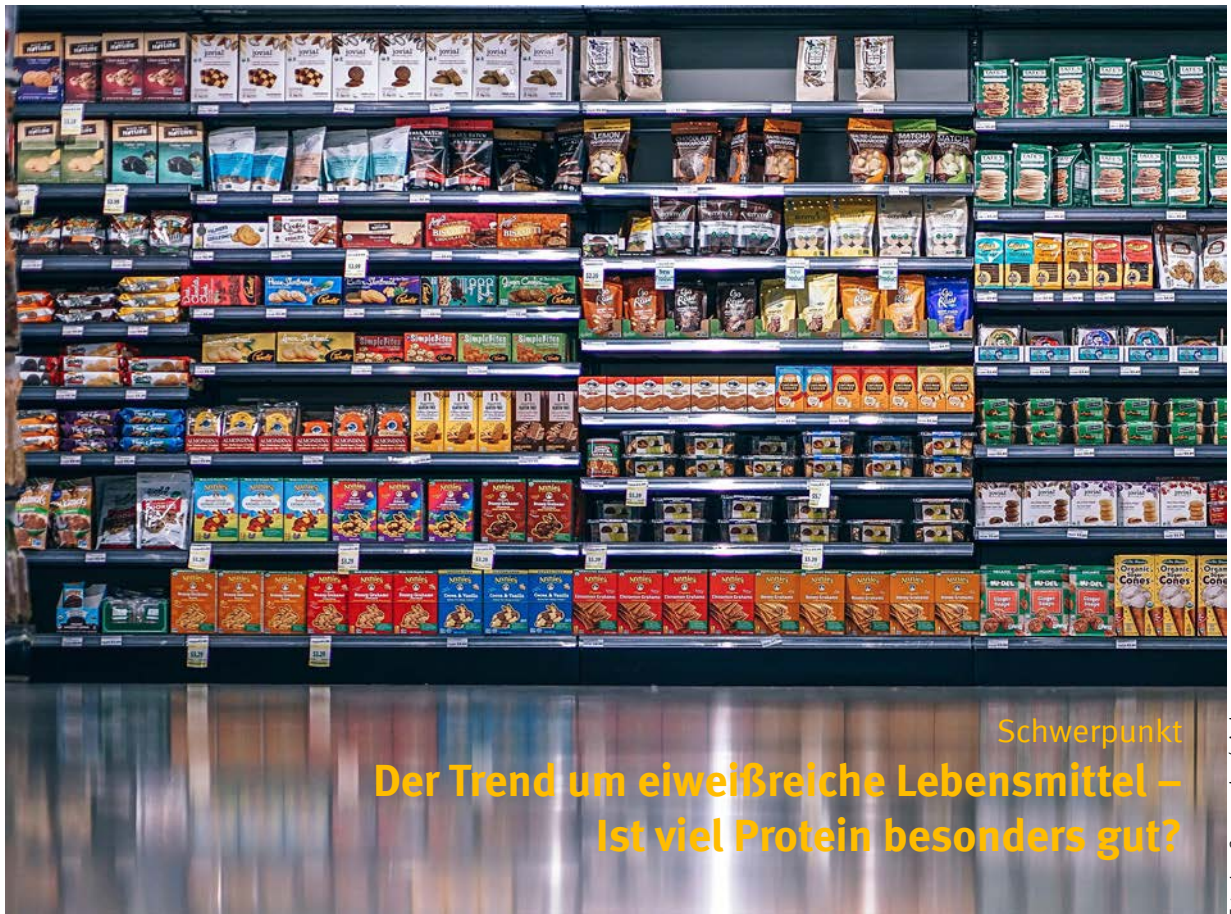


# Knack•Punkt

Aktuelles für Multiplikatoren im Bereich Ernährung



Schwerpunkt  
Der Trend um eiweißreiche Lebensmittel –  
Ist viel Protein besonders gut?

Foto: Igor Ovsyannykov / pixabay.com

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

**Cremig und doch rein pflanzlich – Veganes Eis**

**Steigende Lebensmittelpreise und Mitnahmeeffekte**

Aktionen und Projekte

**Ökologische Lebensmittelverarbeitung aus Sicht der Verbraucherschaft**

Fragen aus der Beratung

**Warum sollte man Honiggläser ausspülen, bevor sie im Altglas landen?**

Recht und Gesetz

**EU-Referenzzentrum für eCommerce-Kontrolle schaffen**

**Lebensmittel im Visier der organisierten Kriminalität**

Seite	
<b>3</b>	<b>Editorial</b>
	<b>Kurzmeldungen</b>
3	Neue Empfehlung des NICE: Taille schlanker als halbe Körpergröße
3	Zwei Jahre „dgh for future“ – Tipps für Nachhaltigkeit im Alltag
	<b>Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen</b>
4	Fleischverzicht wegen Tierwohl und Gesundheit, nicht aber der Umwelt zuliebe?
4	NRW-Milchmarkt: Geringere Mengen, höhere Exporte, steigende Preise
4	Wirklich besser? Coffee-to-go-Becher zum Aufessen
5	Cremig und doch rein pflanzlich – Veganes Eis
6	Ein Türöffner für mehr Nachhaltigkeit in der Kommune
7	Steigende Lebensmittelpreise und Mitnahmeeffekte
	<b>Aktionen und Projekte</b>
8	Ökologische Lebensmittelverarbeitung aus Sicht der Verbraucherschaft
	<b>Fragen aus der Beratung</b>
9	Warum sollte man Honiggläser ausspülen, bevor sie im Altglas landen?
	<b>Schwerpunkt</b>
10	Ist viel Protein besonders gut?
	<b>Aus Wissenschaft und Praxis</b>
14	Zuviel Melamin in Kinderbechern
14	Vergiftungen durch Ciguatoxine aus Seefisch und Meeresfrüchten
14	Grüne Zitronen sind nicht unreif
14	Bald 100.000 Produkte in deutscher Bio-Siegel-Datenbank
	<b>Recht und Gesetz</b>
15	EU-Referenzzentrum für eCommerce-Kontrolle schaffen
17	Lebensmittel im Visier der organisierten Kriminalität
	<b>Bücher und Medien</b>
18	Nudge – Die Kunst, Essen geschickt zu platzieren
18	Konsum – Ernährung – Gesundheit: Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung
18	Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter
19	Öfter mal die Sau rauslassen
<b>19</b>	<b>Quellenverzeichnis</b>
<b>20</b>	<b>Termine</b>
	<b>Internet</b>
20	Interessantes im Netz

### Achtung!

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 verloren gehen. Kurze Mail (→ [knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw](mailto:knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw)) oder Anruf (☎ 0211 / 3809 - 121) genügt, damit wir und Sie auf der Höhe der Zeit sind. Informationen zum Datenschutz entnehmen Sie bitte unseren Hinweisen im Internet unter → [www.verbraucherzentrale.nrw/datenschutz](http://www.verbraucherzentrale.nrw/datenschutz).

August 2022 • Heft 4 • 30. Jahrgang

### Herausgeberin:

Verbraucherzentrale NRW e.V.  
Mintropstraße 27  
40215 Düsseldorf

### 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@verbraucherzentrale.nrw](mailto:knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw)

### Texte:

Dr. Angela Bechthold<sup>1</sup>, Bernhard Burdick (BB)<sup>2</sup>,  
Angela Clausen (AC)<sup>2</sup>, Nora Dittrich (ND)<sup>2</sup>,  
Cornelia Espeter (Ces)<sup>2</sup>,  
Kirstin Gembalies-Wrobel (KGW)<sup>2</sup>,  
Christin Hornbruch (CH)<sup>2</sup>, Ronja Hüppe<sup>3</sup>,  
Sabine Klein (Kn)<sup>2</sup>, Silvia Monetti (SM)<sup>2</sup>,  
Frank Waskow (WF)<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Wissenschaftsjournalistin, Köln

<sup>2</sup> Verbraucherzentrale NRW e.V.

<sup>3</sup> Universität Kassel

### Vertrieb und Abonnentenbetreuung:

Verbraucherzentrale NRW e.V.  
Claudia Weinfurth  
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121  
Fax: 02 11 / 38 09 – 238  
E-Mail: [knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw](mailto:knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw)

### Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (6 Hefte) Inland 18,00 €, Ausland 26,00 € inklusive Versand, gegen Rechnung. Der Bezugszeitraum des Abonnements beträgt zwölf Monate und verlängert sich um weitere zwölf Monate, wenn der Abonnementvertrag nicht spätestens zwei Monate vor Ende des Bezugszeitraums gekündigt wird. Die Kündigung des Abonnementvertrags hat schriftlich zu erfolgen. Die vollständigen Bezugsbedingungen sind nachzulesen unter → [www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt](http://www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt) oder können bei uns angefordert werden.

### Nächste Ausgabe:

Oktober 2022, Redaktionsschluss 15. September 2022

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:

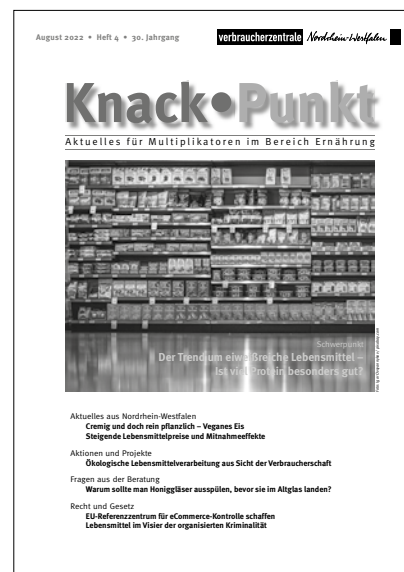
Verbraucherzentrale NRW e.V.  
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier – ausgezeichnet mit dem Blauen Engel.

