals*) ist die wissenschaftliche Prüfung aber noch nicht abgeschlossen. Sie dürfen daher laut BUNDESAMT FÜR VERBRAUCHERSCHUTZ UND LEBENSMITTELSICHERHEIT weiterhin verwendet und auch mit den früher üblichen gesundheitsbezogenen Angaben beworben werden, vorausgesetzt diese Angaben sind konform mit der HCVO und den jeweiligen nationalen Bestimmungen – was konkret heißt, die Aussagen dürfen nicht irreführend sein.

Grundsätzlich dürfen nach Art. 10 Abs. 3 HCVO Verweise auf die Gesundheit im Allgemeinen oder das gesundheitsbezogene Wohlbefinden nur dann verwendet werden, wenn sie mit einer konkreten zugelassenen gesundheitsbezogenen Angabe gekoppelt werden.

Das gilt allerdings nicht für allgemeine Bezeichnungen, die traditionell zur Angabe einer Eigenschaft oder einer Kategorie von Lebensmitteln oder Getränken verwendet werden. Das könnten beispielsweise Begriffe wie „Hustenbonbon“ oder „Hals- und Rachenbonbon“ sein. (s. **Knack•Punkt** 1/2014, S. 17).

Ein Marktcheck Anfang 2014 hat gezeigt, dass einige Hersteller ihre Produkte inzwischen als Kräutersonbons bezeichnen, eine Vielzahl jedoch die Begriffe „Hustenbonbon“ oder „Halsbonbon“ weiterhin verwendet. Fast allen Bonbons sind große Mengen Vitamin C (400-1.100 mg pro 100 g) zugesetzt. Das erlaubt einerseits die Auslobung (nährwertbezogene Angabe), andererseits auch die Verwendung des Claims „Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei“. Letzterer wird allerdings nicht so häufig verwendet, möglicherweise weil er zu „schwach“ ist. In Einzelfällen – vor allem auf den Anbieterseiten im Internet wird stattdessen „stärkt das Immunsystem“ verwendet, diese Verstärkung der

Claim-Aussage ist allerdings nicht zulässig.

Blumige Werbung

Insgesamt sind die Werbeaussagen auf den Verpackungen relativ zurückhaltend. Es werden blumige Umschreibungen gefunden, die zwar ein Gefühl der gesundheitlichen Wirkung insbesondere bei Erkältungen hervorrufen können, dieses aber nicht explizit darstellen. Beispiele dafür sind „wohltuend bei jedem Wetter“, „kräutersanfte Wohltat mit wertvollen ätherischen Ölen“, „mit der bewährten Rezeptur und dem besonderen Spezialextrakt“, „spürbar legen sich die Pflanzenextrakte auf Mund- und Rachenbereich“, „schützt natürlich bei Husten und Heiserkeit“ oder auch „atemfrei“.



Letztere Aussage auf der Website in Kombination mit „meist verkaufte Erkältungsmarke“ könnte man schon als HCVO-Verstoß ansehen. Gleiches gilt für Aussagen wie „leckerer Helfer bei Erkältung, Husten und Heiserkeit“ oder auch „hilft natürlich bei Husten“. Derartige Produkte bzw. die dazugehörigen Internetseiten wurden daher von der VERBRAUCHERZENTRALE NRW an die zuständigen Lebensmittelüberwachungsbehörden gemeldet.

Arzneipflanzen als Aromen

Nicht zuletzt verleihen natürlich auch die Nennung und Abbildung von zahlreichen typischen Arzneikräutern wie Salbei, Holunder, Spitzwegerich,

Fenchel, Thymian oder Pfefferminze dem Produkt ein gesundheitsförderliches Image. Ätherische Öle sind aber nur in therapeutisch nicht relevanten Konzentrationen vorhanden. Andernfalls müssten die Bonbons nämlich als Arzneimittel deklariert werden. In Hals- oder Hustenbonbons sind sie tatsächlich wohl eher Aromen.

Eine vom WDR (Servicezeit, Sendung vom 06.02.2014) in Auftrag gegebene Laboruntersuchung hat gezeigt, dass die Verwendung von Salbei noch lange nicht heißt, dass tatsächlich Arznei-Salbei (*Salvia officinalis*) eingesetzt wird. Es werden durchaus auch andere Salbeiarten verwendet. Der Rückschluss auf die bekannte positive Wirkung der Arzneipflanze ist daher nicht ohne weiteres zulässig, zumal die nötige Dosierung auch nicht gegeben ist. Und das gilt im Lebensmittelbereich für alle Arten Kräuter(-extrakte). Es gibt keine vorgeschriebenen Spezifikationen für Pflanzenextrakte, somit auch keine Vergleichbarkeit der Produkte.

Um den Gesundheitsaspekt noch zu verstärken sind die meisten dieser Husten- und Halsbonbons „zuckerfrei“. Als Süßungsmittel werden vor allem Isomalt und Maltitsirup eingesetzt, teilweise in Kombination mit Süßstoffen wie Sucralose oder „Stevia“ (Steviolglykoside).

Fazit

Handelsübliche Husten- und Halsbonbons bestehen wie alle anderen Bonbons in erster Linie aus Zucker oder Zuckeraustauschstoffen. Ätherische Öle sind nur in sehr geringen Mengen vorhanden. Da der Hustenreiz vor allem durch den Speichelfluss gelindert wird, würde auch das Lutschen von „ganz normalen“ anderen Bonbons, z.B. Zitronenbonbons, helfen. Bei wirklichen Beschwerden sollte besser auf Medikamente und ggf. ärztlichen Rat zurückgegriffen werden. (AC)

Quellen: BVL: „Fragen und Antworten zur Gemeinschaftsliste nach Artikel 13 Absatz 3 der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006“, www.bvl.bund.de/DE/01_Lebensmittel/04_AntragstellerUnternehmen/01_HealthClaims/01_FAQs_Gemeinschaftsliste_13_3/Faqs_Gemeinschaftsliste_13_3_node.html [abgerufen am 27.01.14] ♦ Hustenbonbons – gut für die Gesundheit? Die Servicezeit macht den Test. WDR Servicezeit, Sendung vom 06.02.14, www1.wdr.de/fernsehen/ratgeber/servicezeit/sendungen/hustenbonbon-test100.html

Ein besonderes Lebensmittel

Flaschenwasser versus Leitungswasser

Ob Trinkwasser aus der Leitung oder Mineralwasser aus der Flasche – beide Wasserarten versorgen den menschlichen Organismus mit lebenswichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen. Während Mineralwasser ein Lebensmittel ist und als kalorienfreies Erfrischungsgetränk gilt, wird Trinkwasser in der gleichen Qualität auch als Wasch- und Putzmittel, zum Duschen und in der Toilettenspülung verwendet. Zu welchem Zweck auch immer – beide Wässer müssen nach deutschem Recht einwandfrei bei Verbrauchern ankommen. Somit steht dem unbedenklichen Konsum von Leitungswasser als Getränk eigentlich nichts im Wege.

Obwohl Trinkwasser aus der Leitung zu den bestkontrollierten Lebensmitteln Deutschlands gehört, ist natürliches Mineralwasser aus der Flasche das beliebtere Getränk. Aufgrund seines Geschmacks und seiner komfortablen Verpackung dominiert natürliches Mineralwasser seit den letzten drei Jahrzehnten den deutschen Wassermarkt. Mit durchschnittlich 130 Litern pro Kopf jährlich greifen die Deutschen immer häufiger zum Verpackungswasser – nicht zuletzt wegen seiner ursprünglichen Reinheit, die in der MTVO festgeschrieben ist.

Mineralwasser als Lebenselixier

Laut WOLFGANG STUBBE, Geschäftsführer des VERBANDES DEUTSCHER MINERALBRUNNEN, hat Mineralwasser einen Imagewandel vom reinen

Durstlöcher zum Wellnessgetränk erfahren. In einer ernährungsbewussten Gesellschaft sei das Streben nach Gesundheit, Fitness und Lifestyle selten ausgeprägter als heute. Wer Mineralwasser trinke, führe ein langes Leben. Mineralwasser mit einer leichten Verpackung folgt dem Trend, das Leben der Konsumenten grundsätzlich zu erleichtern.

Angelehnt an die Motivation der Konsumenten sich vor Überhitzung und Überlastung bei der Alltagsbewältigung zu schützen, warb GEROLSTEINER NATURELL beispielsweise in TV-Spots und auf Print-Motiven mit dem Slogan „So wichtig wie die Luft zum Atmen“ für sein CO₂-freies Mineralwasser.

Trinkwasser hat kein gutes Image

Medienberichte zum Thema Leitungswasser fallen dagegen häufig weniger positiv aus. Obwohl viele öffentliche deutsche Trinkwasserversorger schon mehr als 100 Jahre bestehen und einwandfreies Wasser garantieren, ist das Image von deutschem Leitungswasser durch Misstrauen, Angst und Skepsis getrübt. So sorgte die Tagespresse zum Beispiel 2012 mit reißerischen Überschriften zur Legionellen-Infektion des (warmen) Leitungswassers in zwei Münchener Wohnanlagen für Aufregung in der Bevölkerung, im Düsseldorfer Norden waren es 2013 Berichte über die PFT-Belastung des Grundwassers. Verbraucher werden auch von der Tatsache abgeschreckt, dass Leitungswasser mehrheitlich als Brauchwasser zu Reinigungszwecken im Haushalt und zur Körperpflege verwendet wird. Nicht zuletzt messen Menschen in einer entwickelten Konsum- und Wohlstandsgesellschaft Sachgütern und Dienstleistungen, die preiswert, nahezu kostenlos zur Verfügung stehen, häufig nur wenig Wert bei.

Besseres Marketing nötig

Um die gesundheitliche Bedeutung von Trinkwasser für den menschlichen Organismus verstärkt in das Bewusstsein der Verbraucher zu rufen und das positive Image zu verbessern, starteten deutsche Wasserwerke im

September 1994 auf Bundes- und Landesebene über die Medien eine publikumswirksame Trinkwasserkampagne. Durch die Unterzeichnung eines Wasser-Generationenvertrags garantierten Vertreter aus Politik, Wasserversorgung und Interessensverbänden einen sorgsam, verantwortlichen und kostbaren Umgang mit dem Gut Trinkwasser.

Die örtlichen Wasserversorger müssen auch zukünftig verstärkt auf Qualitäts- und Vorteile für den Verbraucher gegenüber Flaschenwasser aufmerksam machen. Hierzu zählen nicht nur die kostengünstige Nutzung mit gerade einmal 0,02 Cent pro Liter sondern auch die einfache Verfügbarkeit direkt aus dem Wasserhahn. Trinkwasser, das unverpackt aus der Leitung fließt, schont zudem die Umwelt und spart Transport- und Verpackungskosten. Erste PR-Ansätze liefern bereits die BERLINER WASSERWERKE, welche Sportler bei Sportveranstaltungen wie dem Berlin-Marathon regelmäßig mit frischem Trinkwasser direkt aus der Zapfstelle versorgen.

Fazit

Trotz Erwartung und Image – natürliches Mineralwasser besitzt keinen Mehrwert gegenüber Trinkwasser aus der Leitung – abgesehen von mehr oder minder geringen Mineralstoffmengen je nach Quelle. Aufbereitetes Leitungswasser wird auf energiesparende Art und Weise durch das Rohrnetz zum Endverbraucher transportiert. Aufwändig verpackte, überregionale Mineral- und Tafelwässer schneiden bezüglich Umweltfreundlichkeit deutlich schlechter ab. Wer Mineralwasser abfallfreundlich trinken möchten, sollten auf einheimische Wässer in Mehrwegflaschen zurückgreifen. Schon aus Umweltgründen sollte daher in der Beratung sowohl für die individuelle als auch für die Gemeinschaftsverpflegung verstärkt auf Leitungswasser hingewiesen werden.

Es liegt beim Verbraucher, welche Schlüsse er aus Medienberichten zieht und ob er sich für oder gegen den Konsum von Leitungs- oder Flaschenwasser entscheidet.

Gesetzliche Vorgaben zur Trinkwasserqualität sind in der Trinkwasserverordnung (TVO) festgelegt. Die Beschaffenheit von natürlichem Mineralwasser muss dagegen den rechtlichen Anforderungen der Mineral- und Tafelwasserverordnung (MTVO) entsprechen. Während die TVO chemisch-physikalische und mikrobiologische Mindestanforderungen für Trinkwasser und regelmäßige Wasserproben an der Hauszapfstelle bei Mehrfamilienhäusern vorschreibt, wird Mineralwasser als einziges Lebensmittel in einem behördlichen Zulassungsverfahren auf die Einhaltung standardisierter Beschaffenheitsmerkmale untersucht.