ISSN 1866-6590

**Liebe Leser:innen,**

auf der 18. Verbraucherschutzministerkonferenz der Länder und des Bundes (VSMK) im Juni 2022 haben die Länder beschlossen, den Bund um eine zügige Regulierung der an Kinder gerichteten Lebensmittelwerbung im Rahmen seiner Zuständigkeiten zu bitten. Cem Özdemir, Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft, hat die Bitte der VSMK begrüßt, eine gesetzliche Regelung der an Kinder gerichteten Lebensmittelwerbung auf Bundesebene auf den Weg zu bringen. Er sieht darin eine Unterstützung der Bundesländer für das Vorhaben der Regierungskoalition, Werbung für Lebensmittel mit hohem Zucker-, Fett- oder Salzgehalt gegenüber Kindern weiter einzuschränken. Die Regulierung von Werbung gegenüber Kindern sei ein wichtiger Ansatzpunkt, um ernährungsmitbedingte Erkrankungen zu vermeiden. Immerhin hat jedes sechste Kind im Zuge von Corona deutlich an Gewicht zugelegt, bei den 10-12-Jährigen jedes dritte. Tatsächlich sind strenge Regeln für Kinderlebensmittel überfällig, so der Verbraucherzentrale Bundesverband schon im Februar. Freiwillige Selbstverpflichtungen der Wirtschaft trügen nicht dazu bei, Kinder wirksam vor dem Marketing für unausgewogene Lebensmittel zu schützen – so das

Fazit des vom Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) beauftragten Berichts „Lebensmittel mit Kinderoptik und deren Bewerbung“ des Mediziners und Experten für Ernährungspolitik Dr. med. Peter von Philipsborn von der LMU München. Demnach klammerten bisherige Selbstverpflichtungen wichtige Marketingformen aus oder bieten durch vage Formulierungen zahlreiche Schlupflöcher. Eine zeitnahe strenge gesetzliche Regulierung des Kindermarketing ist unbedingt nötig, auch wenn da vielleicht nicht jeder Koalitionspartner gerne mitzieht. Allerdings hört die Freiheit der Wirtschaft auch dort auf, wo sie andere – Schwächere – schädigt. Bildung kann nicht alles regeln. Aber diese Regulierung ist nicht nur Sache der Bundesregierung. Bei der Medienregulierung kommt den Ländern eine besondere Verantwortung zu. Und das gilt nicht nur für die Werbung für Kinderprodukte, sondern auch für eine strengere Regelung und vor allem Überwachung der Werbung in Social Media. Was dort über Influencer:innen an Jugendliche und Erwachsene herangezogen wird und sogar in kindgerechten Spiele-Apps an Werbung auftaucht, bedarf ganz besonderer Kontrolle. Auch unser Schwerpunkt befasst sich im weitesten Sinne mit der Werbung



– nämlich wie diese es geschafft hat, proteinreiche Lebensmittel zum Nonplusultra in der Ernährung zu erklären, völlig unbeeinflusst davon, dass dieser Eiweißboom zum einen überflüssig ist, zum anderen für manch eine:n Verbraucher:in mit Lebensmittelverträglichkeiten, Magen-Darm- oder Nierenerkrankungen auch zum Gesundheitsproblem wird.

Eine interessante Lektüre wünscht  
**die Redaktion**

## Kurzmeldungen

**Neue Empfehlung des NICE: Taille schlanker als halbe Körpergröße**

Ein aktueller Leitlinienentwurf des britischen NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CARE EXCELLENCE (NICE) sieht vor, dass Erwachsene allein mit dem Maßband feststellen können, ob sie ein gewichtsbedingtes Gesundheitsrisiko tragen.

Das Taillen-Größen-Verhältnis (TGV) soll den *Body Mass Index* (BMI) nicht ablösen, aber wichtige Zusatzinformationen liefern – auch bei Menschen, die laut BMI Normalgewicht haben.

Als Obergrenze ist ein TGV kleiner 0,5 festgelegt. Bei einem Wert höher als 0,5 sollten die Betroffenen sich ärztlich beraten lassen, da sie ein erhöhtes Risiko für Typ-2-Diabetes und kardiovaskuläre Erkrankungen haben. Dieses Risiko steigt linear mit dem TGV.

Der BMI soll laut NICE weiterhin genutzt werden, vor allem zur Definition von Übergewicht und Adipositas. Im Gegensatz zum BMI könne der TGV-Wert unabhängig von Geschlecht

und Ethnie und auch bei hoher Muskelmasse angewendet werden. Der Grenzwert von 0,5, also die Tatsache, dass der Taillenumfang maximal die Hälfte der Körpergröße betragen sollte, lässt sich zudem leicht kommunizieren.

Damit der Taillenumfang für den TGV korrekt ermittelt wird, soll das Maßband in der Mitte zwischen dem letzten Rippenbogen und der Hüftoberkante angelegt und nach normalem Ausatmen gemessen werden.

Quelle: National Institute for Health and Care Excellence. *Guideline Obesity: identification and classification of overweight and obesity. Draft for consultation, April 2022; www.nice.org.uk/guidance/GID-NG10284/documents/draft-guideline*

**Zwei Jahre „dgh for future“ – Tipps für Nachhaltigkeit im Alltag**

Im Frühsommer 2020 ist „dgh for future – das digitale Lexikon der nachhaltigen Hauswirtschaft“ an den Start gegangen. Die DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR HAUSWIRTSCHAFT E. V. (DGH) liefert mit diesem Lexikon für Nachhaltigkeit

eine Vielzahl von Tipps für professionelle Hauswirtschafter:innen und zeigt, wie diese in ihrem (Arbeits-)Alltag noch nachhaltiger handeln können. Inzwischen stehen rund 80 Tipps bereit, die Sammlung wächst kontinuierlich weiter. Jeden Freitag wird ein weiterer Tipp veröffentlicht.

Jeder Hinweis wird zunächst auf der Website in der Rubrik „News“, veröffentlicht, bevor er dann – zur langfristigen Nutzung – den 17 UN-Klimazielen (*Sustainable Development Goals, SDGs*) zugeordnet und in der Rubrik „dgh for future“ abgespeichert wird. Besonders viele Tipps stehen unter dem Ziel 12 „Für nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sorgen“, während andere Ziele noch auf Vorschläge warten. Alle Informationen zur Nachhaltigkeit können im Internet kostenlos abgerufen werden und stehen auch zum Download zur Verfügung.

➔ [www.dghev.de/dgh-for-future](http://www.dghev.de/dgh-for-future)

➔ <https://unric.org/de/17ziele>

### Fleischverzicht wegen Tierwohl und Gesundheit, nicht aber der Umwelt zuliebe?

Zu Fleischersatzprodukten greifen am ehesten Menschen, die eine kritische Einstellung zur Tierhaltung haben oder im Alltag auf ihre Gesundheit achten. Die Sorge um die Umwelt spielt bei dieser Entscheidung dagegen keine Rolle. Zu diesem Schluss kommt eine Studie der UNIVERSITÄT BONN, an der mehr als 400 Personen zwischen 17 und 86 Jahren teilnahmen.

JEANETTE KLINK-LEHMANN, NICK MARCUS und Prof. Dr. MONIKA HARTMANN vom INSTITUT FÜR LEBENSMITTEL- UND RESSOURCENÖKONOMIK haben für die Analyse 441 Frauen und Männer aus ganz Deutschland befragt. Die Teilnehmenden sollten beispielsweise angeben, wie sehr sie auf ihre Gesundheit achten, ob die Menschheit aus ihrer Sicht auf eine ökologische Krise zusteure und ob die Tierhaltung in der Landwirtschaft ethisch hinterfragt werden müsse. Zudem gaben sie ihre Einstellung zu Fleischersatz-Produkten an sowie ihre Absicht, diese in Zukunft verstärkt zu konsumieren. Basierend auf der Erweiterung eines anerkannten Verhaltensmodells wurden die statistischen Beziehungen zwischen den Antworten untersucht.

Das überraschende Ergebnis: Eine stärkere Sorge um die Umwelt ging weder mit einer besseren Bewertung von Fleischersatz-Produkten einher noch mit einer größeren Absicht, diese zu kaufen. Ökologische Aspekte spielen dabei scheinbar keine Rolle.

Über die Gründe für die Diskrepanz zwischen dem Umweltbewusstsein der Teilnehmenden und ihrem Verhalten können die Forschenden nur spekulieren. So stammen die Umfrage-Daten bereits aus dem Jahr 2017. Seitdem steht das Thema Umwelt deutlich stärker auf der Tagesordnung, so dass heute vermutlich mehr Menschen als noch vor fünf Jahren über die potenziell negativen Umweltauswirkungen des Fleischkonsums informiert sind.

Mit am wichtigsten bei der Konsumententscheidung der Befragten sind demnach Tierwohl-Bedenken. Und auch ein ausgeprägtes Gesundheitsbewusstsein geht im Schnitt mit einer stärkeren Bereitschaft einher, häufiger pflanzliche Produkte zu konsumieren. Darüber hinaus hat die Einstellung von Freunden und engen Bezugspersonen zu Fleischersatzprodukten eine große Bedeutung.

Quellen: Marcus N et al. (2022): Exploring factors determining German consumers intention to eat meat alternatives. *Food Quality and Preference* 100 (online first), DOI: <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2022.104610> ♦ Pressemeldung 85/2022 der Universität Bonn

### NRW-Milchmarkt: Geringere Mengen, höhere Exporte, steigende Preise

Die Preise für Milch und Milchprodukte haben in den vergangenen Monaten sehr deutlich angezogen. Laut LANDESVEREINIGUNG DER MILCHWIRTSCHAFT NORDRHEIN-WESTFALEN E.V. (MILCH NRW) sind Gründe hierfür die deutlich gestiegenen Produktionskosten bei der Milcherzeugung und die Rohstoffverknappung.

Die Milchlieferung in NRW ist im Vergleich zum Vorjahr um 1,3 % zurückgegangen (Deutschland: -2,2 %, EU: -0,2 %).

Damit setzt sich der Trend der letzten Jahre fort. Auch weltweit sank das Milchaufkommen der größten Exportländer im ersten Quartal kontinuierlich unter Vorjahresniveau, auf der Südhalbkugel sei dies sogar noch stärker ausgeprägt. Ergebnis ist eine Zunahme des Exportes im ersten Quartal aus Deutschland und der EU heraus, insbesondere bei abgepackter Milch, Kondensmilch und Magermilchpulver. An der Börse rangiere die Verwertung von Magermilchpulver und Käse so hoch wie nie zuvor. Butter wird auf höchstem Niveau notiert. Diese Entwicklung führt bei den Erzeugerpreisen teilweise zu historisch hohen Preisen. Doch obwohl die Erzeugerpreise mit ca. 43 Cent pro Kilogramm/Liter konventionell erzeugter Milch rund 33 % über dem Vorjahr liegen, fressen die stark steigenden Produktionskosten (Dünger, Futtermittel, Kraftstoffe etc.) den Mehrerlös bei den Milcherzeuger:innen teilweise wieder auf. Für die Bio-Milcherzeugung ist mit einem Auszahlungspreis von 51,3 Cent pro Kilogramm die Steigerung mit 8,5 % über dem Vorjahr deutlich geringer ausgefallen. Tatsächlich findet man im Handel inzwischen Biomilch teilweise zu niedrigeren Preisen als konventionelle Milch.

Quelle: Der NRW-Milchmarkt in der ersten Jahreshälfte 2022. Pressemitteilung Milch NRW vom 21.06.2022

### Wirklich besser? Coffee-to-go-Becher zum Aufessen

Wegwerfbecher sind nicht nachhaltig, Mehrwegbecher unter Umständen lästig. Deswegen entwickelten die Wirtschafts-



psychologinnen LARA WAGEMANN und SARAH THERESA SCHULTE zusammen mit MARTIN NAUEN von der FH MÜNSTER einen ess- und kompostierbaren Trinkbecher. Der „AllCup“ besteht aus einer herkömmlichen süßen Eiswaffel, die mit einer speziell entwickelten

essbaren Beschichtung „Hewation“ (vegan, kompostierbar, wasserbeständig und bis 85 °C hitzebeständig) überzogen ist.

Aber ist das der richtige Weg? Wenn der Becher tatsächlich gegessen wird, mag das sein. Ansonsten stellen sich viele Fragen, selbst wenn das Material so positiv ist wie dargestellt: Wird der Becher noch gegessen, nachdem er vorher auf dem nicht immer perfekt sauberen Tisch in der Bahn stand? Oder wird er dann doch aus Hygienegründen in den Müll geworfen? Das wäre Lebensmittelverschwendung. Und landet er wirklich im Kompost? Oder weil „kompostierbar“ gar in der Natur?

Quellen: Pressemitteilung der FH Münster vom 01.06.22 ♦ [www.fh-muenster.de/oecotrophologie-facility-management/aktuelles/fh-stories.php?storyId=328](http://www.fh-muenster.de/oecotrophologie-facility-management/aktuelles/fh-stories.php?storyId=328) ♦ [www.allcup.de](http://www.allcup.de) [alle abgerufen am 21.06.22]

## Marktcheck

**Cremig und doch rein pflanzlich – Veganes Eis**

Viele Speiseeissorten, die häufig mit Milchbestandteilen hergestellt werden, gibt es auch als vegane Alternative auf rein pflanzlicher Basis – vom klassischen Vanille- und Schokoladeneis bis hin zu Salzkaramell-Brownie- und Erdnussbutter-Cookie-Eis.

Die VERBRAUCHERZENTRALE NRW hat 53 Becher cremige vegane Eis-Alternativen von 22 unterschiedlichen Herstellern aus Supermärkten, Discountern und Biomärkten überprüft. Rund ein Drittel der Marktstichprobe sind vegane Bio-Eisprodukte. Hier die wichtigsten Ergebnisse. Details und Kriterien stehen im Internet.

**Viel Fett, viel Zucker – aber nicht bei allen**

Eis ist nicht gleich Eis – je nach Fettgehalt, Fettquelle und Fruchtanteil gibt es unterschiedliche Bezeichnungen für Eissorten mit tierischen oder pflanzlichen Zutaten. Die Bezeichnungen „Milcheis“, „Cremeis“ oder „Eiscreme“ stehen zum Beispiel für Speiseeis, das ausschließlich mit Milch und Milchlaktose hergestellt wird. Vegane Eissorten ohne tierische (Milch-)Bestandteile werden meist als „Eis“ bezeichnet und dürfen zugesetztes pflanzliches Fett enthalten. Sorbet und Wassereis können auch ohne tierische Bestandteile und damit vegan sein, wurden in dieser Marktstichprobe jedoch nicht berücksichtigt.

Die Mehrheit der überprüften veganen cremigen Eissorten enthielt zugesetzte pflanzliche Fette und Öle, vor allem Kokosfett und -öl (34 Produkte), aber auch Palmfett, Raps-, Sonnenblumen- und Sojaöl. Die Spanne beim Fettgehalt ist groß (1,9-18,1 g/100 g). Acht vegane Eissorten kommen ohne Kokosprodukte und Palmfett aus und haben dadurch einen sehr niedrigen Anteil gesättigter Fettsäuren. Sie enthalten vor allem Nussbestandteile, -pasten, -mark und -muse, in einigen Fällen zusätzlich zu Sonnenblumen- oder Rapsöl. Nüsse haben ein günstiges Fettsäuremuster, ein hoher Nussanteil im Eis ist positiv zu bewerten.

Der Zuckergehalt der betrachteten Eissorten beträgt 1,4-28 g/100 g.

Weitere pflanzliche Ersatzzutaten wurden überwiegend auch auf der Vorderseite ausgelobt oder bildlich dargestellt. Das sind vor allem Mandeln (43 %) und Kokosmilch (28 %). Es gab allerdings auch einzelne Produkte, deren Mandelbasis auf der Vorderseite beworben wurden, laut Zutatenliste dann aber zum Beispiel nur 3 % Mandelmark bzw. -paste enthielten, aber viel Kokosfett. Auch Erdnüsse, Hafer, Reis, Lupinen, Cashew- oder Haselnüsse wurden als pflanzliche Ersatzzutaten verwendet. Ebenso spielten pflanzliche Proteine (Erbsen, Fava- und Ackerbohnen) eine Rolle.

Neben Stärke und Mehlen wurden lösliche Nahrungsfasern wie Mais-Ballaststoffe, Inulin oder Oligofruktose eingesetzt. Inulin kann beispielsweise eine erhöhte Cremigkeit und ein entsprechendes Mundgefühl des Eisprodukts erzeugen.

Die Kaloriengehalte der 44 Eissorten, deren Nährwerte in Gramm angegeben wurden, schwankten von 113 bis 296 Kilokalorien pro 100 Gramm Eis.

Ärgerlich: Bei neun Eisprodukten waren die Nährwerte nur pro 100 Milliliter angegeben. Diese lassen sich mit den Angaben pro 100 Gramm auf anderen Produkten nicht vergleichen. Außerdem können sie den Eindruck erwecken, dass weniger Kalorien, Zucker und Fett enthalten sind, da in den Milliliter-Angaben auch der Luftaufschlag enthalten ist.

**Erschwerte Vergleichbarkeit von Preisen durch Ausnahmeregelung**

Laut Fertigverpackungsverordnung muss die Füllmenge von Speiseeis in Volumen gekennzeichnet werden. Daher wird am Supermarktregal der Grundpreis in Euro pro Liter angegeben. Bei Eis können laut den Leitsätzen für Speiseeis aber Luftaufschläge von bis zu 150 % vorgenommen werden, die das Volumen erheblich erhöhen, dem Eis eine gewisse Cremigkeit

verleihen und es in tiefgekühltem Zustand leichter portionierbar machen. Das führt aber dazu, dass Eis mit einem hohen Luftschlag preisgünstiger wirken kann als ein eher kompakteres Eis, da es bei gleichem Gewicht ein größeres Volumen aufweist. Eine Füllmengenkennzeichnung und Grundpreisangabe nach Gewicht oder mindestens eine kombinierte Angabe von Volumen und Gewicht würde eine bessere Vergleichbarkeit der Produkte ermöglichen. Hier besteht weiterhin Handlungsbedarf.

Bei 37 der überprüften veganen Eisprodukte (69,8 %) wurde die Füllmenge sowohl in Volumen (l/ml) als auch in Gewicht (kg/g) angegeben, bei 16 Eissorten nur in Volumen.

Die veganen Eisprodukte kosteten im Schnitt 10 € pro Liter und durchschnittlich 14 € pro Kilogramm (mit Ausnahme der 16 Eissorten, deren Füllmengen nicht in Gewicht angegeben wurden). Der Preis pro Kilogramm variierte stark und reichte von 6-26 €. Das teuerste Eis war mit Blick auf den Kilo-Preis das Eis mit dem höchsten Luftschlag.

**Vegan-Kennzeichnung**

Auf den veganen Charakter weist die Mehrheit der Eisprodukte hin – in erster Linie durch den Hinweis „vegan“, aber auch durch die Angabe des V-Labels, der Veganblume oder durch eigens gestaltete Siegel und Abbildungen auf der Vorderseite. Neun Eisprodukte geben nur auf der Rückseite des Produkts an, dass es sich um ein veganes Eis handelt. Ein Hersteller bezeichnet seine drei Produkte auf der Verpackung sogar nur als „plant based“, was offiziell nicht definiert und damit nicht mit dem Begriff „vegan“ gleichzusetzen ist.

**Nachhaltigkeit**

Veganes Eis kann im Gegensatz zu Eis mit Sahne und Milch durchaus eine bessere Klimabilanz aufweisen. Insgesamt sind wenige Nachhaltigkeitsaussagen auf veganen Eis-Produkten zu finden. Über die Herkunft der Zutaten gibt es nahezu keine Informationen. Bei gut der Hälfte der Produkte, die Kakao enthalten, stammte dieser aus nachhaltigem Kakaoanbau, nach den Kriterien von FAIRTRADE, RAINFORREST ALLIANCE oder UTZ. (ND/AC)

→ [www.verbraucherzentrale.nrw/veganes-eis](http://www.verbraucherzentrale.nrw/veganes-eis)



Foto: VZ NRW

## Ein Türöffner für mehr Nachhaltigkeit in der Kommune

Wie können wir unser Leben nachhaltiger gestalten? Ein nachhaltiger Lebensmittelkonsum, Klimaschutz und eine gesunde Ernährung stehen im Fokus der öffentlichen Diskussion. Nachhaltiges Handeln ist in allen gesellschaftlichen Bereichen gefragt und oft mit vielfältigen Herausforderungen verbunden. Jedoch womit starten? Diese Frage stellen sich derzeit auch viele Städte, Gemeinden und Landkreise in NRW. Ein erster Schritt ist oft, einen gezielten Blick in die Kitas und Schulen zu werfen, konkret auf die Verpflegung vor Ort und Kompetenzförderung eines nachhaltigen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen.

Diese Prozesse zur Qualitätsverbesserung sind eher langfristig umsetzbar und erfordern eine gut geplante fachliche Begleitung und Unterstützung. Diese Entwicklung bestätigt auch die VERNETZUNGSSTELLE KITA- UND SCHULVERPFLEGUNG NRW und hat einen Schwerpunkt ihrer Arbeit – neben regelmäßigen Fortbildungsveranstaltungen für Multiplikator:innen der Kindertagespflege, Kita und Schule – auf die kommunale Beratung in diesen Handlungsfeldern gelegt. Im Kern geht es um die Sensibilisierung und Förderung einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Gemeinschaftsverpflegung sowie der Verzahnung und Stärkung von „Essen und Trinken“ und „Ernährungsbildung“.

### Kita und Schule: Orte der Gesundheitsförderung

Die Kindertagesbetreuung (Kindertagespflege und Kita) und Schule sind Lebens- und Lernwelten von Kindern und Jugendlichen, in denen gesundheitsförderliches Verhalten, ein gesunder und nachhaltiger Lebensstil erfahren, gelernt und eingeübt werden kann. Denn tägliche, gemeinsame Mahlzeiten und ein abgestimmtes Speiseangebot bieten die Chance, Nachhaltigkeit als gelebtes Hand-

lungsfeld zu integrieren und somit von Anfang an ein Bewusstsein dafür zu schaffen.

### Kommunen als Steuerzentralen gefordert

Kommunen sind im Rahmen der kommunalen Selbstverwaltung autonom und können ihre eigenen Schwerpunkte bei der Umsetzung des Mandats der „Gesundheitsförderung“ und „Nachhaltigkeit“ setzen. Somit können Städte und Gemeinden als Träger von Kindertagesbetreuung und Schule im Rahmen ihrer Zuständigkeit die Bedingungen und Leistungen der Verpflegung ganz erheblich

steuern und beeinflussen. Wünschenswert wäre es, wenn die Ausgestaltung der Verpflegungsangebote in Konzepte der Gesundheitsförderung und Prävention sowie in Nachhaltigkeitsstrategien einbezogen werden. Nachhaltigkeitsaspekte, die aufgegriffen werden können, gibt es im Bereich der Kita- und Schulverpflegung viele: mehr saisonale und regionale Lebensmittel, mehr Bio, der Einsatz von fairen Produkten, weniger Lebensmittelverpackungen, die Nutzung energiearmer Küchengeräte, möglichst wenige Lebensmittelabfälle, das Trinken von Leitungswasser, u.a.