Autorin: Christina Jobke, B.Sc. of Health Communication.
Der vorliegende Artikel stellt eine Zusammenfassung ihrer Bachelor-Arbeit an der Universität Bielefeld dar.

Lebensmittel aus der Region

Regionalfenster geht nach Überarbeitung an den Start

Regionalität das wichtigste Merkmal beim Lebensmitteleinkauf. 57 % der Befragten gaben in einer aktuellen Umfrage im Auftrag des BUNDESMINISTERIUMS FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT (BMEL) an, beim Lebensmitteleinkauf „häufig“, „immer“ oder „fast immer“ auf die Herkunft der gekauften Lebensmittel zu achten. Bisher haperte es jedoch an Definitionen. Mit Hilfe des jetzt offiziell vorgestellten freiwilligen REGIONALFENSTERS sollen Verbraucherinnen und Verbraucher diese Produkte zukünftig in Supermärkten und Discountern besser erkennen können. Nach einer Pilotphase mit Evaluation u.a. in NRW (s. **Knack•Punkt** 1/2013, S. 5) wurde es überarbeitet. Auf der INTERNATIONALEN GRÜNEN WOCHE 2014 startete der bundesweite Einsatz. Nach Angaben des BMEL sind erste Produkte mit der neuen Kennzeichnung seit Januar im Handel.

Die wichtigsten Kriterien für das REGIONALFENSTER:

- Monoprodukte stammen zu 100 % aus der angegebenen Region und werden dort verarbeitet oder verpackt.
- Bei zusammengesetzten Zutaten müssen mindestens 51 % der Gesamtzutaten aus der Region stammen – die erste Zutat der Zutatenliste muss zu 100 % aus der Region stammen. Wenn deren Anteil am Gesamtprodukt weniger als 51 % ausmacht, müssen auch die folgende(n) Zutat(en) zu 100 % aus der Region stammen.
- Neu ist, dass auch die wertgebende Zutat – also die Zutaten, die die QUID-Regel auslösen, zu 100 % aus der Region stammen müssen. Beispiel Erdbeerjoghurt: Die Erdbeeren müssen aus der Region stammen. Auch die Milch für den Joghurt muss von Kühen aus der Region stammen, da dies die Hauptzutat des Joghurts ist.
- Bei tierischen Produkten müssen die Tiere eine gewisse Zeit vor der Schlachtung in der Region gelebt

haben – geboren sein, können sie aber auch außerhalb der Region oder sogar im Ausland.

- Mit einem dreistufigen Kontrollsystem wird die Einhaltung der Kriterien durch unabhängige Organisationen überprüft.

Für Verbraucher sind gerade die Kriterien für zusammengesetzte Lebensmittel nur schwer verständlich. Deshalb begrüßt es die VERBRAUCHERZENTRALE NRW sehr, dass nach dem Markttest in der Pilotphase der regionale Anteil im Endprodukt mit einer Prozentangabe in das REGIONALFENSTER zusätzlich aufgenommen wurde. Diese Angabe ermöglicht es Verbrauchern auf einen Blick zu erkennen, wie viel Regionales im einzelnen Lebensmittel steckt. Insgesamt kann das freiwillig zu labelnde REGIONALFENSTER tatsächlich zu mehr Klarheit bei regionalen Lebensmitteln für Verbraucher beitragen.

Was ist das Rheinland?

Offen bleibt allerdings welches Gebiet die jeweilige Region umfasst. Die Hersteller können entscheiden, ob z.B. eine Kilometer-Angabe oder eine geografische Region zu Grunde gelegt werden soll. Verbraucher werden die Definition auf der Homepage des REGIONALFENSTER nachlesen können, was beim Einkauf wenig hilfreich ist. So existieren beispielsweise für die Region „Rheinland“ verschiedene Definitionen und Interpretationen, je nachdem, wo man sich am Rhein gerade befindet. Wie dies gelöst werden soll, ist noch unklar, da aktuell (Stand 19.03.2014) noch keine Regionen-



Beschreibungen auf der Homepage zu finden sind.

Zudem halten die VERBRAUCHERZENTRALEN einen Mindestanteil von 51 % für zu gering, um von einem regionalen Produkt zu sprechen. Ihrer Meinung nach wären je nach Produktgruppe 75-95 % regionaler Zutaten am Gesamtprodukt angemessen.

Schutz vor Irreführung fehlt weiterhin

Eine wichtige Funktion erfüllt das REGIONALFENSTER nicht. Die Vielzahl der vermeintlichen Regionallabel und undurchsichtigen Werbeslogans, wie „aus der Heimat“, „von Hier“ oder „aus Ihrer Region“ wird durch das freiwillige Regionalzeichen nicht vom Markt verschwinden. Das ist nur durch ein verpflichtendes staatliches Kennzeichen möglich, das den Begriff „Region“ verbindlich definiert, so dass Lebensmittelüberwachung und zuständigen Gerichte eine juristische Basis hätten, um hier tätig zu werden. So ist der Gesetzgeber nach wie vor aufgefordert, endlich geeignete Maßnahmen zu ergreifen, um Verbraucher vor dubiosen Regionalversprechungen bei Lebensmitteln zu schützen.

Weitere Informationen rund um das Thema „Regionale Lebensmittel“ gibt es auf den Internetseiten der VERBRAUCHERZENTRALE NRW. (SP)

→ www.vz-nrw.de/regionale-lebensmittel

→ www.regionalfenster.de

Helfen Sie uns beim Marktcheck!

In den nächsten Wochen sollen die ersten Einzelhändler in NRW Produkte mit dem REGIONALFENSTER anbieten. Falls Ihnen Produkte beim Einkauf in die Hände fallen – machen Sie ein Foto der Vorder- und Rückseite und senden Sie es per Mail an → ernaehrung@vz-nrw.de

Danke für Ihre Mithilfe!

Startschuss für neues Beratungsangebot

Projekt „Kita gesund & lecker“

Die am 26. März 2014 in Düsseldorf offiziell vorgestellte Initiative „*Kita gesund & lecker*“ in Trägerschaft der VERBRAUCHERZENTRALE NRW will mit vielfältigen neuen Angeboten dazu beitragen, dass sich die Verpflegungssituation in NRW-Kitas verbessert. Das aus Mitteln des Verbraucherschutzministeriums NRW (MKULNV) geförderte Projekt gibt Einrichtungen, Trägern und Mahlzeitenlieferanten gleichermaßen verlässliche Orientierung bei der Organisation einer kindgerechten Verpflegung.

Das Projekt startete im letzten Jahr mit einer landesweiten Befragung sämtlicher Kitas und ihrer Träger zu ihrer Verpflegungssituation, um im ersten Schritt den Bedarf an dringend

benötigter Unterstützung zu ermitteln. Ebenfalls ging die erste Anbieterdatenbank für die Kita- und Schulverpflegung in Nordrhein-Westfalen an den Start. Deren Aufgabe ist es, Verpflegungsanbietern eine Plattform zu bieten, auf der sie ihre Verpflegungsangebote für Kitas und Schulen offerieren können – vorausgesetzt, sie verpflichten sich zur Einhaltung des von der VERBRAUCHERZENTRALE NRW entwickelten Anforderungsprofils. Zur Qualitätssicherung sollen neben einer Selbstverpflichtung der Anbieter auch ihre aktuellen Kontrollergebnisse der amtlichen Lebensmittelüberwachung dargestellt werden. Flankierend dazu wird vom Kita-Team der VERBRAUCHERZENTRALE NRW eine landesweite Kommunikationsstruktur aller Akteure – von der Kita und dem Träger über die Eltern bis hin zu potenziellen Verpfle-

gungs-Lieferanten – zum gegenseitigen Austausch etabliert. Ein weiterer Projekt-Baustein ist das Online-Portal → www.kitaverpflegung.nrw.de, in dem Kitas, Träger, Essenslieferanten und Eltern den bestehenden Speiseplan checken, Wissenswertes zu optimalen Verpflegungsangeboten erfahren und einen Newsletter abonnieren können. Die Einrichtung eines Beratungstelefons und regelmäßige Fortbildungen stellen abschließend sicher, dass die



Kontakt

Verbraucherzentrale NRW
Projekt „Kita gesund & lecker“
Beratungstelefon: 0211 / 3809-711 (Di-Do 10-16 Uhr)
E-Mail: kita@vz-nrw.de
Internet: → www.kitaverpflegung.nrw.de
Anbieterdatenbank Kita- und Schulverpflegung:
→ www.kitaverpflegung.nrw.de/anbieterdatenbank

Verbesserung der Kita-Verpflegung nah und aktuell am Bedarf der Beteiligten ausgerichtet wird. (Wa/Weh)

6. Health Claim-Tage 2014

Korrektes „Wording“ immer wichtiger

Die *Health Claims Tage*, zum sechsten Mal veranstaltet vom BEHR'S VERLAG, richten sich vor allem an Verantwortliche der Lebensmittelwirtschaft aus den Bereichen Herstellung und Marketing.

Schwerpunkt dieser zweitägigen Veranstaltung im Februar 2014 in Köln waren insbesondere lebensmittelrechtliche Strategien zum gesundheitsbezogenen Bewerben der verschiedensten Lebensmittel.

Seit Inkrafttreten der *Health Claims-VO* (HCVO) im Dezember 2012 beschäftigen sich die Juristen intensiv damit, welche Spielräume der neue Rechtsrahmen den Lebensmittelkonzernen noch bietet, um ihre Produkte weiterhin so „gesund“ wie möglich bewerben zu können. Besonders wichtiges Thema ist dabei das Marke-

ting mit unspezifischen Angaben nach § HCVO. Was ist eine „allgemeine Gesundheitsangabe“ – für die die HCVO nicht gilt – und was ist eine „spezifische Gesundheitsangabe“? So wäre „*stärkt die Abwehrkräfte*“ eine unspezifische gesundheitsbezogene Angabe, worauf eine Konkretisierung durch eine spezifische Angabe folgen muss wie „*Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei*“. Entscheidend ist also das richtige „Wording“ sowohl auf den Produkten als auch in der Werbung. Das gilt übrigens auch für das Medium Internet, welches oft übersehen wird. Daneben ging es um eine veränderte Zielgruppenansprache, da durch die Änderung der Diät-Verordnung (s. **Knack•Punkt** 4/2013, S. 17) Diabetiker, Schwangere, Stillende oder Sportler

dort weggefallen sind und für spezielle Nicht-Diät-Lebensmittel gewonnen werden sollen. Aber auch bei den ergänzenden bilanzierten Diäten wird immer kritischer auf die Auslobung geschaut.

Spannend war auch die Frage, wie es mit der HCVO weitergeht? PETER LOOSEN VOM BUND FÜR LEBENSMITTELRECHT UND LEBENSMITTELKUNDE (BLL) berichtete als Vertreter der Lebensmittelwirtschaft in Brüssel, dass die Bewertung von pflanzlichen Zutaten (sogenannte *Botanicals*) und nährwertbezogenen Angaben durch die EFSA 2016 abgeschlossen sein könnten. Schon jetzt fordert er eine Aufweichung des Zulassungsverfahrens für Claims und eine nationale Aufhebung des absoluten Verbotssprinzips der Claims-Verordnung.

Ersteres wäre aus Verbrauchersicht allerdings kontraproduktiv, da es so zu Werbeaussagen erster und zweiter Klasse kommen würde, die einen sind wissenschaftlich exakt überprüft

(jetzige Gemeinschaftsliste VO (EU) 432/2012), die anderen nicht. Das ist weder transparent noch leicht kommunizierbar, Vertrauen lässt sich dadurch nicht aufbauen. Auch die nationale Aufhebung ginge in die selbe Richtung, denn bisher sind gesundheitsbezogene Aussagen immer geprüft und damit für Verbraucherinnen und Verbraucher verlässlich.

Hart gebeutelt scheinen auch die Hersteller von Probiotika-Produkten zu sein: Von bisher fast 250 bei der EFSA eingereichten Claims, wurde nur einer – für „ganz normale“ – lebende Joghurt-Kulturen – positiv bewertet. Alleine der Begriff „Probiotika“ wird als nährwert- oder gesundheitsbezogene Aussage verstanden und häufig von den Lebensmittelüberwachungen



beanstandet (s. S. 3 und Knack•Punkt 3/2013, S. 17). Derzeit wird also dringend nach alternativen Vermarktungsmöglichkeiten gesucht, um die HCVO zu umgehen. Laut Dr. GUIDO MIDDELER (DIAPHARM GMBH & Co. KG) erscheint es als eine realistische Perspektive, Probiotika zukünftig als Medizinprodukte auf den Markt zu bringen. Findet man Probiotika also bald nicht mehr im Kühlregal sondern nur noch im „Gesundheits“-Regal der Supermärkte bzw. in Drogerien und Apotheken? Bleibt die Frage, welche Wirkung man den Verbrauchern dann verkaufen will.