Es gibt heute schon gelungene Beispiele, bei denen die Kreis- und Kommunalverwaltungen aus sich heraus die Kita- und Schulverpflegung in ein integratives Gesundheits- und Nachhaltigkeitskonzept einbinden. Zudem können diese Prozesse einen guten Beitrag zur Realisierung der Nachhaltigkeitsstrategie des Landes NRW leisten.

### Ohne Verbindlichkeiten geht es nicht

Die Themen „Nachhaltigkeit und Ernährung“ sind aktuell in zahlreichen Kommunen und Kreisen in der Wahrnehmung der breiten Öffentlichkeit. Immer mehr Ernährungsräte gründen sich und wollen über ehrenamtliches

Engagement die Themen in ihrer Region sichtbar machen und weiter voranbringen. Neben den stetig wachsenden ehrenamtlichen Aktivitäten bedarf es auf kommunaler Ebene jedoch mehr, um Kitas und Schulen langfristig in diesem Bereich auf den Weg zu begleiten. Verbindlichkeiten sind gefragt! Die Erfahrungen der Vernetzungsstelle aus den letzten Jahren zeigen, dass kommunale Vorhaben in diesen Bereichen deutlich erfolgreicher sind, wenn beispielsweise ein kommunaler Beschluss mit Vision oder konkreten Zielen, bestenfalls ergänzt mit einer öffentlich wirksamen Schirmherrschaft durch Bürgermeister:innen, vorliegt. In Schulen können entsprechende Beschlüsse z.B. durch die Schulkonferenz verabschiedet werden. Fehlen eben diese Verbindlichkeiten zeichnet sich oft ein geringer Handlungsspielraum ab und angestoßene Vorhaben scheitern im Laufe der Umsetzung.

### Auf eine gute Zusammenarbeit kommt es an

Eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung ist kein eigenes Handlungsfeld, das allein im Aufgabenbereich eines Ressorts liegt. Stattdessen handelt es sich hierbei um ein Querschnittsthema, das von vielen Ressorts, Institutionen und Personen gemeinsam getragen und umgesetzt werden muss. Konstruktive Zusammenarbeit der unterschiedlichen Ressorts, Institutionen und Gremien sind ein entscheidender Erfolgsfaktor des Gelingens und Umsetzens. Schlüsselfaktoren sind in diesem Zusammenhang sind das Wissen voneinander, das Aufeinander-Zugehen, ein gemeinsam entwickeltes Verständnis über Vorhaben und Ziele, als auch ein Austausch auf Augenhöhe mit allen Akteur:innen.

### Zentrale Koordination und vorhandene Synergien nutzen

Entscheidend für eine gelingende Planung und Umsetzung ist eine zentrale Steuerung. Wünschenswert wäre eine mit der Verpflegung beauftragte Person, die sich im Namen der Kommune dem Thema annimmt und den Prozess zentral steuert und koordiniert, idealerweise auch Belieferungsstrukturen schafft. Einige Städte und Gemeinden haben bereits solche Stellen eingerichtet. Angesiedelt sind diese Stel-



len meist auf Verwaltungsebene, z.B. beim Jugend- oder Gesundheitsamt. Die Praxis zeigt, dass der Arbeitsaufwand ressourcenschonend gestaltet werden kann. Die Vernetzung und Kooperation mit bestehenden Arbeitsgruppen, Programmen und Initiativen ermöglicht oft einen erfolgreichen Start in die Planungs- und Umsetzungsphase.

### Den eigenen Weg finden:

#### Kommunalspezifische Unterschiede

Kommunen mit ihren Kitas und Schulen sind keine landesweiten einheitlich strukturierten Interventionsorte. Hier finden vielfältige Einzelprogramme, Initiativen und Projekte statt, zudem gibt es unterschiedliche lokale Rahmenbedingungen und Konzepte. Gut erprobte Maßnahmen lassen sich nicht unbedingt eins zu eins auf andere Kommunen übertragen. Unterschiede zeigen sich auch zwischen Groß- und Kleinstädten sowie Landkreisen. Aber auch die Trägerform der Kindertageseinrichtung oder die Schulform, die Einzugsgebiete und die äußeren Rahmenbedingungen bringen unter-

schiedliche Anforderungen und Bedarfe mit sich.

Die Planung und Umsetzung sollten daher schrittweise anhand der kommunalen Bedarfe erarbeitet werden. Über eine gemeinsame Vision bzw. Haltung steigt auch die Bereitschaft, sich in dem Prozess aktiv und zielführend einzubringen. Dies kann gelingen, wenn alle Akteure partizipativ einbezogen werden. Entscheidend sind die Bedarfe vor Ort, zentrale Fragen sind u.a. Was ist – in welchem Zeitraum – in den Lebenswelten realisierbar: wo gibt es Hürden, wo bestehen Chancen? Welche konkrete Unterstützung brauchen pädagogische Kräfte, Lehrer:innen sowie Kita- und Schulleitungen zur Umsetzung der Ziele? Auch die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen dürfen nicht vergessen werden. Was ist ihnen wichtig? Durch die Mitnahme aller Zielgruppen steigen Akzeptanz und Motivation. Denn viele vom

Schreibtisch aus gut geplante Ideen kommen in der Praxis vor Ort nicht unbedingt an und bewirken dann auch nicht den gewünschten Effekt.

### Fazit

Kommunen können einen wesentlichen Beitrag zu mehr Nachhaltigkeit und Chancengleichheit leisten. Nachhaltiges und gesundheitsförderliches Essen und Trinken in allen kommunalen Institutionen sollten für unsere Kinder und Jugendlichen über den ganzen Tag selbstverständlich sein. Die Erfahrungen zeigen, dass diese Prozesse und Entwicklungen nicht nebenbei laufen können. Stolpersteinen und Herausforderungen zum Trotz sollten alle Beteiligten und Entscheider diese facettenreiche Aufgabe mit ressourceneffizienten Visionen zum Wohl aller anpacken. (CH)

#### Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW

Informationsportal: → [www.kita-schulverpflegung.nrw](http://www.kita-schulverpflegung.nrw)

Mail Kindertagespflege: [ktpverpflegung@verbraucherzentrale.nrw](mailto:ktpverpflegung@verbraucherzentrale.nrw)

Mail Kitaverpflegung: [kitaverpflegung@verbraucherzentrale.nrw](mailto:kitaverpflegung@verbraucherzentrale.nrw)

Mail Schulverpflegung: [schulverpflegung@verbraucherzentrale.nrw](mailto:schulverpflegung@verbraucherzentrale.nrw)

## Jahrespressekonferenz 2022 der Verbraucherzentrale NRW

### Steigende Lebensmittelpreise und Mitnahmeeffekte

Seit einigen Monaten ziehen auch die Lebensmittelpreise an. Eine Folge der Preissteigerungen für Energie, gestörter Lieferketten und des Krieges in der Ukraine, so die Vermutung. Doch vergleicht man die Preise, so zeigt sich, dass diese für manche Produktgruppen wie Öl, Butter oder Tomaten deutlich stärker als der Durchschnitt gestiegen sind. Eine Stichprobe der VERBRAUCHERZENTRALE NRW im Mai 2022 in vier großen Einzelhandelsketten ergab darüber hinaus große Preisunterschiede innerhalb der Produktgruppen. Die Preisspanne für Tomaten lag zum Beispiel zwischen 1,11 € und 22,17 €/kg. „Solche eklatanten Preisunterschiede am gleichen Tag in unterschiedlichen Supermärkten lassen sich nicht alleine durch höhere Herstellungskosten, Hamsterkäufe oder die Folgen des Ukrainekrieges erklären“, erklärte WOLFGANG SCHULDZINSKI, Vorstand

der VZ NRW auf der Jahrespressekonferenz am 31. Mai 2022. „Die Stichprobe belegt, dass die Preisbildung für Lebensmittel in hohem Maße intransparent und spekulativ ist. Wir fordern daher, dass die Kartellbehörden mehr Kompetenzen erhalten, um Lebensmittelpreise zu überprüfen und mögliche Preisabsprachen zu verhindern.“ Außerdem seien die Etablierung einer Markttransparenzstelle für Lebensmittelpreise sowie ein Preismonitor, der die tatsächlichen Marktpreise von konkreten Lebensmitteln abbildet, als zusätzliche Kontrollinstrumente sinnvoll.

Die Politik ist aber auch an anderer Stelle gefordert: „Es ist absehbar, dass Verbraucher:innen mit geringem Einkommen und Empfänger:innen von Sozialleistungen die gestiegenen Lebenshaltungskosten nicht mehr ohne Unterstützung schultern können. Soziale Leistungen müssen die Mehrkosten durch die steigenden

Energie- und Lebensmittelpreise realistisch abdecken.“ SCHULDZINSKI: „Wir befinden uns in einer Krisensituation, in der Inflation und Kriegsgefahr das Marktgeschehen irrational beeinflussen. In einer solchen Lage, sollten sich alle Marktbeteiligten verantwortungsvoll verhalten – und zwar nicht nur die Verbraucher:innen, indem sie Energie einsparen, wo immer es möglich ist. Sondern hier sind auch die Anbieter von Energie und Lebensmitteln gefragt: Wir appellieren eindringlich an die Unternehmen, faire Preise für Verbraucher:innen zu gestalten. Bundesnetzagentur und Kartellbehörden rufen wir auf, die bereits vorhandenen Kontrollmöglichkeiten auch zu nutzen, um mögliche Mitnahmeeffekte zu verhindern.“

Ein Faktenblatt mit Zahlen und Grafiken zur Entwicklung der Lebensmittelpreise und der Marktstichprobe steht im Internet. (WF/SM/BB/AC)

Quelle: Pressemeldung der VZ NRW vom 31.05.22

→ [www.verbraucherzentrale.nrw/sites/default/files/2022-05/Fachsheet\\_LM-Preise\\_final.pdf](http://www.verbraucherzentrale.nrw/sites/default/files/2022-05/Fachsheet_LM-Preise_final.pdf)

→ [www.verbraucherzentrale.nrw/node/71788](http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/71788)

Forschungsprojekt

# Ökologische Lebensmittelverarbeitung aus Sicht der Verbraucherschaft

Bislang ist wenig darüber bekannt, welche Erwartungen und Präferenzen Verbraucher:innen mit Herstellungsprozessen von ökologischen Lebensmitteln verbinden. Als Teilprojekt der UNIVERSITÄT KASSEL, Fachgebiet Agrar- und Lebensmittelmarketing, Witzenhausen, sollten daher im Rahmen des ERA-Net Core Organic Cofund Projektes „Erarbeitung eines Code of Practice (CoP) für die ökologische Lebensmittelverarbeitung (ProOrg)“

die spezifische Zielgruppe für ihre Produkte bestimmen. Die für diese Zielgruppe passenden Herstellungsprozesse sollten im Einklang mit deren Werten und Produktpräferenzen stehen.