Insgesamt eine sehr spannende und lohnende Tagung, die viele aktuelle Einblicke erlaubte. Die nächsten Health Claims-Tage finden im Februar 2015 statt. (KvN)

Fragen aus der Beratung

Frage

Was ist eigentlich vegetarisches Lab?

Lab ist ein natürliches Enzym aus dem Kälbermagen. Es sorgt traditionell dafür, dass Milch für die Käseherstellung eindickt. Dazu wird das Lab aus der Magenschleimhaut eines toten Kalbes gewonnen. Bei diesem „Wiederkäuermagenlab“ – so die offizielle Bezeichnung – handelt es sich um ein Gemisch aus Chymosin und Pepsin, das die Kaseine der Milch aufspaltet und kontrollierbar dick legt. Das Enzym Chymosin wird aus Kostengründen mittlerweile vor allem mikrobiologisch aus Schimmelpilzkulturen hergestellt und gilt damit laut Käseverordnung als Lab-Austauschstoff. Schätzungsweise 75 % stammen heute aus gentechnisch veränderten Mikroorganismen. Zur Dicklegung von Milch können auch Labkräuter eingesetzt werden. Diese pflanzlichen Alternativen spielen aber in der Käseherstellung kaum eine Rolle. Gründe dafür sind die geringe Ausbeute und der typische Eigengeschmack der Kräuter. Lediglich einzelne regionale Käsereien stellen besondere Sorten traditionell mit Labkraut (*Galium ve-*

rum) her. Dazu gehört auch der orangefarbene englische Chester-Käse.

Kennzeichnungspflichtig ist weder der Zusatz von Lab noch von Lab-Austauschstoffen, da sie als Produktionshilfsstoffe gelten. Verbraucher erfahren also nicht, ob das Labenzym tierischer Herkunft ist oder von gentechnisch veränderten Mikroorganismen produziert wurde. Daran wird sich auch so schnell nichts ändern: Erst Anfang des Jahres hat die Bundesregierung die Forderung des VEGETARIERBUNDS und des VZBV (BUNDESVERBAND VERBRAUCHERZENTRALE) nach verbindlichen Kennzeichnungsvorschriften für tierische Produktionshilfsstoffe abgelehnt, wie etwa Gelatine, die in Fruchtsäften oder Wein zur Klärung verwendet wird.

Die Bezeichnung „vegetarisches Lab“ ist lebensmittelrechtlich nicht vorgesehen und daher auch nicht definiert. Einige Hersteller verwenden sie dennoch, um Vegetariern zu verdeutlichen, dass sie ihren Käse

Zutaten:
Pasteurisierte Milch, Salz,
Milchsäurebakterien, vegetarisches Lab. 20% Fett i. Tr.

ohne Lab aus dem Kälbermagen produzieren. Mit der gleichen Motivation werden mikrobielle

Lab-Austauschstoffe als pflanzliches Lab bezeichnet, auch wenn das eigentlich nicht korrekt ist. Alle diese Kennzeichnungen sind nicht offiziell zugelassen, informieren aber Verbraucherinnen und Verbraucher zumindest über den nicht-tierischen Ursprung des Labenzym. Biohersteller geben häufig freiwillig an, ob tierisches oder mikrobielles Lab verwendet wurde. Labenzym aus gentechnisch veränderten Mikroorganismen ist in Bioprodukten untersagt. Verbraucher sollten sich nicht scheuen, direkt beim Hersteller nach der Herkunft des Labenzym zu fragen und so wenigstens den Druck für eine freiwillige Kennzeichnung zu erhöhen. (ul)

Quellen: www.lebensmittelklarheit.de/cps/rde/xchg/lebensmittelklarheit/hs.xsl/4836.htm ♦ www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/k_sev/gesamt.pdf ♦ www.oekolandbau.de/verarbeiter/zutaten/zusatz-und-hilfsstoffe/mikroorganismen/lab-und-labaustauschstoffe ♦ <http://beck-online.beck.de>, Stichwort: Labaustauschstoffe ♦ www.qualitaetleben.eu/2012/vegetarisches-lab [alle eingesehen zwischen 24.-28.02.14]

Vegetarisch – vegan – rein pflanzlich

Lebensmittelskandale rund um Fleisch, Diskussionen zu artgerechter Tierhaltung, Gesundheitsaspekte, Klimaschutz, religiöse oder ethische Motive – der Trend zu vegetarischer Ernährung hat viele Gründe. Und so vielfältig wie die Nuttermotive ist das vegetarische Warenangebot, angefangen bei traditionellen nicht tierischen Lebensmitteln wie Gemüse, Getreide oder Nüssen bis hin zu Sojabratwurst und Milchschnitzel. Auf der ANUGA 2013 (s. Knack•Punkt 6/2013, S. 4) wurden vor allem neue und alte Ersatzprodukte vorgestellt: Äußerlich von der Fleischvariante nicht zu unterscheidende vegane Varianten von Burgern, Nuggets, Frikadellen, Steaks und „Hühnchen“, pflanzlicher Reibe-„Käse“, Kokosblütensirup als Honigersatz, Pesto alla Genovese ohne Käse oder Mayonnaise ohne Ei sowie Fertiggerichte wie Cordon bleu, Pizza oder Lasagne. Und auch die Deutsche Bahn macht mit: Seit März 2014 wird in ihren Bordrestaurants ein veganes Gericht angeboten.



Mit dem wachsenden Angebot an vegetarischen bzw. veganen Produkten wächst allerdings auch die Frage nach der Zuverlässigkeit der Kennzeichnung. Was bedeutet eine Auslobung als „vegetarisch“, was unterscheidet sie von „vegan“? Vegetarische Ernährung basiert prinzipiell auf pflanzlichen Lebensmitteln und dem Verzicht auf Nahrungsmittel von (getöteten) Tieren. Innerhalb dieses Rahmens gibt es verschiedene Ausprägungen, die in unterschiedlichem Ausmaß tierische Produkte zulassen.

Zutatenliste – Wissen ist gefragt

Häufig weckt bereits der Produktname bzw. die Verkehrsbezeichnung bei Verbrauchern die Erwartung eines vegetarischen Lebensmittels, obwohl tierische Bestandteile zur Herstellung verwendet wurden. So enthalten Tiefkühl-Rotkohl oder Tomatensuppe Schweinespeck, Frischkäse enthält Gelatine oder Sojasahne Casein. Hier hilft natürlich der Blick auf die Zutatenliste. Ob in der Laugenbrezel vom Bäcker (lose Ware) Schmalz verwendet wurde, muss man dann schon gezielt nachfragen.

Zusatzstoffe aber, die aus oder mit Hilfe von tierischen Bestandteilen hergestellt worden sind, werden zwar genannt, das Wissen um deren tierische Herkunft müssen Interessierte sich jedoch selber aneignen. Beispiele dafür sind der aus Schildläusen gewonnene rote Farbstoff Karmin/Cochenille (E 120) oder das aus Ausscheidungen der Gummischildlacklaus hergestellte Trennmittel

Schellack (E 904). Schellack darf für Süßwaren wie Schokoladen- oder Kaugummidragees, Schokolade, Schokokekse, Nüsse oder Nahrungsergänzungsmittel, aber auch als Überzugsmittel für Äpfel, Birnen, Ananas, Melonen, Zitrusfrüchte, Bananen, Mangos, Granatäpfel, Avocados und Pfirsiche verwendet werden. Und ob sich hinter den Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren (E 471) tierische Fette als Ausgangsmaterial verstecken, bewegt nicht nur Muslime, die Produkte vom Schwein vermeiden wollen.

Hinzu kommt, dass manch ein Zusatzstoff auf den ersten Blick völlig unverdächtig erscheint. Wer rechnet wirklich bei Lecithin (E 322), Natriumlactat (E 325), Natriumphosphaten (E 339), Zuckerglyceriden (E 474), Eisenlactat (E 585), dem Süßungsmittel Lactit (E 966) oder bei „Thermooxidiertem Sojaöl mit Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren“ (E 479) mit tierischem Ursprung? Auch viele Geschmacksverstärker (Glutamat, Ribonucleotid, Glycin) gehören dazu. Nicht zuletzt können auch Aromen wie beispielsweise für „ungarische“ Kartoffelchips aus tierischen Bestandteilen (Rinderfett, Molke) gewonnen werden bzw. Tierisches als Trägerstoff dienen.

Hier schweigt die Zutatenliste

Technische Hilfsstoffe und Trägerstoffe sind grundsätzlich nicht kennzeichnungspflichtig, obwohl sie in der Lebensmittelverarbeitung vielfältig verwendet werden, z.B. als Klärmittel. Einige wie Gelatine (zur Klärung

von Fruchtsaft, Limonade, Wein, Bier, Essig) werden aus tierischen Bestandteilen gewonnen. Des Weiteren können dafür Fischbestandteile (Schwimmbalase), Eiweiße wie Casein (Milchprotein) oder Albumin (aus Eiern oder Milch) verwendet werden.

Auch die Aminosäure L-Cystein (E 920), die als technischer Hilfsstoff zur Mehlbehandlung zugelassen ist, kann aus Mais oder Pilzen stammen, gentechnisch oder eben aus Schweineborsten oder Federn hergestellt worden sein.

Obwohl technische Hilfsstoffe wieder aus dem Lebensmittel entfernt werden müssen, können sie in Spuren doch noch enthalten sein. Auch für Trägerstoffe, wie etwa Gelatine für Vitamine oder eben für Aromen, gibt es keine Kennzeichnungspflicht – es sei denn, diese hätten allergenes Potential.

Von der Allergenkennzeichnungspflicht werden grundsätzlich auch Stoffe erfasst, die ansonsten nicht als Zutaten eines Lebensmittels angesehen werden (technische Hilfsstoffe, Lösungsmittel, Träger für Zusatzstoffe oder Aromen, sofern sie nicht unter eine Ausnahmeregelung fallen, wonach Stoffe, für die wissenschaftlich nachgewiesen wurde, dass sie unter bestimmten Umständen wahrscheinlich keine unerwünschten Reaktionen hervorrufen, nicht genannt werden müssen). Für Vegetarier heißt das konkret, dass nur solche tierischen Hilfsstoffe erkannt werden können, für die Allergenhinweise vorgeschrieben sind, sprich sie müssen aus Ei, Fisch, Milch, Krebs- oder Weichtieren gewonnen worden sein und noch allergenes Potential besitzen.

Für frische, im Handel angebotene Zitrusfrüchte (außer Kumquats) sind neben Schellack (s.o.) auch Zuckerester von Fettsäuren (E 473) und Zuckerglyceride (E 474) als Überzugs- bzw. Oberflächenbehandlungsmittel zugelassen. Beide Stoffe sind bis zu einer bestimmten Höchstmenge zulässig und nicht kennzeichnungspflichtig. Allerdings isst man die Schale in der Regel ja auch nicht mit.

Was heißt „rein pflanzlich“?

Auf dem Sandwichbrot – „mit besten Zutaten gebacken“ – prangt der Aufkleber „rein pflanzlich“, es sind jedoch laut Zutatenliste Aromen enthalten. Kann man dem Vegetarierhinweis trotzdem Glauben schenken? Sollte man nicht, unter der Zutatenliste steht nämlich auch noch „kann Spuren von Milchbestandteilen enthalten“. Gleiches gilt für eine klare Gemüsebrühe (Pulver) oder Cornflakes mit möglichen Spuren von Milch und Ei. Die Pflanzenmargarine enthält laut Zutatenliste Molke, die laktosefreie „Margarine aus ungehärteten, rein pflanzlichen Ölen und Fetten“ immerhin noch Lecithin (ohne Herkunftsangabe) sowie Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren sowie Aromen und Vitamine.

Fazit: Unter „rein pflanzlich“ versteht jeder Hersteller etwas anderes. In der Regel bezieht sich diese Aussage nur auf die Hauptzutaten.

Ergebnisse der Lebensmittelüberwachung

Auf jeden Fall erwarten Verbraucher von vegetarischen Produkten, dass sie fleischfrei sind. Darin stimmen auch alle bekannten Auffassungen von „vegetarisch“ und „vegan“ überein. Tatsächlich ist eine gezielte Beimischung von Fleisch eher unwahrscheinlich. Es stellt sich aber die Frage, ob die Herstellerbetriebe so einwandfrei arbeiten können, dass auch kleinste Verunreinigungen ausgeschlossen sind. „Kann Spuren von Fleisch enthalten“ findet man schließlich auf keinem Produkt.

Das CHEMISCHE UND VETERINÄRUNTERSUCHUNGSAMT STUTTGART (CVUAS) untersuchte daher elf „vegetarische Würste“ auf tierische DNA von Schwein, Rind, Hühnern und Pute. Wurden Zutaten tierischer Her-

kunft verarbeitet, so war ein deutlich positives Untersuchungsergebnis zu erwarten, während es bei Verunreinigungen in der Regel nur schwach sein dürfte. Die Produkte stammten aus Fertigpackungen, die in Form, Farbe, Aufmachung und Verpackung Würsten bzw. Aufschnitt daraus ähnelten und häufig auch als „Wiener“, „Knackwürstchen“, „Bratwurst“, „Würstchen“ oder „Aufschnitt“ bezeichnet wurden. Die Ergebnisse wurden Ende Januar 2014 veröffentlicht. Danach waren alle Proben frei von DNA der vier untersuchten Tierarten, also weder mit deren Fleisch hergestellt noch verunreinigt. Auch die Mitverarbeitung von Eiern oder Milch konnte ausgeschlossen werden. Nicht ableiten ließ sich aus den Untersuchungsergebnissen, ob die Produkte in rein vegetarisch-verarbeitenden Betrieben hergestellt wurden.

Was ist mit „geeignet für Vegetarier“?

Es gibt zunehmend entsprechende Informationen der Hersteller am Produkt bzw. auf der Firmenhomepage – Inhalte und Darstellung sind jedoch unterschiedlich. Dazu gehören große Anbieter wie KELLOG'S, UNILEVER (Marken KNORR, PFANNI, LUKULL, BECEL, MAZOLA, MONDAMIN, RAMA, LIPTON), FROSTA oder KATJES. Manche Hersteller versehen Produkte mit einem Firmenlogo, das auf die Eignung für Vegetarier hinweist. Andere stellen entsprechende Informationen im Internet bereit. In beiden Fällen ist nicht immer klar, auf welche Form des Vegetarismus sich die Aussagen beziehen. Fazit: Hier bleibt nur, sich direkt beim

jeweiligen Hersteller zu erkundigen und die Fragen so präzise wie möglich zu formulieren.

Was können Siegel?

Eine gute Orientierung bietet das V-Label der EUROPÄISCHEN VEGETARIER-UNION (EVU).

Die EVU ist eine Dachorganisation für Vegetarier-Vereine und Gruppen in Europa. Es ist eine international geschützte Marke zur Kennzeichnung von vegetarischen und veganen Lebensmitteln. Mit diesem Label und seinen vier Klassifizierungen können vegetarische und rein pflanzliche (vegane) Produkte auf Lebens-

mittelverpackungen und Speisekarten schnell und eindeutig erkannt werden. In Deutschland wird es vom VEGETARIERBUND DEUTSCHLAND E.V. (VEBU) vergeben. Inzwischen findet das Zeichen in fast allen Ländern Europas sowie in den USA und in Kanada Verwendung.

Das Label besteht aus einem gelben Kreis mit einem grünen V und der entsprechenden Klassifizierung: „Vegetarisch“ bedeutet mit Eiern und Milch, „milchfrei“ heißt ohne Milch und mit Eiern, „eifrei“ steht für ohne Eier und mit Milch. „Vegan“ gekennzeichnete Produkte kommen ganz ohne tierische Inhaltsstoffe aus. Mitte März gab es europaweit ca. 1340 Lebens- und Heimtierfuttermittel mit Vegetarier-Label. Das Label gibt es nicht nur auf Produkten, sondern auch im Gastronomie-Bereich. Für die Zutaten in den Menüs, die von zertifizierten Restaurants mit dem Label gekennzeichnet werden, gelten die-



Dürfen vegetarische Würste als solche bezeichnet werden?

Für Begriffe wie „Wurst“ oder die in den Leitsätzen Fleisch und Fleischprodukte genannten Bezeichnungen wie „Wiener“, „Bratwurst“ etc. gibt es keinen besonderen Schutz. Die Begriffe dürfen daher bei ausreichender Kenntlichmachung auch für Produkte verwendet werden, die kein Fleisch enthalten. Allerdings muss klar erkennbar sein, dass es sich eben nicht um ein Fleischerzeugnis handelt. Das kann in Form deutlich sichtbarer, eindeutiger Hinweise auf der Schauseite wie „aus Soja hergestellt“, „fleischlos“, „vegetarisch“ oder Ähnlichem erfolgen.

Quelle: CVUA Stuttgart: „Vegetarische Würste – von Fleisch keine Spur? PM vom 30.01.14

selben Richtlinien wie für Produkte im Handel. Diese schnell zu finden, hilft die Veggie-App des VEBU für Smartphones.

Trotzdem – es handelt sich hierbei nur um eine privatwirtschaftliche Initiative, die lediglich eine gewisse Sicherheit über die Siegelvergabe (und die dazugehörigen Kontrollen) erreicht.

Notwendig ist eine gesetzliche Grundlage für ein staatlich geschütztes Siegel mit einer rechtsverbindlichen Definition des Begriffs „vegetarisch“.

Gesetzesinitiative zur Kennzeichnung vegetarischer Lebensmittel

Obwohl Verbraucherverbände wie VERBRAUCHERZENTRALEN oder FOODWATCH und der VEBU schon lange eine verbindliche Definition des Begriffs „vegetarisch“ und ein staatlich geschütztes Siegel für vegetarische Lebensmittel mit unabhängiger Kontrolle fordern, fehlen bisher allgemeingültige rechtliche Vorgaben für die Kennzeichnung von vegetarischen

und veganen Produkten. Allerdings ist eine entsprechende Verpflichtung in der Lebensmittelinformationsverordnung (Art. 36 (3) b) festgehalten, wonach die Kommission Durchführungsrechtsakte für die freiwillig bereitgestellten Informationen über die Eignung eines Lebensmittels für Vegetarier oder Veganer erlassen soll. Passiert ist bislang aber nichts. Ende letzten Jahres haben daher neun EU-Parlamentarier unter Federführung des deutschen Abgeordneten ISMAIL ERTUG (SPD) die EUROPÄISCHE KOMMISSION mit einem „proposal for a Union Act“ zum Handeln aufgefordert. Der Antrag wurde leider nur von 109 der 766 Europaparlamentarier unterzeichnet, so dass die EU-KOMMISSION jetzt bis Ende Juni Zeit hat, sich zu überlegen, ob sie Vorgaben für eine Kennzeichnung von vegetarischen / veganen Lebensmitteln vorlegen will.

Sind pflanzliche Fleischalternativen nachhaltiger oder klimaschonender?

Die meisten pflanzlichen Fleischalternativen sind den Originalen sowohl in Aussehen und Geschmack als auch hinsichtlich des Proteingehalts ziemlich ähnlich. Die Basis bilden eiweißreiche Pflanzen wie Hülsenfrüchte (Soja, Süßlupine), Getreide (Weizen, Dinkel), Pilze und Gemüse (s. **Knack•Punkt** 6/2013, S. 14). Außerdem gibt es noch nicht vegane Ersatzprodukte aus Schimmelpilzen (z.B. QUORN™) und Milch (z.B. VALESS®, s. **Knack•Punkt** 3/2009, S. 3). Nicht zuletzt werden auch Produkte aus Insektenprotein angeboten, die aber für Vegetarier nicht geeignet sind und bei uns kulturell bedingt keine Rolle spielen (s. **Knack•Punkt** 5/2011, S. 16).

Bei vielen dieser Produkte handelt es sich um stark verarbeitete Lebensmittel, denen darüber hinaus Geschmacksverstärker, Farb- und Aromastoffe oder auch Konservierungsstoffe zugesetzt werden. Daneben müssen auch die Ausgangsqualität (z.B. aus gentechnisch veränderten Pflanzen), die Ausbeute (wie viel pro Kilogramm Ausgangsprodukt), Regionalität, Transportwege und benötigte Kühlketten berücksichtigt werden. Auch die nötige Landfläche ist einzubeziehen, wobei hier die Bodenqualität berücksichtigt werden muss. Einige Böden sind nur als Weidegrund, nicht aber für den Anbau von pflanzli-

Knusprige Maisflocken

Zutaten:

La Plata-Mais (94%), Zucker, Gerstenmalzextrakt, Speisesalz.

Produkt kann Spuren von Milch, Ei, Weizen, Erdnüssen und anderen Nüssen enthalten.

chen Lebensmitteln geeignet, so dass eine extensive Tierhaltung durchaus nachhaltig sein kann.

Soja beispielsweise wird bisher nur ganz wenig in Süddeutschland angebaut, 5 Mio. Tonnen jährlich werden importiert. Die CO₂-Freisetzung wäre bei 1 kg Hackfleisch achtmal höher als bei Tofu – wenn denn der lange Transport nicht wäre. So halbiert sich der Soja-Vorteil. Neue Soja-Sorten, die besser für unser Klima geeignet sind, könnten hier Abhilfe schaffen. Andererseits können aus 20 kg Sojabohnen 30 kg Tofu hergestellt werden, während man für 1 kg Schweinefleisch 4 kg Schrot (aus 5 kg Soja abzüglich ca. 1 kg Öl) bräuchte. Ein bekanntes Fleischersatzprodukt aus Soja ist TVP (*Textured Vegetable Protein*). Es besteht aus entfettetem Sojamehl oder Sojaproteinkonzentrat, welches unter hohem Druck bei hohen Temperaturen gepresst wird, wodurch es eine faserige Textur bekommt.

Seitan wiederum wird aus hiesigem Weizen hergestellt. Allerdings benötigt man für 1 kg Seitan 2,5 kg Weizen, die Herstellung ist also nicht sehr effizient. Die dabei anfallende Stärke kann aber natürlich auch noch genutzt werden. Was viele allerdings nicht wissen: Seitan ist nichts anderes als Gluten, könnte also dem einen oder anderen Probleme bereiten.

Positiv und ausbaufähig ist die Verwendung von **Lupine**. Die heute verwendeten einheimischen Blauen Süßlupinen (*Lupinus angustifolius*) sind anspruchslos hinsichtlich des Bodens und müssen nur zu Mehl verarbeitet werden. Im FRAUNHOFER-INSTITUT FÜR VERFAHRENSTECHNIK in Freising wird intensiv an neuen, gut zu vermarktenden Produkten gearbeitet. Bisher erhältlich ist Lupinen-Eis (s. **Knack•Punkt** 4/2011, S. 15), eine fettarme Leberwurst mit Lupinenprotein und vegane Lupinenfilets. Für die Filets wurde eine Lupinenpresse ent-

Kriterien für vegetarische Erzeugnisse

Jedes Produkt, das mit dem Europäischen V-Label gekennzeichnet ist, darf keine der folgenden Zutaten oder Verarbeitungshilfsstoffe enthalten:

- Tierfleisch (Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte)
- Zutaten, die aus Fleisch oder Knochen hergestellt werden (in Suppen, Saucen oder Zubereitungen)
- Tierische Fette (Ausnahme: Butterfett), Bratfette oder Margarine, die Fischöl oder ähnliche Produkte enthalten, z.B. in Kuchen, Aufläufen, Pasta, zum Backen und Braten, zum Einfetten der Backbleche und Büchsen oder irgendeiner anderen Verwendung
- Gelatine, Aspek, Geliermittel tierischer Herkunft
- Gelée Royale (spezielles Bienenprodukt)
- Andere Produkte, die Zutaten aus Schlachtabfällen enthalten

Honig ist erlaubt, allerdings nicht für Lebensmittel, die mit „vegan“ oder „rein pflanzlich“ gekennzeichnet sind. Nicht erlaubt sind Kälberlab für die Herstellung von Käse und Gelatine für Fruchtsäfte. Ebenfalls ausgeschlossen sind Produkte mit Eiern aus Käfighaltung und gentechnisch veränderte Produkte.

wickelt, die einem Fleischwolf ähnelt. Sie verleiht dem Lupinenmehl eine faserige und gleichzeitig saftige Fleischtextur mit einem Geschmack ähnlich Hühnchen. Lupinentofu schneidet aus Sicht der Vollwerternährung besser ab als Sojatofu. Außerdem enthalten Lupinenprodukte weniger blähende Substanzen als andere Hülsenfrüchte und sind dadurch besser verträglich. Wichtig: Lupine zählt ebenso wie Soja oder Nüsse zu den wichtigen Allergenen und ist kennzeichnungspflichtig.