## Assoziationen mit verarbeiteten Lebensmitteln

Mit verarbeiteten Lebensmitteln wurden in erster Linie Zusatzstoffe, künstliche Aromen und Konservierungsstoffe, E-Nummern, Chemikalien und Verpackungsabfälle assoziiert. Verarbeitungstechnologien wurden selten erwähnt. Als Vorteile wurden Zeitersparnis, Bequemlichkeit, einfache Portionierung und die Verfügbarkeit auch nicht-saisonaler Produkte genannt. Es zeigte sich eine allgemeine Unsicherheit und Misstrauen mit Blick auf verarbeitete Lebensmittel und deren Herkunft, Umweltfreundlichkeit der Verpackung oder Transportwege beziehungsweise CO<sub>2</sub>-Fußabdruck.

## Kommunikation verarbeiteter Bio-Lebensmittel

Verarbeitete Bio-Lebensmittel werden gerne mit Begriffen wie „natürlich“ und „schonend“ beworben. Bei den Testpersonen weckte dies jedoch hohe und teils widersprüchliche und unrealistische Erwartungen. Daher ist es wichtig, die Begriffe nur dann zu verwenden, wenn sie auch aus

Sicht der Verbraucher:innen zutreffen. Sowohl für „schonend“ wie auch für „natürlich“ bedeutet das möglichst wenig Zutaten und ein Minimum an Verarbeitungsschritten.

## Erwartungen an verarbeiteten Bio-Lebensmittel

- ⇒ Rohstoffe aus ökologischer und kleinbäuerlicher Produktion mit artgerechter Tierhaltung,
- ⇒ möglichst regionale, gesunde und wenige Zutaten,

- ⇒ keine oder wenige Zusatzstoffe/ künstliche Aromen,
- ⇒ wenige Verarbeitungsschritte,
- ⇒ möglichst handwerkliche Verarbeitung,
- ⇒ vertraute/einfache Verarbeitungstechnologien,
- ⇒ Verwendung erneuerbarer Energien.

## Empfehlungen für die Verbraucherkommunikation

Auch wenn Verbraucher:innen unterschiedliche Präferenzen haben, ist ihnen gemeinsam, dass sie von ökologischen Produkten und ihrer Verarbeitung eine hohe Transparenz erwarten. Daraus resultieren folgende praktische Empfehlungen:

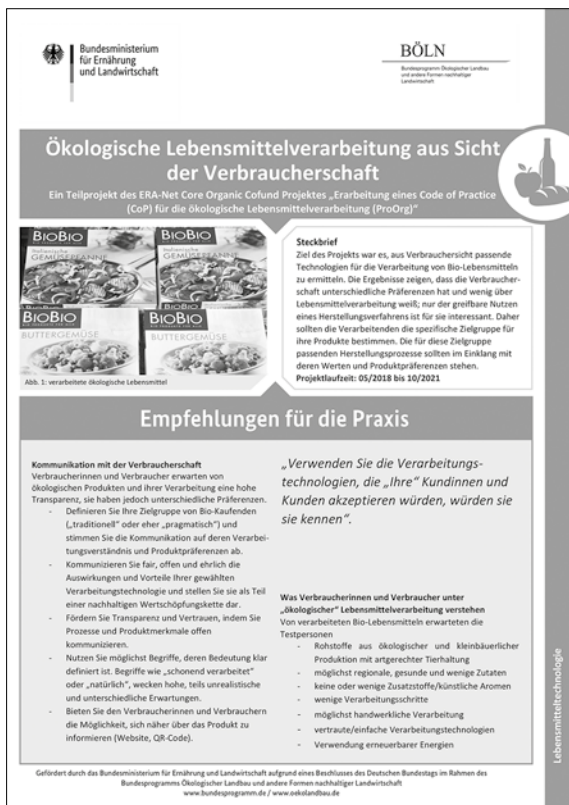
- ⇒ Definieren Sie Ihre Zielgruppe von Bio-Kaufenden („traditionell“ oder eher „pragmatisch“) und stimmen Sie die Kommunikation auf deren Verarbeitungsverständnis und Produktpräferenzen ab.
- ⇒ Kommunizieren Sie fair, offen und ehrlich die Auswirkungen und Vorteile Ihrer gewählten Verarbeitungstechnologie und stellen Sie sie als Teil einer nachhaltigen Wertschöpfungskette dar.
- ⇒ Fördern Sie Transparenz und Vertrauen, indem Sie Prozesse und Produktmerkmale offen kommunizieren.
- ⇒ Nutzen Sie möglichst Begriffe, deren Bedeutung klar definiert ist.
- ⇒ Bieten Sie den Verbraucher:innen die Möglichkeit, sich näher über das Produkt zu informieren (Website, QR-Code).

Weitere Informationen sind im Praxismerkblatt (s. links) aufgeführt.

Autorin: Ronja Hüppe  
Universität Kassel – Agrar- und Lebensmittelmarketing

⇒ [https://oekolandbau.de/fileadmin/redaktion/dokumente/Forschung/Praxismerkblaetter/17OE015\\_Lebensmitteltechnologie\\_ProOrg.pdf](https://oekolandbau.de/fileadmin/redaktion/dokumente/Forschung/Praxismerkblaetter/17OE015_Lebensmitteltechnologie_ProOrg.pdf)

⇒ <https://oekolandbau.de/boeln-forschung/forschungsergebnisse/forschungsbereich-lebensmittelherstellung/oekologische-lebensmittelverarbeitung-aus-sicht-der-verbraucherschaft>



aus Verbrauchersicht passende Technologien für die Verarbeitung von Bio-Lebensmitteln ermittelt werden. Dazu wurden in einer Umfrage die Vorstellungen, Präferenzen und Kenntnisse zu verarbeiteten Bio-Lebensmitteln erfasst und ausgewertet.

Die Ergebnisse zeigen, dass die Verbraucherschaft unterschiedliche Präferenzen hat und wenig über Lebensmittelverarbeitung weiß; nur der greifbare Nutzen eines Herstellungsverfahrens ist für sie interessant. Daher sollten die Verarbeitenden



## Frage

**Warum sollte man Honiggläser ausspülen, bevor sie im Altglas landen?**

Wenn Gläser mit Restmengen an Honig in Altglascontainern oder offenen Mülleimern landen, können Bienen diesen Honig unter Umständen in ihre Bienenstöcke tragen. Und das kann für die Insekten tödlich enden. Denn etwa 75 % der Honige, die laut Etikett als Importhonig „aus EU- und Nicht-EU-Ländern“ stammen, sind mit Sporen des Krankheitserregers der Amerikanischen oder auch Bösentigen Faulbrut (das Bakterium *Paenibacillus larvae larvae*) infiziert. Die Erkrankung, auch Bienenpest genannt, trifft nur die Brut von Honigbienen und ist hoch ansteckend. Die Seuche tötet Bienenlarven und kann somit das gesamte Bienenvolk gefährden und zu seinem Absterben führen. Diese Tierseuche ist (im Gegensatz zur harmloseren Europäischen Faulbrut (*Melissococcus plutonius*) laut Bienenseuchen-Verordnung anzeigepflichtig. Im Umkreis von mehreren Kilometern müssen dann alle Völker amtstierärztlich überprüft und eventuell vernichtet werden. Die Tiere mit einem Antibiotikum zu behandeln, ist hierzulande nicht erlaubt. In vielen Nicht-EU-Ländern hingegen schon. Und genau darin liegt das Problem. Eine Behandlung mit Antibiotika ist nur bedingt erfolgversprechend, denn sie wirken nur, wenn der Erreger in

einer aktiven Wachstumsphase ist. Gegen die Endsporen ist das Antibiotikum machtlos. Das Antibiotikum bekämpft also zwar die Krankheitszeichen der ausländischen Bienen, es bleiben aber hoch ansteckende Sporen im Honig. Dieser kommt dann als Import-Honig zu uns nach Deutschland. Für den Menschen sind die Erreger völlig ungefährlich. Für die Larven der heimischen Honig-



Foto: gnutbier / pixelio.de

biene sind sie im schlimmsten Fall tödlich. Daher sollten Imker:innen und Verbraucher:innen darauf achten, dass heimische Bienen nicht mit Import-Honig in Kontakt kommen. Bienen suchen insbesondere in den

Sommermonaten, wenn die Blumen verblüht sind, nach alternativen Nahrungsquellen. Eine davon sind auch Honigreste in Altglascontainern.

Die Erhaltung der Bienen Gesundheit ist nicht nur wichtig, weil in Deutschland jährlich 90.000 Tonnen Honig verbraucht, davon aber nur 20 % im Inland erzeugt werden. Die Bienen sind auch für die Blütenbestäubung vor allem im Obstbau wichtig (s. Kasten).

Verbraucher:innen haben gleich mehrere Optionen, um die Bienen zumindest vor dieser Krankheit zu schützen: Sie kaufen ihren Honig direkt bei einem hiesigen Imker (am besten im Mehrwegglas, viele Imker:innen bie-

ten Pfandgläser an) oder zumindest hiesigen Honig. Wer regional kauft, spart zudem CO<sub>2</sub> durch kurze Transportwege. Und wenn es doch ein Import-Honig sein soll, dann die Gläser ausgespült ins Altglas geben. (AC)

Quellen: [www.test.de/Bienen-schuetzen-Honigglaeser-ausspuelen-5771223-0/](http://www.test.de/Bienen-schuetzen-Honigglaeser-ausspuelen-5771223-0/), Stand: 27.07.2021 ♦ [www.gesetze-im-internet.de/bienseuchv/BjNR005940972.html](http://www.gesetze-im-internet.de/bienseuchv/BjNR005940972.html) ♦ [www.laves.niedersachsen.de/startseite/z\\_ablage\\_alte\\_knotenpunkte/-73009.html](http://www.laves.niedersachsen.de/startseite/z_ablage_alte_knotenpunkte/-73009.html) ♦ [www.agrar-presseportal.de/umwelt/tier/bedeutung-der-bienen-ist-enorm-fuer-artenvielfalt-und-volkswirtschaft-28800.html](http://www.agrar-presseportal.de/umwelt/tier/bedeutung-der-bienen-ist-enorm-fuer-artenvielfalt-und-volkswirtschaft-28800.html), Stand: 19.05.2020 ♦ [www.swrf Fernsehen.de/marktcheck/hintergrund/article-swr-6392.html](http://www.swrf Fernsehen.de/marktcheck/hintergrund/article-swr-6392.html), Stand: 23.04.2018 ♦ [www.rheinische-anzeigenblaetter.de/c-nachrichten/bestaebende-insekten-sichern-die-obsternte-im-rheinland\\_a219551](http://www.rheinische-anzeigenblaetter.de/c-nachrichten/bestaebende-insekten-sichern-die-obsternte-im-rheinland_a219551), Stand: 15.06.2021 ♦ [www.fli.de/fileadmin/FLI/IMED/NRL-Bienenkrankheiten/AFB-Leaflet-Deutsch.pdf](http://www.fli.de/fileadmin/FLI/IMED/NRL-Bienenkrankheiten/AFB-Leaflet-Deutsch.pdf) ♦ Boecking O; Aumeier P: Praxisleitfaden zur Bekämpfung der Amerikanischen Faulbrut. Niedersächsisches Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (LAVES), Institut für Bienenkunde Celle, Stand Dezember 2019 ♦ [www.greenpeace.de/biodiversitaet/landwirtschaft/anbau/bienen](http://www.greenpeace.de/biodiversitaet/landwirtschaft/anbau/bienen) ♦ [https://deutscherimkerbund.de/163-Bienen\\_Bestaebung\\_Zahlen\\_die\\_zaehlen](https://deutscherimkerbund.de/163-Bienen_Bestaebung_Zahlen_die_zaehlen) [alle abgerufen am 20.06.2022]