Der VEGETARIERBUND DEUTSCHLAND (VEBU) hat 2011 gemeinsam mit GREENPEACE ÖSTERREICH eine Ökobilanz von zwei Fleischalternativprodukten durch das SUSTAINABLE EUROPEAN RESEARCH INSTITUT (SERI) berechnen lassen. Analysiert wurden Seitan und Sojagranulat hinsichtlich ihrer CO₂-Bilanz sowie ihres Flächen- und Wasserverbrauchs. Der VEBU dazu: *„Seitan, Tofu und Sojagranulat schneiden in allen getesteten Bereichen um Längen besser ab als Fleisch! Dass sich eine pflanzliche Ernährung positiv auf das Klima auswirkt, ist den meisten Menschen längst bekannt. Doch dass die Klimabilanz auch bei verarbeiteten Fleischalternativprodukten so viel besser gegenüber Fleisch ausfällt, hat selbst die Wissenschaftler überrascht.“*

Info-Tipps

- **Kochbücher im Test: Beim Essen das Klima schützen**

→ Knack•Punkt 1/2010, S. 6f

- **Kimaschutz beim Essen und Einkaufen**

→ www.vz-nrw.de/Ernaehrung-5

Die Ökobilanz von Seitan beruht allerdings auf Produktionsdaten, die die Firma TOPAS bereit gestellt hat. Die Daten für die Ökobilanz der Sojaextraktionsschrot-Produktion (bio/konventionell, Brasilien/EU/Österreich) stammen aus der Life-Cycle-Assessment-Datenbank ECOINVENT und (modifiziert) aus früheren SERI-Studien, die Daten für die weiteren Prozessschritte wurden vom Auftraggeber erhoben. Aber: Ein Vergleich zu Fleisch findet sich in beiden Studien nicht. Aufgrund unterschiedlicher Methodik insbesondere beim CO₂-Fußabdruck (s. Knack•Punkt 6/2010, S. 15ff) sind

die hier ermittelten Werte nicht ohne weiteres mit denen anderer Untersuchungen vergleichbar. Die beiden Studien können auf den Internetseiten des VEBU heruntergeladen werden.

Sind vegetarische Lebensmittel gesünder?

Grundsätzlich kommt es natürlich auch hier auf das Verständnis von vegetarisch und auf die verwendeten Zutaten an. Fleischlos ist auch ein zuckerstrotzendes Sojadessert, ein gelatinefreies Gummibärchen ist nicht weniger kariogen, Blätterteig und Mürbegebäck sind nicht frei von Transfettsäuren. Das Nährstoffspektrum (Vitamine, Mineralstoffe, Fettsäuren- und Aminosäuremuster) ist bei allen Fleischalternativen ein anderes als bei Fleisch, was aus gesundheitlicher Sicht ambivalent zu werten ist. Teilweise erfolgt deshalb zusätzlich eine Anreicherung mit Vitaminen, Mineralstoffen oder Ballaststoffen. Der Proteingehalt ist in etwa gleich, die Produkte sind alle cholesterinfrei.

In der Vollwerternährung werden Tofu, TVP und Seitan als „nicht empfehlenswert, nur selten verzehren“ eingestuft, was auch durch den hohen Herstellungsaufwand (s.o.) begründet ist. Quorn und Milchfleisch gelten dort als „nicht empfehlenswert, möglichst meiden“.

Prof. CLAUS LEITZMANN schreibt dazu Ende 2013 im UGB-FORUM: *„Fleischalternativen gelten als wertvolle Proteinlieferanten, die besonders von Vegetariern und Veganern konsumiert werden. In der vegetarischen Variante der Vollwerternährung wird der Proteinbedarf jedoch ausreichend mit gering verarbeiteten proteinhaltigen pflanzlichen Lebensmitteln gedeckt, wie verschiedenen Hülsenfrüchten, Vollkornprodukten, Nüssen, Gemüse und Kartoffeln.“*

Auch andere Produkte „für die optimale vegane Ernährung“ werden angereichert, um möglicherweise drohende Nährstoffdefizite aufzufangen, beispielsweise mit Eisen, Zink oder Omega-3-Fettsäuren. Hier ist ein besonders kritischer Blick auf die Zutatenliste erforderlich, um die Nährstoffquelle zu identifizieren. So ist zu klären, ob es sich um eine Anreicherung mit isolierten Nährstoffen handelt oder dafür besonders nähr-

stoffreiche Zutaten, z.B. Chia-Samen, verwendet wurden.

Wie vegetarisch sind Nahrungsergänzungsmittel?

Gerade Vegetariern wird (vor allem in der Werbung) oft empfohlen, sicherheitshalber zusätzlich Nahrungsergänzungsmittel einzunehmen. Dass diese nicht alle vegetarisch geschweige denn vegan sind, liegt auf der Hand. Man denke nur an Bienenprodukte wie Propolis und Gelée Royale, an Knochen-/Knorpel-/Gelenkprodukte aus Grünlippmuschel, Haifischknorpelextrakt oder Gelatine. Chitosan (Glucosamin, auch als Fettbinder eingesetzt) ist tierischer Herkunft (aus Chitin), Omega-3-Fettsäuren sind es meistens ebenfalls (in Form von Fischöl). Manch ein „veganes“ Eiweißpulver enthält Bakterien wie *Lactobacillus acidophilus La-14* oder einen Enzym-Mix unbekannter Herkunft.

Und selbst wenn es nur um Vitamine und Mineralstoffe geht, liegt der Teufel im Detail. In der Umhüllung bzw. im Trägerstoff können beispielsweise Gelatine, Laktose und Schellack zum Einsatz kommen oder die Zusatzstoffe Magnesiumstearat und Stearinsäure. Riboflavin (auch als Farbstoff) könnte tierischer Herkunft sein, verschiedene Vitamine und Mineralstoffe dürfen als Lactate oder Palmitate zur Anreicherung verwendet werden. Vitamin D wird in der Regel aus Lanolin (Wollfett) gewonnen. Veganes Vitamin D₃ stammt aus Flechten oder Pilzen. Häufiger wird als vegetarische Version das weniger wirksame Vitamin D₂ (Ergocalciferol) angeboten.

Die bioverfügbare Version des Vitamin B₁₂ ist entweder tierischer, meist aber bakterieller Herkunft. Diese gilt als vegan. Laut Gentechnik-Datenbank TRANSGEN ist davon auszugehen, dass B₁₂ in der Regel mit Hilfe gentechnisch veränderter Mikroorganismen hergestellt wird. Bei allen Vitaminen, die mikrobiell produziert werden, ist die Verwendung gentechnisch modifizierter Bakterien möglich. Eine solche Herstellung ist nicht kennzeichnungspflichtig. Um derartige Produkte zu vermeiden, muss auf das Biosiegel oder das Gentechnik frei-Siegel geachtet werden. (AC)

Quellen: S. 19

→ www.v-label.info

→ www.lebensmittelklarheit.de

Verbotene Importe: Softdrinks mit bromiertem Pflanzenöl

Die in den USA weit verbreiteten süßen, bunt gefärbten, aromatisierten Softdrinks sind auch in Deutschland z.B. in Tankstellen, Restaurants, Schnellimbissen sowie spezialisierten Lebensmittelgeschäften gut erhältlich. Aber: 83 % der aus Nordamerika nach Deutschland importierten Getränke (10 von 12) waren aufgrund der Verwendung unzulässiger Zusatzstoffe wie „bromiertem Pflanzenöl“ sowie aufgrund von Höchstmengenüberschreitungen in der EU nicht verkehrsfähig, wie jetzt das CHEMISCHE UND LEBENSMITTEL-UNTERSUCHUNGSAMT STUTTGART mitteilte.

Importierte Getränke enthielten häufig künstliche Azofarbstoffe wie Tartrazin und Allurarot AC, auf die in der EU inzwischen vielfach verzichtet wird. Werden sie verwendet, müssen die Produkte einen Warnhinweis tragen, da sie im Verdacht stehen, die Aktivität und Aufmerksamkeit von Kindern zu beeinträchtigen. Anstelle des bei uns üblichen Konservierungsstoffs Sorbinsäure wird meist Benzoesäure in höheren Mengen eingesetzt. So wurden bei importierten Getränken Überschreitungen der in der EU geltenden Höchstmenge für Benzoesäure festgestellt.

In manchen Zutatenverzeichnissen ist aber auch noch „bromiertes Pflanzenöl“ („*brominated vegetable oil*“) aufgeführt. Hierbei handelt es sich um ein Stoffgemisch, das als sogenanntes Beschwerungsmittel in Getränken zur Stabilisierung von aromawirksamen Substanzen wie Zitrusöl verwendet werden kann. Durch den Zusatz wird das Getränk zudem trüb, was Verbraucher oftmals mit einem gewissen Fruchtgehalt verbinden. In der EU ist bromiertes Pflanzenöl als Zusatzstoff für Lebensmittel nicht zugelassen und darf somit in Getränken, die in der EU in Verkehr gebracht werden, nicht enthalten sein. In den USA darf es seit 1977 mit einer vorläufigen Höchstmenge von 15 mg pro Liter eingesetzt werden. Einige der Getränke gab es auch in einer europäischen Variante, diese entsprechen den lebensmittelrechtlichen Vorgaben in der EU. Ein genauer Blick auf die Zutatenliste vor dem Kauf ist auf jeden Fall angebracht. Besondere Obacht sollte beim Kauf in Onlineshops gegeben werden.

Quelle: CVUA Stuttgart: Importierte Softdrinks – ein getrübtter Genuss. Bericht vom 07.03.14, www.cvuas.de/pub/beitrag.asp?subid=1&Thema_ID=2&ID=1850&lang=DE&Pdf=No.

Keine „Probiotik“ auf Babynahrung

Der Babynahrungshersteller MILUPA hat vor dem BUNDESGERICHTSHOF (BGH) gegen den Konkurrenten HIPP gewonnen (Az.: I ZR 178/12). Der von HIPP als Marke geschützte Begriff „Praebiotik + Probiotik“ darf nach diesem noch nicht rechtskräftigen Urteil nicht auf Babynahrung verwendet werden, selbst wenn nicht auf einen Nutzen für die Darmflora hingewiesen wird. HIPP hatte Babynahrung mit diesen Markenangaben und mit dem Hinweis verkauft, sie enthalte natürliche Milchsäurekulturen. Laut BGH handelt es sich um nicht zugelassene gesundheitsbezogene Angaben (s.a. **Knack•Punkt** 3/2013, S. 17).

Farbiges Licht gegen Schimmelpilze

Schimmelpilze produzieren unter bestimmten Umständen giftige Mykotoxine, wie Aflatoxine, Patulin, Fumonisine oder Ochratoxin. Bis heute gibt es keine umfassenden Konzepte, um die Belastung von Lebensmitteln durch Pilzgifte sicher zu vermeiden. Nach einer Schätzung der FAO sind bis zu 25 % der jährlichen Welternte durch Mykotoxine verunreinigt und müssen entsorgt werden. Wegen der großen Bedeutung der gefährlichen Toxine für die Gesundheit forscht das MAX RUBNER-INSTITUT intensiv an Möglichkeiten, die Belastung von Lebensmitteln mit Pilzgiften zu vermeiden. Dabei haben MRI-Wissenschaftler herausgefunden, dass Licht einer bestimmten Wellenlänge einen starken Einfluss auf das Wachstum von Schimmelpilzen und Bildung von Pilzgiften hat. In den Pilzgruppen *Fusarium*, *Aspergillus* und *Penicillium* konnten entsprechende Lichtrezeptoren nachgewiesen werden. Sichtbares Licht im blauen, weißen und roten Wellenlängenbereich stört den Lebensrhythmus von vielen Schimmelpilzen so nachhaltig, dass kein Pilzgift gebildet wird und im besten Fall sogar das Wachstum unterbleibt. Ochratoxin-Bildung lässt sich z.B. durch blaues Licht (450 nm) zu 80 % unterbinden, während gelbes und grünes Licht das Pilzwachstum fördert. Der Vorteil dieses Ansatzes: Licht im sichtbaren Wellenlängenbereich zerstört keine Vitamine oder Proteine im Lebensmittel, wie das bei Beleuchtung mit UV-Licht der Fall ist. Derzeit werden diese Erkenntnisse im Rahmen des EU-Projektes „*Novel strategies for world wide reduction of mycotoxins in foods and feed chain*“ (MycRed) intensiv in der praktischen Anwendung geprüft.

Quelle: www.mri.bund.de/no_cache/de/startseite/lichtschränke-gegen-pilzgifte.html [abgerufen am 06.03.14]

Öko-Verbände starten gemeinsames Kontrollverfahren für Tierwohl

Kurz nach Redaktionsschluss für den Artikel „*Tierschutz und Tiergesundheit: Verbesserungspotenzial in der ökologischen Tierhaltung*“ im letzten **Knack•Punkt** (Heft 1/2014, S. 14ff) teilten die Öko-Verbände BIOLAND, Demeter und NATURLAND mit, dass sie jetzt auch ein gemeinsames Kontrollverfahren für das Tierwohl einführen. Dafür hat eine eigens gebildete Arbeitsgemeinschaft in NRW gemeinsame Kriterien für die verschiedenen Tierarten entwickelt (Projekt TIERWOHL). Sie dienen dazu, die Tierhaltung in den fast 10.000 Mitgliedsbetrieben weiter zu verbessern und mögliche Schwachstellen abzustellen. Diese TIERWOHL-Checkliste wird künftig bei der jährlichen Öko-Kontrolle mit abgeprüft. Bei Abweichungen ist der Landwirt zu einer raschen Verbesserung angehalten, die durch Nachkontrolle sichergestellt wird. Mit diesem gemeinsamen Vorgehen soll die hohe Glaubwürdigkeit des ökologischen Landbaus mit seiner artgerechten Tierhaltung sichergestellt werden. Das gemeinsame Kontrollverfahren gilt ab sofort. Damit wurde aus der freiwilligen Maßnahme, die im August 2013 begann, zumindest für die unter diesen drei Labeln arbeitenden Landwirte, eine Verpflichtung.

Quelle: Gemeinsame Pressemeldung von Bioland, Demeter und Naturland vom 05.02.14

Provokante Werbung

Riskante Wachmacher

Koks Energy: „sofort voll drauf... verbotten geil!“, Energy XXL: „... länger wach bleiben, länger feiern“, Enexy® Power: „... macht die Nacht zum Tag!“, Effekt®: „Starthilfe in der Schule ...“, Coffaina: „Zu Risiken und Nebenwirkungen frag Deinen Dealer. ...“ – So und ähnlich animieren Anbieter im Internet vor allem junge Leute zum Kauf von Energy-Produkten.

Was steckt hinter diesen Werbeaussagen?

Die VERBRAUCHERZENTRALE HESSEN hat Internetseiten und Produktverpackungen von 21 Koffein und Guarana haltigen Energy-Produkte begutachtet, darunter Bonbons, Kaugummis, Getränkepulver und als Nahrungsergänzungsmittel deklarierte Gels und Kapseln. Auf den meist auf jugendlichen Lifestyle getrimmten, schwarz hinterlegten Webseiten versprechen die Anbieter lang anhaltende Energie, pure Power, mehr Leistungsfähigkeit und Konzentration – überall und sofort. Einige Hersteller versuchen ihre Produkte dadurch interessant zu machen, dass sie ihnen das Image illegaler Drogen verleihen. Das unterstreichen Produktnamen wie „Koks“ und „Coffaina“, Slogans wie „Ich habe den Schlaf getötet“, schwarze Produktverpackungen oder Angebotsformen wie weißes Pulver in Tütchen.

Die Inhaltsstoffe

Dabei enthalten die selbsternannten Wachmacher vor allem verschiedenste Süßungsmittel sowie viele Zusatzstoffe wie (Azo-)Farbstoffe, Säuerungsmittel, Säureregulatoren, Trennmittel, Stabilisatoren, Überzugs- und Antioxidationsmittel. Vielfach sind weitere für Energy-Drinks typische Stoffe wie



Taurin, Inosit und/oder Glucuronolacton, aber auch Pflanzenextrakte wie Menthol, Chili, Maca oder Ginseng enthalten. Einige sind zusätzlich mit B-Vitaminen angereichert.

Der Koffein-Gehalt ist meist nicht besonders hoch. Bei den meisten Produkten (n=14) enthalten normale Portionsgrößen (ein Riegel, eine Handvoll Bonbons, ein Tütchen Pulver pro Tag) maximal so viel Koffein wie eine Tasse Filterkaffee (75-150 mg pro 125 ml).

Die Risiken

Zehn von 15 Anbietern geben jedoch keine oder nur unklare Verzehrempfehlungen. Vorhandene Empfehlungen sind meist so klein gedruckt, dass sie nahezu unleserlich sind. Auch fehlen Warnhinweise vor möglichen Gesundheitsrisiken. Werden höher dosierte Koffeinkicks mit Energy-Getränken oder Alkohol gemischt und bei körperlichen Anstrengungen wie nächtelangem Tanzen oder beim Sport genommen, können Kreislaufprobleme bis hin zum Kollaps auftreten. Die kürzlich vorgestellte Studie des BUNDESINSTITUTS FÜR RISIKOBEWERTUNG zu den Risiken von Vieltrinkern von Energy-Drinks auf Festivals, in Diskotheken, auf LAN-Partys und bei Gamern bestätigt diese Risiken.

Auch zukünftige Warnhinweise nicht ausreichend

Die ab Dezember 2014 vorgeschriebenen Warnhinweise auf Koffein haltigen Lebensmitteln (s. Tab.1) sind unzureichend“, so ANDREA SCHAUFF von der VERBRAUCHERZENTRALE HESSEN: „Sie müssen um die Warnung vor Kombinationsrisiken mit Alkohol und körperlicher Anstrengung ergänzt werden und klare maximale Verzehrsempfehlungen enthalten. Auch diese Hinweise müssen deutlich sichtbar und gut lesbar auf der Vorderseite der Produkte stehen.“

Wichtig vor allem: Da immer mehr feste Koffein haltige Lebensmittel angeboten werden, sollte es nicht nur für Erfrischungsgetränke Koffein-Höchstmengen (320 mg/l lt. Anlage 8 Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkerverordnung – FrSaftErfrischGetrV) geben, sondern auch für feste Lebensmittel. Darüber hinaus fordert die VERBRAUCHERZENTRALE HESSEN ein Verkaufsverbot für hoch dosierte Produkte an Kinder und Jugendliche. (AC)

Quellen: Marktcheck der VZ Hessen, Stand: 07.02.14 ♦ Vieltrinker von Energy-Drinks ignorieren Muntermacher-Risiko, BfR-Pressemeldung 05/2014 vom 29.01.14 ♦ BfR: Anlassbezogene Befragung von Hochverzellern von Energy-Drinks. BfR-Wissenschaft 06/2013 ♦ Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to caffeine. EFSA Journal (2011): 9(4), 2054. doi:10.2903/j.efsa.2011.2054 www.verbraucher.de/marktcheck-energy-produkte

→ www.bfr.bund.de/de/presseinformation/2014/05/vieltrinker_von_energy_drinks_ignorieren_muntermacher_risiko-189098.html

Die EFSA sah es bereits 2011 als nachgewiesen an, dass Koffein in einer Menge von mindestens 75 mg pro Portion zu einer Steigerung der geistigen und physischen Leistung sowie von Wachheit und Aufmerksamkeit führt. Eine Werbeaussage (Health claim) wurde u.a. aufgrund der gesundheitlichen Problematik bisher nicht zugelassen.

4. Getränke mit erhöhtem Koffeingehalt oder Lebensmittel mit Zusatz von Koffein	
4.1. Getränke (mit Ausnahme von Kaffee, Tee oder solchen bei denen der Begriff „Kaffee“ oder „Tee“ in der Bezeichnung vorkommt), die zur Aufnahme in unverarbeitetem Zustand bestimmt sind und mehr als 150 mg Koffein pro Liter (auch bei Herstellung aus Konzentrat oder Trockenpulver) enthalten	Der Hinweis „Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“ muss zusammen mit der Mengenangabe in mg Koffein je 100 ml im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung des Getränks erscheinen
4.2. Andere Lebensmittel als Getränke, denen zu physiologischen Zwecken Koffein zugesetzt wird.	Der Hinweis „Enthält Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen“ muss im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung des Lebensmittels erscheinen, gefolgt vom Koffeingehalt in mg je 100 g/ml. Bei Nahrungsergänzungsmitteln ist der Koffeingehalt pro empfohlener täglicher Verzehrsmenge anzugeben.

Tab. 1: LMIV, Anhang III: Lebensmittel, deren Kennzeichnung eine oder mehrere zusätzliche Angaben enthalten muss

Breite Ablehnung

Private Muttermilchbörsen – viel zu großes Gesundheitsrisiko

Die eine Mutter hat reichlich Milch zu bieten, bei einer anderen Mutter klappt es nicht so recht mit dem Stillen. Dabei heißt doch die aktuelle, allererste Ernährungsempfehlung für den Säugling Muttermilch bzw. Stillen. Das bietet Vorteile wie eine bedarfsgerechte Nährstoffzufuhr, eine Verminderung des Risikos für Infektionen beim gestillten Säugling sowie eine Risikoreduktion für Übergewicht und Adipositas und eine bessere kognitive Entwicklung. Das hat dazu geführt, dass sich derzeit weltweit (kommerzielle) Muttermilchbörsen im Internet zu etablieren versuchen, so jetzt auch in Deutschland.

Preis liegt bei etwa 4-5 € pro 100 ml Muttermilch.

Die NATIONALE STILLKOMMISSION lehnt die Abgabe von Muttermilch über private oder andere Börsen oder Vermittlungsstellen aus hygienischen Gründen ab. Ausdrücklich ausgenommen von dieser Warnung sind die an deutschen Kinderkliniken etablierten Frauenmilchsammelstellen.

Traditionelle Muttermilchbanken wurden eingestellt

Muttermilchbanken haben eine lange Tradition. 1959 gab es in Deutschland noch 86 davon, 62 in der DDR, 24 in der Bundesrepublik.

Milchbanken ab den 1970er Jahren flächendeckend eingestellt. Bis 1989 wurden sämtliche Muttermilchbanken in West-Deutschland geschlossen, in der DDR gab es zu diesem Zeitpunkt noch 60 – staatlich verordnet in jeder Stadt mit über 50.000 Einwohnern –, die pro Jahr 200.000 Liter gespendeter Frauenmilch einsammelten.

Derzeit gibt es in den ostdeutschen Bundesländern noch zwölf solcher Muttermilchbanken, z.B. an der Berliner CHARITÉ, in Frankfurt/Oder, Eisenach, Cottbus und Leipzig. Aufgrund der guten Erfolge bei Frühgeborenen gibt es seit 2012 wieder eine erste Sammelstelle am Klinikum der UNIVERSITÄT MÜNCHEN. Weitere Sammelstellen wären zur optimalen Versorgung von Frühgeborenen sicher wünschenswert, private Börsen im Internet sind jedoch nicht der richtige Weg.

Keine Vorteile für fremde Muttermilch

Aufgrund ihrer speziellen, individuellen Zusammensetzung ist Muttermilch natürlich die erste Wahl für die Ernährung des eigenen Säuglings. Wenn nicht selber gestillt werden kann, bietet fremde Muttermilch für gesunde Säuglinge aber wenig Vorteile. Der Infektionsschutz besteht nicht gegen die im eigenen Haushalt befindlichen Erreger und es ist vor allem das Stillen als solches, welches langfristig positive Wirkungen zeigt.

Ganz im Gegenteil ist die Verwendung fremder, nicht umfassend kontrollierter menschlicher Muttermilch mit hohen Risiken verbunden. Das betrifft nicht nur das Infektionsrisiko, sondern auch Schadstoffe und Wirkstoffe aus Medikamenten, die von der Spenderin eingenommen wurden. Je nach Wirkstoff und Dosierung können dadurch nach Angaben der

Gefahr aus dem Internet

In den USA gibt es schon eine ganze Weile private Muttermilchbörsen im Internet. Bereits 2011 fand man mehr als 13.000 Postings auf entsprechenden US-amerikanischen Websites. Da Milch leicht verderblich ist und ein guter Nährboden für Bakterien, ist die Gefahr, dass Muttermilch beim Versand verdirbt, recht hoch. Tatsächlich hat eine Untersuchung des NATIONWIDE CHILDREN'S HOSPITAL in Columbus/Ohio ergeben, dass 74 % der anonym im Internet geordneten Milchproben so stark mit Bakterien kontaminiert waren, dass sie nach den Kriterien der HUMAN MILK BANKING ASSOCIATION OF NORTH AMERICA nicht für den Verzehr geeignet waren. Zwei Drittel enthielten Staphylokokken, ein Drittel Streptokokken, und in drei Milchproben wurden Salmonellen nachgewiesen. Sogar Coli-Erreger wurden in den Milchproben, die nicht pasteurisiert und in den meisten Fällen auch ungekühlt verschickt wurden, gefunden.