Ein Drittel unserer Lebensmittel und 80 % aller heimischen Blütenpflanzen sind auf die Bestäubung durch verschiedenste Insekten angewiesen, wovon die Honigbiene einen bedeutenden Anteil übernimmt. Bienen sind damit eine der drei wichtigsten Nutztiere neben Rind und Schwein. Auf etwa 2,5 Milliarden Euro, so eine Schätzung der UNIVERSITÄT HOHENHEIM, beläuft sich die jährliche Bestäubungsleistung der Bienen in Deutschland. Der Bestäubungswert eines Bienenvolkes liegt zwischen 800 und 900 Euro. Diese Insekten sind für den Erhalt unserer biologischen Vielfalt, gesunde Ökosysteme sowie die Nahrungsmittelproduktion von essentieller Bedeutung. 4.000 Gemüsesorten in Europa gibt es nur dank der fleißigen Bienen. Ohne ihre Leistung könnten massive Engpässe drohen – Nahrungsmittel wie Äpfel, Himbeeren, Tomaten und Mandeln würden bspw. sehr selten und teuer werden. Im Alten Land, einem niedersächsischen Obstbaugebiet, stehen auf 14.300 Hektar Anbaufläche drei Millionen Obstbäume, die ohne die dazu aufgestellten 4.000 Bienenvölker keinen Ertrag bringen würden. Gleiches gilt im Rheinland: In einer ca. 40 Hektar großen Obstplantage mit Apfel- und Süßkirschbäumen werden rund 70 Bienenvölker aufgestellt. Auch bei Raps können – so die UNIVERSITÄT HOHENHEIM – durch den Einsatz von Honigbienen 20-30 % Mehrertrag erzielt werden

Der Trend um eiweißreiche Lebensmittel

## Ist viel Protein besonders gut?

Die energieliefernden Nährstoffe und ihre Rolle für Gesundheit und Krankheit sind seit Jahrzehnten Gegenstand wissenschaftlicher Studien und von Ernährungstrends. In den 1950er Jahren war Fett „böse“ und Kohlenhydrate waren „gut“ – Zucker galt als Schlankmacher. Dann drehte sich das Blatt und Fett bekam ein besseres Image. Heute im Trend und damit im Fokus von Lebensmittelherstellern und Medien: Protein. Gesund, muskelaufbauend, sättigend und schlank machend soll es sein. Und High-Protein-Produkte versprechen gesundheitsbewussten Verbraucher:innen Genuss ohne Reue. Was ist dran?

Bis in die 2010er Jahre gab es Proteinprodukte wie Pulver, Shakes und Riegel fast nur in Fitnessstudios oder im Fachhandel für Leistungssport und Bodybuilding. Mittlerweile hat der Proteintrend das breite Lebensmittelangebot erreicht. Lebensmittel mit hohem Gehalt an Protein füllen die Supermarktregale. Es gibt Eiweißbrot, Proteinmüsli, High-Protein-Pudding, Proteineis und sogar Proteinwasser. Auch bei Fertiggerichten, Reis, Nudeln, Chips und Süßigkeiten gibt es Alternativen, für die Hersteller mit dem Proteingehalt werben.

Dabei loben Hersteller auch an sich proteinreiche Lebensmittel wie Quark oder gar Lachs als Proteinquelle aus. Als neuere proteinreiche Lebensmittel kamen seit 2015 Skyr (Frischkäsezubereitung aus entrahmter und fermentierter Milch), Nudeln aus Hülsenfrüchten wie Linsen und Erbsen sowie Produkte aus Insekten und Algen auf den Markt. Daneben kreieren Hersteller proteinreiche Produkte aus Zutaten mit hohem Proteingehalt oder durch Zusatz von Proteinkonzentraten [1].

Um beispielsweise an sich kohlenhydratreiche Lebensmittel wie Brot oder Müsli zum proteinreichen Produkt zu machen, werden sie mit Eiweißkonzentraten unter anderem aus Weizen, Soja, Lupinen oder Erbsen angereichert. Auch von Natur

aus proteinhaltige Lebensmittel wie Milchprodukte werden durch Protein-zusatz (z. B. aus Milcheiweiß) angereichert, um Label wie „High Protein“ zu tragen.

### Erlaubte Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben

Damit Lebensmittelangaben wie „High Protein“ oder „hoher Proteingehalt“ tragen dürfen, müssen sie laut EU-Verordnung über nährwertbezogene Angaben [2] mindestens 20 % ihres Energiegehalts in Form von Protein enthalten. Bei Lebensmitteln mit der Angabe „Proteinquelle“ oder „enthält Protein“ müssen mindestens 12 % ihres Energiegehalts aus Protein stammen.

Sofern der Proteinanteil mindestens 12 % des Energiegehalts beträgt, sind folgende gesundheitsbezogene Angaben erlaubt [3]:

- Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei
- Proteine tragen zur Erhaltung von Muskelmasse bei
- Proteine tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei

Mit „Protein“ und anderen Attributen gelabelte Produkte erwecken bei Verbraucher:innen möglicherweise den Eindruck, ein „gesundes“ Produkt zu sein. Allerdings können Proteinprodukte in Bezug auf Nährstoffgehalte, Zusatzstoffe und allergenes Potenzial (s. unten) teilweise sogar schlechter zu bewerten sein als vergleichbare Produkte. So kann durch das Protein-Label ein falsch-positives Image entstehen. Außerdem sind mit „Protein“ beworbene Produkte bis zu dreimal teurer als herkömmliche, natürlicherweise proteinreiche Lebensmittel [4-8]. Dabei ist das Mehr an Protein überflüssig.



### Kein Bedarf für noch mehr Protein

In Ländern wie Deutschland haben wir durch das sehr breite Lebensmittelangebot mit konstanter Verfügbarkeit und hohem Anteil an tierischen Produkten die beste Proteinversorgung (und mittlerweile eher Überversorgung), die es in der Menschheitsgeschichte je gab [9]. Von einem Versorgungsproblem kann hierzulande nicht die Rede sein. Die letzten Verzehrerhebungen zeigten, dass in Deutschland die mittlere Proteinzufuhr in allen Altersklassen über der empfohlenen Proteinzufuhr (s. Kasten unten) lag [10]. Bei Männern betrug sie laut Nationaler Verzehrsstudie II 80 g und bei Frauen 60 g pro Tag [11].

Dennoch gibt es den Trend zu noch mehr Protein. Der Ursprung und die Sinnhaftigkeit dieser Entwicklung sind nicht nachvollziehbar [9].

#### Der Referenzwert für die Zufuhr von Protein ...

... beträgt für Erwachsene im Alter von 19 bis unter 65 Jahren 0,8 g Protein pro kg Körpergewicht pro Tag. Das entspricht je nach Altersgruppe und Geschlecht bezogen auf das Referenzgewicht 47 g bis 57 g Protein pro Tag. Eine höhere Proteinzufuhr brauchen männliche Jugendliche (0,9 g pro Tag), über 65-Jährige (1,0 g pro Tag), Schwangere (bis zu 1,0 g pro Tag) und Stillende (1,2 g pro Tag) sowie Menschen, die Leistungssport betreiben (1,2 bis 2,0 g pro Tag). Eine adäquate Proteinzufuhr ist auch bei diesen Gruppen über die Ernährung mit herkömmlichen proteinhaltigen Lebensmitteln möglich [12, 13].

### Zu viel Protein belastet die Nieren

Über Lebensmittel aufgenommenes Protein versorgt den Körper mit unentbehrlichen Aminosäuren und



Stickstoff. Daraus werden im Körper wiederum Proteine und andere stickstoffhaltige Verbindungen synthetisiert. Dazu gehören Strukturproteine wie Actin und Myosin, Transportproteine wie Hämoglobin, Rezeptorproteine, Immunglobuline sowie Enzyme, Peptidhormone wie Insulin sowie DNA und RNA. Aminosäuren sind außerdem Vorstufen in der Synthese von zahlreichen Stoffwechselprodukten wie Gallensäuren, Serotonin und Histamin.



Foto: VZ Hessen

Liegt die Zufuhr von Protein über dem individuellen Bedarf, werden seine Bestandteile nicht mehr für die körpereigenen Syntheseprozesse genutzt. In diesem Fall werden die Aminosäuren oxidativ abgebaut. Beim Abbau werden pro g Protein 4 kcal (17 kJ) freigesetzt. Das heißt, eine überflüssige Zufuhr an Nahrungsprotein kann zu einer positiven Energiebilanz beitragen.

Beim Proteinabbau entsteht Harnstoff, der über die Nieren ausgeschieden werden muss. Bei Erwachsenen mit eingeschränkter Nierenfunktion kann eine erhöhte Proteinzufuhr daher problematisch sein, weil sie das Fortschreiten der Niereninsuffizienz fördern kann [14]. Für gesunde Erwachsene liegen keine ausreichenden Daten vor, um den Zusammenhang zwischen der Proteinzufuhr und der Nierenfunktion zu beurteilen. Menschen mit einer deutlich über

dem Bedarf liegenden Proteinzufuhr sollten ausreichend trinken, um den beim Abbau entstehenden Harnstoff mit dem Urin auszuscheiden [10].

Ab welcher Proteinzufuhr bei Gesunden unerwünschte Symptome auftreten, kann anhand der verfügbaren Kenntnisse über die Zusammenhänge zwischen Proteinzufuhr und Gesundheit nicht genau gesagt werden. Internationale Gremien wie WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO) und INSTITUTE OF MEDICINE (IOM) konnten bisher keine tolerierbare Gesamtaufnahmenge (*Tolerable Upper Intake Level*) bestimmen. Die EUROPÄISCHE BEHÖRDE FÜR LEBENSMITTELSICHERHEIT (EFSA) sieht eine Proteinzufuhr in doppelter Höhe des Referenzwerts für Erwachsene als sicher an [15].

Im Januar 2022 hat die DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG E.V. (DGE) ein Methodenpapier für eine evidenzbasierte Leitlinie zur Proteinzufuhr veröffentlicht [16]. In der Protein-Leitlinie wird die Frage behandelt, welche Beziehungen zwischen Quantität und Qualität von Protein in der Ernährung und kardiovaskulären Erkrankungen, Diabetes mellitus Typ 2, Krebs, Knochengesundheit, Muskelgesundheit, Nierengesundheit, Blutdruck sowie Körpergewichtsstabilität in der Allgemeinbevölkerung bestehen. Wann die ersten Ergebnisse veröffentlicht werden, ist nicht bekannt.

### Protein allein macht nicht schlank und muskulös

Protein wird eine höhere sättigende Wirkung zugeschrieben als Kohlenhydraten und Fett [17]. Das könnte theoretisch zu einer verminderten Nahrungsaufnahme führen. In der Tat zeigten Studien, dass eine kurzfristige proteinreiche Ernährung (3 bis 6 Monate) zu einer größeren Gewichtsabnahme führt als eine proteinärmere Ernährung; im Laufe der Zeit wird der Effekt jedoch kleiner oder verschwindet ganz [10].

Auch die mit einem Mehr an Protein möglicherweise verbundene Erwartung an den Muskelaufbau ist leider ein Irrglaube. Proteine werden zwar zum Aufbau und Erhalt von Muskelmasse benötigt. Aber allein durch eine höhere Proteinzufuhr bei gleichbleibender Ernährung und unver-

änderter körperlicher Aktivität kann Muskelaufbau ebenso wenig erzielt werden wie eine Gewichtsabnahme [18-23].

### Gefahr für Allergiker:innen

Der DEUTSCHE ALLERGIE- UND ASTHMABUND (DAAB) weist darauf hin, dass High-Protein-Produkte speziell für Allergiker:innen gefährlich werden können. Grund dafür sind die häufig enthaltenen Proteinkonzentrate aus Soja, Lupinen und Erbsen. Diese können Allergien auslösen. Laut DAAB gibt es Hinweise, dass parallel zum vermehrten Einsatz von Erbsenprotein die Anzahl der Erbsenallergiker:innen in den letzten Jahren deutlich angestiegen ist [24].

Dahinter steckt meist keine neue Allergie, sondern eine sogenannte Kreuzreaktion bei pollenassoziierter Nahrungsmittelallergie. Die Allergene mancher Pollen und Lebensmittel ähneln sich so stark, dass das Immunsystem sie nicht unterscheiden kann. Das kann beispielsweise bei Birkenpollen und Apfel der Fall sein, aber auch bei Birkenpollen und Erbsen. Symptome können Krabbeln am Gaumen, verengte Atemwege, geschwollene Lippen und Fließschnupfen sein. Isolierte Allergien auf Soja, Lupine oder Erbse, also ohne eine Pollenallergie, können ebenfalls auftreten und starke Symptome auslösen.



Wirklich „keine Allergene“ – oder nur keine deklariertspflichtigen Allergene? (Werbung in der Fachzeitschrift Ernährungs Umschau)



Bisher sind von den Hülsenfrüchten nur Soja, Erdnuss und Lupine deklarationspflichtig. Im letzten Jahr hat ein Expertenausschuss die CODEX-ALIMENTARIUS-KOMMISSION dahingehend beraten, unter anderem Hülsenfrüchte und Insekten als „*emerging allergens*“ auf eine Beobachtungsliste zu setzen und für die Liste der prioritären Allergene zu bewerten, sobald entsprechende Daten vorliegen [25].

### Nicht im Sinne von Nachhaltigkeit

Mehr Protein ist nicht nur aus ernährungsphysiologischer Sicht kein adäquates Ziel, sondern auch in Bezug auf Ressourcen und die Nachhaltigkeit des Ernährungssystems. Das gilt für Protein per se, aber auch insbesondere für die High-Protein-Produkte:

Bei vielen der mit Protein beworbenen Produkte handelt es sich um hochverarbeitete Lebensmittel, das heißt um Produkte, die in aufwändigen technologischen Prozessen aus zahlreichen Zutaten – überwiegend industriellen Energie- und Nährstoffquellen und Zusatzstoffen – zusammengesetzt sind. Die in der Regel verlockend verpackten und intensiv

vermarkteten Produkte sind bequem (haltbar, verzehrfertig), attraktiv (sehr schmackhaft) und hochprofitabel (kostengünstige Zutaten) [26].

Die weltweit zu beobachtende Verdrängung von gering verarbeiteten Lebensmitteln und frisch zubereiteten Speisen durch hochverarbeitete Produkte ist mit ungünstigen Nährstoff-



profilen, Übergewicht, ernährungsbedingten Krankheiten und Mortalität assoziiert [26-29]. So kann es zum Beispiel kritisch sein, wenn Snacks als hochverarbeitete Produkte wie Riegel statt als „ganze“ Lebensmittel wie Gemüse, Obst und Nüsse, die reich an Nährstoffen, Ballaststoffen



und sekundären Pflanzenstoffen sind, gegessen werden. Des Weiteren sind die wachsende Produktion und der steigende Konsum hochverarbeiteter Produkte auch aus sozialer, kultureller, wirtschaftlicher, politischer und ökologischer Sicht problematisch und nicht mit den Zielen für nachhaltige Entwicklung (SDG) vereinbar [26, 30].

Für eine gesundheitsfördernde, nachhaltige Ernährung sollte Protein in Form weitgehend naturbelassener oder wenig verarbeiteter und abwechslungsreich ausgewählter Lebensmittel gegessen werden statt in Form angereicherter, hochverarbeiteter Produkte.

### Herkömmliche Proteinlieferanten

Natürlicherweise proteinreiche Lebensmittel sind neben Fleisch, Fisch, Milchprodukten und Eiern vor allem Hülsenfrüchte, wie Soja, Linsen und Erbsen. Auch Getreideprodukte wie Brot tragen zur Proteinversorgung bei. Pro 100 g stecken in gegartem Schweinefleisch 28 g Protein, in gegarter Forelle 23 g, in Hartkäse wie Emmentaler 28 g und in Magerquark 14 g.



Bei den pflanzlichen Lebensmitteln liefern Tofu 16 g, Haferflocken 13 g, Linsen (gegart) 9 g und Vollkornbrot 7 g Protein pro 100 g.

Zu beachten ist, dass Aminosäuren aus pflanzlichen und tierischen Quellen unterschiedlich zusammengesetzt und bioverfügbar sind. Proteine aus tierischen Lebensmitteln enthalten in der Regel alle unentbehrlichen Aminosäuren in ausreichender Menge. Bei Proteinen aus pflanzlichen Lebensmitteln ist das nicht der Fall.

Bei veganer Ernährung gehören Protein bzw. die unentbehrlichen Aminosäuren deshalb zu den potenziell kritischen Nährstoffen. Durch gezielte Kombination und vielfältige Auswahl pflanzlicher Proteine aus Getreide, Hülsenfrüchten und Kartoffeln kann der Proteinbedarf aber auch bei einer veganen Ernährung gedeckt werden, sofern die Energiezufuhr ausreichend ist (bei unter dem Bedarf liegender Energiezufuhr wird Nahrungs- und Körperprotein zur Energiegewinnung genutzt) [31].

Die *Vechi-Youth-Studie* zeigte, dass die Proteinzufuhr bei veganer Ernährung zwar niedriger war als bei vegetarischer oder omnivorer Ernährung, die Referenzwerte aber erreicht wurden [32].



Alle Fotos S. 12: Angela Clausen



News

## Protein-Lebensmittel: Teuer, aber nicht unbedingt besser

Stand: 16.5.2022 | Drucken |

Seite teilen

Lebensmittelklarheit → News → Protein-Lebensmittel: Teuer, aber nicht unbedingt besser

wie „Proteinquelle“ oder „hoher Proteingehalt“ ergänzen, denn dahinter stehen zumindest verlässliche Proteinmindestgehalte.

- ⇨ Wenn der Proteingehalt auf der Schauseite steht und sich auf den gesamten Packungsinhalt bezieht anstatt auf 100 Gramm, kann ein hohes Täuschungspotential bestehen. Der Proteingehalt kann so im Vergleich zu anderen Produkten deutlich größer erscheinen als er ist. Die Lebensmittelüberwachungsbehörden sollten dagegen vorgehen.

⇨ [www.lebensmittelklarheit.de/news/protein-lebensmittel-teuer-aber-nicht-unbedingt-besser](http://www.lebensmittelklarheit.de/news/protein-lebensmittel-teuer-aber-nicht-unbedingt-besser)

### Fazit

Die Antwort auf die Frage „Ist viel Protein besonders gut?“ lautet ganz klar „Nein“.

Für die Allgemeinbevölkerung sind High-Protein-Produkte aus ernährungsphysiologischer Sicht überflüssig. Einzelne proteinreiche Trendprodukte können sinnvolle zusätzliche Alternativen für bestimmte Gruppen sein, beispielsweise Nudeln oder Mehl aus Hülsenfrüchten für Menschen mit Zöliakie.

Für Allergiker:innen wiederum können Proteinprodukte aufgrund der

häufig enthalten Proteinkonzentrate aus Hülsenfrüchten eine Gefahr darstellen.

Und Junkfood wie Chips und Süßigkeiten ist nicht „gesünder“, wenn es mit Protein angereichert ist. Nicht zuletzt sind High-Protein-Produkte oftmals hochverarbeitet und somit aus Gründen der Nachhaltigkeit problematisch. Herkömmliche Eiweißquellen liefern ausreichend Protein und sind meist auch die preisgünstigere Wahl.