Quelle: Study Shows Buying Breast Milk Online is Likely to Cause Illness in Infants. Pressemeldung des Nationwide Children's Hospital vom 21.10.13

Nach einer aktuellen Stellungnahme der NATIONALEN STILLKOMMISSION am BUNDEINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG ist die Abgabe oder der Verkauf von Muttermilch mit einer Blutspende vergleichbar und muss deswegen ähnlich streng kontrolliert werden. Bei den Muttermilchbörsen geben die Milchspenderinnen zwar detailliert Auskunft über ihre Lebens-, Ess- und Trinkgewohnheiten, geprüft wird das aber nicht. Auch gibt es keine Untersuchungen der Muttermilch auf eventuelle übertragbare Krankheiten wie Aids oder Hepatitis. Auch die Aussagen zu den hygienischen Bedingungen der Milchgewinnung, Haltbarmachung (Tiefkühlen) und des Versands entziehen sich jeglicher Kontrolle. Der

Seit man jedoch weiß, dass Infektionskrankheiten wie Aids oder Hepatitis auch über Muttermilch übertragen werden können, wurde der Betrieb von

Muttermilchbanken in Nachbarländern

Im Mai 2011 wurde in den **Niederlanden** die holländische Milchbank am VU UNIVERSITY MEDICAL CENTER in Amsterdam eröffnet. Zurzeit wird die Milch ausschließlich an Säuglinge mit einem Geburtsgewicht unter 1.500 Gramm im Rahmen einer multizentrischen Doppelblindstudie zum Vergleich von Spendermilch mit Fertignahrung abgegeben. Inzwischen gibt es fünf Banken in vier Städten (Amsterdam, Groningen, Nijmegen, Rotterdam). **Belgien** hat vier Frauenmilchbanken, zwei in Brüssel, je eine in Lüttich und Rocourt, jedoch keine nationale Organisation. **Frankreich** ist in dieser Beziehung schon sehr viel weiter. Milchbanken gibt es dort gesetzlich geregelt seit Ende des zweiten Weltkriegs. Die Spendermilch wird dort alle drei Monate serologisch getestet.

Quelle: www.europeanmilkbanking.com [abgerufen am 19.02.13]

DEUTSCHEN GESELLSCHAFT FÜR KINDER- UND JUGENDMEDIZIN beim Säugling gesundheitliche Probleme wie beispielsweise Atempausen oder lebenslang bestehende Organschäden verursacht werden.

Nach den „Aktualisierten Handlungsempfehlungen Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter“ des Netzwerks GESUND INS LEBEN – NETZWERK JUNGE FAMILIE kann gesunden Säuglingen bedenkenlos industriell hergestellte Säuglingsanfangsnahrung (Pre- oder 1-Nahrungen) – genau nach Anweisung zubereitet – gefüttert werden.

Anders sieht es bei Frühgeborenen mit einem geringen Geburtsgewicht aus, da Muttermilch die Reifung des Verdauungs- und des Nervensystems fördert. Für diese Fälle gibt es eben die speziellen, an Kliniken angesiedelten Muttermilchbanken. Hier

werden mit aufwändigen Kontrollen die notwendigen Sicherheitsaspekte berücksichtigt und sichere humane Spendermilch besonders für Risikoneugeborene zur Verfügung gestellt. Den Empfängern entstehen dafür kein zusätzliche Kosten. Die Adressen der an Kinderkliniken eingerichteten Frauenmilchsammelstellen sind im Internet zu finden. (AC)

Quellen: *Gesundheitliche Risiken des privaten Austauschs von Muttermilch. Stellungnahme der Nationalen Stillkommission vom 18.02.14* ♦ Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin: *Ernährungskommission warnt vor der Verwendung unzureichend geprüfter Muttermilch von Spenderinnen. PM vom 01.02.14* ♦ *Kontaminierte Brustmilch von Internet-Ammen. aerzteblatt.de vom 23.10.13* ♦ Koletzko B et al. (2010): *Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter. Handlungsempfehlungen – Ein Konsensuspapier im Auftrag des bundesweiten Netzwerk Junge Familie. Monatsschr Kinderheilkd 158: 679–89*



→ www.europeanmilkbanking.com/germany.html

→ www.bfr.bund.de/cm/343/gesundheitsliche-risiken-des-privaten-austauschs-von-muttermilch.pdf

→ http://shop.aid.de/_assets/downloads_free/3291_2013_saeuglingernaehrun_g_xooo.pdf

Recht und Gesetz

Aktuelle Gesetzesänderungen

Fristverlängerung für Bio-Aquakulturen und Bio-Meeresalgenproduktionseinheiten

Mit der Durchführungsverordnung (EU) Nr. 1030/2013 vom 24.10.2013 wurde die Übergangszeit für die Anpassung von ökologischen Aquakultur- und Meeresalgenproduktionen, die schon vor 2009 bestanden, auf den 1. Januar 2015 verlängert.

Der längere Übergangszeitraum wurde nötig, da sieben Mitgliedstaaten eine Überarbeitung der Vorschriften für Erzeugnisse, Stoffe und Techniken, die in der ökologischen Aquakulturproduktion verwendet werden dürfen, beantragt haben. Diese Anträge werden zur Zeit von einer Sachverständigengruppe bewertet.

Um genug Zeit für die Prüfung dieses relativ neuen technisch komplexen Gebietes zu haben, wurde die Übergangszeit um 18 Monate verlängert. Artikel 95 Absatz 11 der Öko-Verordnung (VO (EU) 889/2008) wurde entsprechend geändert.

→ www.aquakulturinfo.de

Hahnenkammextrakt als neuartige Zutat

Ende November 2013 wurde von der EU die Genehmigung erteilt, Hahnenkammextrakt als neuartige Lebensmittelzutat für Getränke auf Milchbasis (bis zu 40 mg pro 100 g/ml), fermentierte Getränke auf Milchbasis (bis 80 mg), jogurtartige Erzeugnisse (bis 65 mg) und *Fromage frais* (bis 110 mg) zu verwenden. Es handelt sich dabei um ein weißes Pulver, welches die Glycosaminoglycane Hyaluronsäure (60-80 %), Chondroitinsulfat A (max. 5 %) und Dermatansulfat (Chondroitinsulfat B) enthält. Die Bezeichnung in der Zutatenliste lautet „Hahnenkammextrakt“ oder „Jung-hahnenkammextrakt“

Aluminiumhaltige Zusatzstoffe werden beschränkt

Ab 1. August 2014 ist die Verwendung aluminiumhaltiger Farbstoffe wie Karmin (E120), Chinolingelb (E 104), Cochenillerot A (E 124) und Gelborange S (E 110) sowie Aluminium (E 173) für bestimmte Lebensmittel innerhalb

der EU verboten bzw. nur noch eingeschränkt möglich. Grund dafür sind mögliche Gesundheitsrisiken, die aus der Aluminiumaufnahme aus Lebensmitteln resultieren könnten. Bereits 2008 hatte die EUROPÄISCHE BEHÖRDE FÜR LEBENSMITTELSICHERHEIT (EFSA) die tolerierbare wöchentliche Aufnahmemenge (TWI) von Aluminium auf 1 mg/kg Körpergewicht reduziert. Dieser TWI wird insbesondere von Kindern in weiten Teilen der EU überschritten. Daher wurden die für aluminiumhaltige Lebensmittelzusatzstoffe geltenden Verwendungsbedingungen und -mengen geändert (VO (EU) 380/2012). Bisher durften aluminiumhaltige Zusatzstoffe in sehr hohen zulässigen Höchstmengen oder *quantum satis* eingesetzt werden. Das völlige Verbot betrifft Calciumaluminiumsilicat (E 556) und Aluminiumsilicat (Kaolin) (E 559) (seit 31. Januar 2014) sowie Bentonit (E 558, seit 31. Mai 2013).

FAQs rund um eine mögliche Gesundheitsgefährdung durch Aluminium gibt es auf den Internetseiten des BUNDESINSTITUTS FÜR RISIKOBEWERTUNG. (AC)

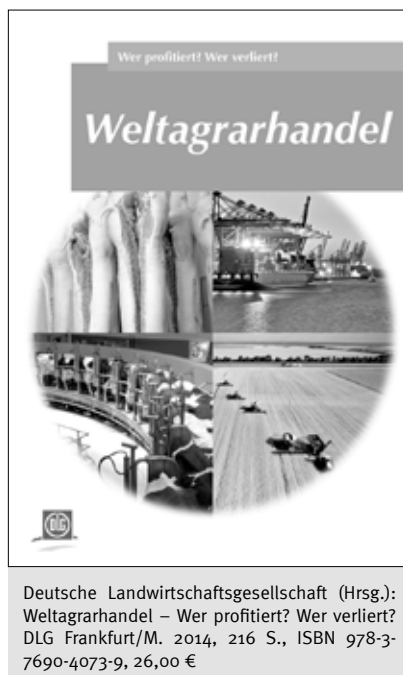
→ www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_aluminium_in_lebensmitteln_und_verbrauchernahen_produkten-189498.html

DLG e.V. (Hrsg.)

Weltagrarhandel: Wer profitiert? Wer verliert?

Das Buch dokumentiert die Beiträge renommierter Autoren zur DLG-Wintertagung im Januar 2014 in München. Dabei wird die Rolle des weltweiten Agrarhandels unter drei Aspekten – Teilhabe am Wohlstand, fairer Wettbewerb und Ernährungssicherung – kontrovers diskutiert. In den Kapiteln werden Trends und Herausforderungen der globalen Landwirtschaft skizziert und die weitere Entwicklung des Weltagrarhandels sowohl für Entwicklungsländer als auch für Industriestaaten dargestellt. Aber es geht nicht nur um Agrarprodukte, sondern auch darum welche Standorte zukünftig im globalen Wettbewerb eine Rolle spielen – auch vor dem Hintergrund der Ernährungssicherung einer wachsenden Weltbevölkerung.

Einige Beiträge setzten sich mit der Rolle der „Big Player“ im internati-



onalen Agrarhandel und der ethischen Frage von Hunger und Ernährungssicherheit auseinander, diskutieren

welchen Beitrag der Weltagrarhandel leisten kann und wie knappe Angebote bei Agrarprodukten in verschiedenen Regionen ausgeglichen werden können.

Anhand der beiden Fallbeispiele Schweinehaltung und EU-Milchmarkt werden Chancen und Risiken im zukünftigen internationalen Wettbewerb aufgezeigt. Es werden die Folgen von Handelsbeschränkungen und dem geplanten EU-US-Freihandelsabkommen beleuchtet, ebenso die Bedeutung des Nord-Süd-Handels. Trends und Prognosen werden von Agrarexperten skizziert und bewertet. Allerdings werden dabei Standards in den Bereichen Umwelt-, Arten- und Tierschutz, Verbraucherschutz und Arbeitsschutz sowie ländliche Entwicklung und standortgerechte Landnutzung wenig thematisiert. Insgesamt ist das Buch ein aufschlussreiches Werk für alle, die sich mit Weltagrarhandel und globaler Landwirtschaft beschäftigen. (WF)

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Statistisches Jahrbuch Ernährung, Landwirtschaft und Forsten 2013

Wie viel Früchte verzehren die Bundesbürger, welche Ernährungsgüter werden jedes Jahr impor-



tiert, wie viele Unternehmen nutzen das Biosiegel? Die umfangreiche Datensammlung schafft einen Einblick in alle Bereiche der Land-, Forst- und Ernährungswirtschaft in Deutschland und der EU. Erstmals wurden Ergebnisse des Nationalen Ernährungs-Monitorings sowie Daten zur Aquakultur-Erzeugung aufgenommen. In 522 Tabellen, davon 73 über die EU-Mitgliedstaaten, werden Eckdaten und Kennzahlen der verschiedenen Branchen dargestellt. Ausgewählte Tabellen sind auch im Internet www.bmel-statistik.de veröffentlicht. (AC)

E. Leistner, S.-W. Breckle

Pharmazeutische Biologie kompakt

Der „Leistner/Breckle“ begleitet Studierende der Pharmazie seit über 30 Jahren. Sämtliche Inhalte in der erneut erweiterten achten Auflage wurden durch ein größeres Autorenteam überarbeitet und didaktisch konzipiert. Mit farbiger Gestaltung und graphischer Elemente wird der Text gut gegliedert, Lernhilfen erleichtern die Erarbeitung des Stoffes. Neben den

Grundlagen der pharmazeutischen Biologie enthält es jetzt auch Themen der Humanbiologie. Das Buch ist auch für alle diejenigen von Interesse, die sich mit Pflanzenstoffen (*Botanicals*) und den biochemischen Abläufen im Körper bei deren Konsum beschäftigen müssen. (AC)



C. Boss-Teichmann, M. Mott,
M. van Koeverden-Göbel

Landfrauen-KÜCHE – Die besten Rezepte für jede Jahreszeit

Landfrauenküche – das sind nicht nur deftige Hausmannskost und bodenständige Gerichte oder Zutaten aus eigenem Anbau. Dieses Buch hat noch viel mehr zu bieten: über 100 leichte, überraschende und raffinierte Rezepte für Suppen, Salate, Vorspeisen, Hauptgerichte, Desserts

len exemplarisch vor, wie sie ihre besondere Nische gefunden haben. Ein Hof konzentriert sich auf Ackerbau, Gemüse und Obst, betreibt daneben eine Direktvermarktung. Ein anderer setzt auf Bio-Landwirtschaft und bearbeitet die gesamte Wertschöpfungskette vom Futtermittelanbau bis hin zur eigenen Wurstproduktion. Ein dritter Hof widmet sich dem Erhalt alter Nutztierassen und züchtet vom Aussterben bedrohte Schweine- und Geflügelrassen.

Ein Kochbuch, welches nicht nur Rezepte und die Leidenschaft für das



und Kuchen passend zur jeweiligen Jahreszeit, ein großer Teil der Vor- und Hauptspeisen ohne Fleisch, viele persönliche Tipps, anschauliche Fotos vieler Rezepte und Variationsvorschläge. Auch Spezialitäten anderer Länder – wie die traditionelle Lasagne oder eine elegante Tarte – finden mit regionalen Abwandlungen ihren Platz. Die Rezepte sind nach Jahreszeiten sortiert, enthalten für jede Jahreszeit auch einen Menü- oder einen Büffet-Vorschlag. Alle Rezepte sind mit Nährwertangaben versehen und stammen aus dem Fundus der beiden Landfrauen M. MOTT und M. VAN KOEVERDEN-GÖBEL.

Darüber hinaus gibt es einen umfangreichen Informationsteil (30 Seiten) zu Lebensmitteln der Saison, zum Einkauf (mit Infos zu Gütesiegeln bei landwirtschaftlichen Produkten), zur Lagerung, Saisonkalender zu heimischem Gemüse und Obst. Was dieses Buch noch besonders macht sind die Hof-Informationen. Drei Höfe stel-

kochen, sondern gleichzeitig auch die Leidenschaft für natürliche Lebensmittel und deren Produktion vermittelt. (AC)



Claudia Boss-Teichmann, Monika Mott, Marita van Koeverden-Göbel: Landfrauen-Küche. Verbraucherzentrale NRW: 2014, 176 S., 19,90 €, → www.vz-nrw.de/ratgeber

„Ein besonderes Lebensmittel: Flaschenwasser versus Leitungswasser“, S. 6

Evers KW (2009): Wasser als Lebensmittel: Trinkwasser, Mineralwasser, Quellwasser, Tafelwasser. Behr's Verlag DE, Hamburg • Klümper TH et al., (2000): DVGW Lehr- und Handbuch Wasserversorgung. Band 4: Wasserverwendung – Trinkwasser-Installation. Oldenbourg Verlag, München • Mutschmann J et al. (2007): Taschenbuch der Wasserversorgung. Vieweg+Teubner Verlag, Wiesbaden • Naderer G, Balzer E (2011): Qualitative Marktforschung in Theorie und Praxis. Grundlagen – Methoden – Anwendungen. 2. Aufl. Gabler Verlag, Wiesbaden • VZ NRW (2005): Durstlöscher Wasser. Aus der Leitung oder Flasche? Akt. Aufl. Verbraucherzentrale NRW, Düsseldorf • Barmer (2012): Wasser ist gesund. www.barmer-gek.de/barmer/web/Portale/Versicherte/Rundumgutversichert/Infotext/Broschueren__und__Downloads/PDFs__Bilder__Broschueren__und__Downloads/Downloads/broschueren/ALLE__broschueren__neue_20Kategorien/Wasser_20ist_20gesund,property=Data.pdf [abgerufen 04.09.13] • Berliner Wasserbetriebe (o.J.): Wasserbedarf des Körpers. www.bwb.de/content/language1/html/1168.php [abgerufen 13.08.13] • GDB – Genossenschaft Deutscher Brunnen (2011): Marke und Designklassiker – die Perlenflasche. www.gdb.de/perlenflasche/designklassiker [abgerufen 18.07.2013] • www.forum-trinkwasser.de/service/aktuelles/artikel/150/Die_meisten_Bundesba%C3%BCrger_trinken_t%C3%A4glich.html [abgerufen 17.08.13] • Kraneberger (2013): Trinken statt Tragen. www.kraneberger.com/start [abgerufen 12.08.13] • LANUV NRW (2012): Trinkwasser. www.lanuv.nrw.de/wasser/versorger/trinkwasser.htm [abgerufen 28.05.2013] • Nestlé Waters (o.J.): Marketingvisionen und -strategien. Strategie-Entwicklung Nestlé Waters. http://marketing-netzwerk-rosenheim.de/pdf/nestle_water.pdf [abgerufen 17.08.13] • Simon V (2010): Mineralwasser oder Leitungswasser? www.sueddeutsche.de/muenchen/hahn-oder-flasche-mineralwasser-oder-leitungswasser-1.742606 [abgerufen 13.08.13]

„Trend-Lebensmittel unter der Lupe:

Vegetarisch – vegan – rein pflanzlich“, S. 10ff

Seitan, Soja und Heuschrecke – Fleischersatz im Test. Faszination Wissen, Sendung vom 07.01.14, www.br.de/fernsehen/bayerisches-fernsehen/sendungen/faszination-wissen/vegetarisch-tofu-seitan-lupine100.html • Stragies S (2013): Deutsche Bahn: Vegan an Bord. PM VEBU vom 11.12.13 • <https://vebu.de/lifestyle/essen-a-trinken/v-label> [abgerufen 12.02.14] • CVUAS: Vegetarische Würste – von Fleisch keine Spur? Meldung vom 30.01.14, www.cvuas.de/pub/beitrag.asp?subid=1&Thema_ID=2&ID=1835 • www.europarl.europa.eu/article42/en/article42.html [abgerufen 28.03.14] • Mehr Klarheit bei vegetarischen Lebensmitteln. VEBU und vzbv fordern europaweit einheitliche Kennzeichnung vegetarischer und veganer Lebensmittel. PM vzbv vom 20.01.14, www.vzbv.de/12739.htm • www.prolupin.de [abgerufen 26.02.14] • Leitzmann C (2013): Fleischersatz – rein pflanzlich. ugb-forum (6): 296-9 • <https://vebu.de/aktuelles/news/1121-95-prozent-weniger-klimagase-durch-fleischalternativen>, Stand: 02.12.11 [abgerufen 26.02.14]

Abbildungsnachweis

Titelbild: Corinna Dumat / pixelio.de
S. 5, 10: Angela Clausen
S. 7: Verbraucherzentrale NRW, BMEL
S. 8: Verbraucherzentrale NRW
S. 9: Jeger / pixelio.de
S. 15: Verbraucherzentrale Hessen
S. 17: Hilde Vogtländer / pixelio.de



Termine

• **Kulmbach** • 6.-8. Mai 2014 – 49. „Kulmbacher Woche“ des Max Rubner-Instituts – www.mri.bund.de/no_cache/de/startseite/49-kulmbacher-woche.html
• **Hannover** • 12./13. Mai 2014 – 19. Deutscher Präventionstag: Prävention braucht Praxis, Politik und Wissenschaft – www.praeventionstag.de • **Köln** • 16./17. Mai 2014 – Allergien im Kindesalter – www.daab.de/fileadmin/medien/pdf/Netzwerke/DAAB-Fortbildungen_2014.pdf • **Gießen** • 16./17. Mai 2014 – ugb-Tagung „Ernährung aktuell“ – www.ugb.de/tagungen-symposien/tagung2014
• **Berlin** • 20. Mai 2014 – BfR-Workshop: Produktschutz für sichere Lebensmittel – www.bfr.bund.de/de/veranstaltung/bfr_workshop_produktschutz_fuer_sichere_lebensmittel-189486.html • **Kiel** • 20./21. Mai 2014 – 3rd Kiel Food Science Symposium – www.mri.bund.de/no_cache/de/startseite/kfss14.html
• **Aachen** • 21. Mai 2014 – „Saubere speisen in der Schule“ – Hygienemanagement in der Schulverpflegung – www.schulverpflegung.nrw.de/termine • **Bonn** • 21. Juni 2014 – Deutscher Lebensmittelallergie-Tag – www.daab.de • **Kiel** • 26. Juni 2014 – Hält länger, ist gesünder, schmeckt intensiver – Lebensmittel-technologische Verfahren wissenschaftlich beleuchtet – www.dge-sh.de/seminare-fuer-ernaehrungsfachkraefte/events/haelt-laenger-ist-gesuender-schmeckt-intensiver-lebensmitteltechnologische-verfahren-wissenschaftlich-beleuchtet.html • **Ludwigsburg** • 26.-28. Juni 2014 – VDOE-Jahrestagung „Ernährung 2014 – Ernährungsmedizin ist Partnerschaft“ – www.vdoe.de/jahrestagung.html • **Stuttgart** • 21. Juli 2014 – Kongress „Den Essalltag von morgen gestalten: Herausforderungen für die Außer-Haus-Verpflegung“ – www.alr-bw.de
• **Aachen** • 19.-21. September 2014 – 22. Aachener Diätetik Fortbildung – www.vfed.de • **Bonn** • 23./24. September 2014 – Arbeitstagung der DGE „Ernährungsbildung“ – www.dge.de/modules.php?name=Kalender&op=view&eid=849
• **Edertal** • 26.-28. September 2014 – Sporternährung in Theorie und Praxis – www.ugb.de/seminare/fortbildungen/sporternaehrung • **Karlsruhe** • 6.-8. Oktober 2014 – Max Rubner Conference 2014: Enzymes in Food Processing – www.mri.bund.de/no_cache/de/aktuelles/termine/termine-infoseite-neu/Termine/enzymes-in-food-processing.html • **Dortmund** • 10. Oktober 2014 – Mittagessen in der Schule – Auch kalte Kost macht satt – www.fke-do-gmbh.de • **Bonn** • 15./16. Oktober 2014 – Innovationstage 2014 der BLE – www.innovationstage.ble.de

Die Partner der Arbeitsgemeinschaft „Kooperation Verbraucherinformation im Ernährungsbereich in Nordrhein-Westfalen“ im Internet:

- AOK Nordwest → www.aok.de/nordwest
- AOK Rheinland/Hamburg → www.aok.de/rheinland-hamburg
- Landesvereinigung der Milchwirtschaft NRW e.V. → www.milch-nrw.de
- Landwirtschaftskammer NRW → www.landwirtschaftskammer.de
- Rheinischer LandFrauenverband e.V. → www.rheinische-landfrauen.de
- Westfälisch-Lippischer Landfrauenverband e.V. → www.wllv.de
- STADT UND LAND e.V. → www.stadtundland-nrw.de
- Universität Paderborn, Ernährung und Verbraucherbildung → <http://dsd.uni-paderborn.de>
- Verbraucherzentrale NRW e.V. → www.verbraucherzentrale-nrw.de

Internet

World Wide Web

Interessantes im Netz

Stellungnahme UGB: Vegetarier häufiger krank?

www.ugb.de/stellungnahme-vegetarier



BfR: Gesundheitliche Beeinträchtigungen durch Guduchi-Kräutertees
www.bfr.bund.de/cm/343/gesundheitsliche-beeintraechtigungen-durch-guduchi-kraeutertees-sind-moeglich-datenlage-aber-noch-unzureichend.pdf



BfR: FAQs zu Aluminium in Lebensmitteln und verbrauchernahen Produkten
www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_aluminium_in_lebensmitteln_und_verbrauchernahen_produkten-189498.html



IGB: Wissensportal zur Aquakultur
www.aquakulturinfo.de



Greenpeace: Neuer Fischratgeber, auch für Smartphones
www.greenpeace.de/themen/meere/fischerei/neuer-einkaufsratgeber-fisch



Neuer Webauftritt des Arbeitskreis Jodmangel
www.jodmangel.de



Ab sofort steht Heft 2/2013 zum kostenlosen Download zur Verfügung. Nutzen Sie den folgenden Link oder den abgedruckten QR-Code:
→ www.vz-nrw.de/knackpunkt_2_2013