Dr. Angela Bechthold,  
Wissenschaftsjournalistin, Köln



Videotipp:

⇨ [www.lebensmittelklarheit.de/infografiken/das-geschaeft-mit-der-extraktion-eiweiss](http://www.lebensmittelklarheit.de/infografiken/das-geschaeft-mit-der-extraktion-eiweiss)

Quellen: [1] [www.iriworldwide.com/de-de/insights/publications/white-paper-top-trends-2021](http://www.iriworldwide.com/de-de/insights/publications/white-paper-top-trends-2021) ◆ [2] Verordnung (EG) NR. 1924/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 20.12.2006 über Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel (2006) ◆ [3] EU: Verordnung (EU) Nr. 432/2012 der Kommission vom 16. Mai 2012 zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern Text von Bedeutung für den EWR (2012) ◆ [4] [foodwatch: Protein-Lebensmittel: Die neueste Masche der Lebensmittelindustrie, um Verbraucherinnen und Verbrauchern das Geld aus der Tasche zu ziehen](http://foodwatch.org/fileadmin/foodwatch.de/news/2017-11-14_Hintergrund_Proteine.pdf). Berlin 14. November 2017, [www.foodwatch.org/fileadmin/foodwatch.de/news/2017-11-14\\_Hintergrund\\_Proteine.pdf](http://www.foodwatch.org/fileadmin/foodwatch.de/news/2017-11-14_Hintergrund_Proteine.pdf) ◆ [5] Verbraucherzentrale Bremen: Proteine im Trend – wie gut sind

angereicherte Lebensmittel? 05.08.2021, [www.verbraucherzentrale-bremen.de/aktuelle-meldungen/lebensmittel/gesund-ernaehren/proteine-im-trend-wie-gut-sind-angereicherte-lebensmittel-50347](http://www.verbraucherzentrale-bremen.de/aktuelle-meldungen/lebensmittel/gesund-ernaehren/proteine-im-trend-wie-gut-sind-angereicherte-lebensmittel-50347) ◆ [6] Stiftung Warentest: Eiweißreiche Lebensmittel im Check – Unnötig und teils kalorienreicher. 04.02.2020, [www.test.de/Eiweissreiche-Lebensmittel-im-Check-Unnoetig-und-teils-kalorienreicher-5568165-0/](http://www.test.de/Eiweissreiche-Lebensmittel-im-Check-Unnoetig-und-teils-kalorienreicher-5568165-0/) ◆ [7] Verbraucherzentrale Hessen: Lebensmittel mit einer Extraktion Protein: überflüssig und teuer. 28.04.2021, [www.verbraucherzentrale-hessen.de/presse-meldungen/lebensmittel/lebensmittel-mit-einer-extraktion-protein-ueberfluessig-und-teuer-59778](http://www.verbraucherzentrale-hessen.de/presse-meldungen/lebensmittel/lebensmittel-mit-einer-extraktion-protein-ueberfluessig-und-teuer-59778) ◆ [8] Verbraucherzentrale: Eiweißbrot: mehr Eiweiß, aber auch mehr Fett. 03.12.2020, [www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/schlankheitsmittel-und-diaeten/eiweissbrot-mehr-eiweiss-aber-auch-mehr-fett-11175](http://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/schlankheitsmittel-und-diaeten/eiweissbrot-mehr-eiweiss-aber-auch-mehr-fett-11175) ◆ [9] Daniel H (2021): Wie alternativlos sind

alternative Proteine? ErnährungsUmschau 68: M288–91 ◆ [10] DGE: Ausgewählte Fragen und Antworten zu Protein und unentbehrlichen Aminosäuren [www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faqs/protein](http://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faqs/protein) ◆ [11] Krems C et al.: Lebensmittelverzehr und Nährstoffzufuhr – Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie II. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 12. Ernährungsbericht 2012. Bonn (2012) 40–85 ◆ [12] DGE, ÖGE, SGE: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 2. Auflage, 3. aktualisierte Ausgabe (2017) ◆ [13] König D et al. (2020): Proteinzufuhr im Sport. ErnährungsUmschau 67: 132–139 ◆ [14] Hahn D et al. (2020): Low protein diets for non-diabetic adults with chronic kidney disease. Cochrane Database Syst Rev 10: CD001892 ◆ [15] EFSA (2012): Scientific opinion on dietary reference values for protein. EFSA Journal 10: 2557

Forts. S. 5. 19

### Zuviel Melamin in Kinderbechern

Der dänische Verbraucherrat *Think Chemicals* berichtet, dass fünf von acht getesteten Melamin-Kunststoff-Kinderbechern potentiell krebserregendes Melamin in Mengen freisetzen, die über dem gesetzlichen Grenzwert von 2,5 mg/kg liegen. Formaldehyd migrierte ebenfalls aus allen acht getesteten Bechern, jedoch in Konzentrationen unterhalb des gesetzlichen Grenzwerts von 15 mg/kg. Die gesetzlichen Migrationsgrenzwerte gelten technisch gesehen für neue Produkte und müssen ab September 2022 bei drei Prüfungen in Folge stabil sein, um sicherzustellen, dass die Freisetzung nicht mit der Zeit zunimmt. Die Wissenschaftler:innen spülten die Becher jedoch zunächst 20 Mal in der Spülmaschine, da bekannt ist, dass Melaminharze bei längerer Nutzung angegriffen werden. Danach wurden die Becher zwei Stunden bei 70°C mit einer 3-prozentigen Essigprüflösung getestet. So sollte die haushaltsübliche Nutzung widergespiegelt werden.

Im Dezember 2020 stuft die EUROPÄISCHE CHEMIKALIEN-AGENTUR (ECHA) Melamin als Karzinogen der Kategorie 2 ein (möglicherweise krebserzeugend für den Menschen, da ausreichende Beweise bei Tieren, aber nicht genug für eine endgültige Entscheidung beim Menschen vorliegen) und folgte damit einem Vorschlag der deutschen BUNDESANSTALT FÜR ARBEITSSCHUTZ UND ARBEITSMEDIZIN (BAUA).

Das BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR) empfiehlt Melamingeschirr nicht für den Kontakt mit heißen flüssigen Lebensmitteln wie Kaffee, Suppe oder Säuglingsfolgenrechnung zu nutzen und es auch nicht in Mikrowellengeräten zu verwenden.

Quellen: Müller S: *Melamine cups: Migration of unwanted chemicals*. Stand: 19.03.2022, <https://taenk.dk/kemi/english/melamine-cups-migration-unwanted-chemicals> ♦ [http://echa.europa.eu/documents/10162/29022590/RAC-55\\_FinalAgenda.pdf/42b17247-3a43-be1a-68fb-bd506c37520e](http://echa.europa.eu/documents/10162/29022590/RAC-55_FinalAgenda.pdf/42b17247-3a43-be1a-68fb-bd506c37520e) ♦ [www.bfr.bund.de/de/fragen\\_und\\_antworten\\_zu\\_geschirr\\_und\\_kuechenutensilien\\_aus\\_melamin\\_formaldehyd\\_harz-70413.html](http://www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_geschirr_und_kuechenutensilien_aus_melamin_formaldehyd_harz-70413.html) [alle abgerufen am 25.05.22]

→ [www.verbraucherzentrale.nrw/node/7562](http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/7562)

### Vergiftungen durch Ciguatoxine aus Seefisch und Meeresfrüchten

Vergiftungen mit Ciguatoxinen (Algen-Toxinen, CTX) nach Genuss einer Seefischmahlzeit sind in Deutschland selten. Ciguatera (oder auch Ciguatera Poisoning CP), wie das Krankheitsbild genannt wird, gehört aber weltweit betrachtet zu den häufigsten Fischvergiftungen, die keinen bakteriellen Ursprung haben. In tropischen und subtropischen Regionen ist sie endemisch. Die Symptome sind zwar äußerst vielfältig, aber neben gastrointestinalen Beschwerden gibt es zwei typische neurologische Symptome: gestörtes (verwechseltes) Heiß-Kalt-Empfinden und Kälteschmerz. Vor dem Hintergrund der Ausweitung des globalen Handels mit Seefisch aus allen Weltmeeren und immer mehr exotischen Fischen (z.B. „falschem“ Red Snapper) auf der Speisekarte von Restaurants ist künftig auch in Deutschland mit einem Anstieg von Ciguatera-Fällen zu rechnen. Besonders betroffen sind tropische und subtropische Raubfische wie Barrakudas, Makrelen, Snapper und Zackenbarsche, soweit sie küstennah leben, beispielsweise der Dunkle Riesenzackenbarsch

(*Ephinephelus lanceolatus*), der Doppelfleckenschnapper (*Lutjanus bohar*) oder die Große Bernsteinmakrele (*Seriola dumerilii*). CTX ist sehr stabil: Einfrieren, Lagern, Kochen, Braten oder Säuern hat keinen Effekt. Sensorisch ist eine Belastung nicht wahrnehmbar. Aufgrund wiederholter Ciguatera-Ausbrüche in Deutschland seit 2012 hat das BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR) Fragen und Antworten zu Fischvergiftungen mit Ciguatoxinen zusammengestellt.

→ [www.bfr.bund.de/cm/343/ciguatera-vergiftungen-durch-ciguatoxine-algentoxine-aus-seefisch-und-meeresfruechten.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/343/ciguatera-vergiftungen-durch-ciguatoxine-algentoxine-aus-seefisch-und-meeresfruechten.pdf)

### Grüne Zitronen sind nicht unreif

Die Farbe von Zitrusfrüchten sagt nichts über den Reifezustand oder Geschmack aus. Auch vollreife Zitronen hängen vom Spätfrühling bis zum Spätsommer grün am Baum. Erst wenn die Temperaturunterschiede zwischen Tag und Nacht groß sind und es nachts kälter als 12,5 °C wird, bilden die Früchte das Reifegas Ethylen – weil die Kälte Stress für die Früchte bedeutet. Dann wird der grüne Farbstoff Chlorophyll aus der Schale abgebaut, die Carotinoide kommen mehr zur Geltung und die Früchte werden zitronengelb. Im Sommer und Früherbst geerntete Zitronen sind also ursprünglich grün. Eine gelbe Schale haben Früchte, die im Winter bei kälteren Temperaturen geerntet wurden.

Verbraucher:innen schließen bei Zitronen mit grüner Schale allerdings fälschlicherweise auf deren Unreife. Deshalb passen manche Händler und Landwirte ihr Angebot der Nachfrage nach gelben Zitronen an. In der konventionellen Produktion werden vollreif geerntete grüne Zitronen mittels niedriger Lagertemperaturen und Einsatz von Ethylen entgrünt. Die Behandlung mit dem energieintensiven und klimaschädlichen Ethylen ist aber eigentlich überflüssig, zumal sich das Begasen negativ auf Aroma und Haltbarkeit auswirkt. Zitronen aus Bio-Anbau werden nicht nachbehandelt und sind daher häufiger grün im Handel zu finden. Gelbe Bio-Zitronen werden im Sommer häufig aus Südafrika oder Südamerika importiert.

Quellen: *Presseinfo der VZ Bayern vom 12.05.2022* ♦ *Waskow F (2022): Vermarktungsnormen und Anforderungen des Handels an Obst und Gemüse. KnackPunkt 30 (5): 6-8* ♦ *Stiftung Warentest (Magazin Juni 2022), www.bzfe.de/lebensmittel/vom-acker-bis-zum-teller/zitrusfruechte/zitrusfruechte-verarbeitung* [abgerufen am 20.06.2022]

### Bald 100.000 Produkte in deutscher Bio-Siegel-Datenbank

Zum 30. April 2022 waren 97.834 Produkte von 6.582 Unternehmen in der Bio-Siegel-Datenbank der BUNDESANSTALT FÜR LEBENSMITTEL UND ERNÄHRUNG (BLE) registriert. Das deutsche Bio-Siegel in Sechseckform gibt es seit 2001. Laut Ernährungsreport 2021 achten 64 % der Verbraucher:innen beim Einkauf immer oder meistens auf das Bio-Siegel.

Quellen: [www.ble.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2022/220510\\_Bio-Siegel.html](http://www.ble.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2022/220510_Bio-Siegel.html) ♦ [www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsreport2021.html](http://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsreport2021.html) [alle abgerufen am 25.05.2022]



(AC)

Onlinehandel braucht weitere Regelungen

## EU-Referenzzentrum für eCommerce-Kontrolle schaffen

Der Präsident des BUNDESAMTES FÜR VERBRAUCHERSCHUTZ UND LEBENSMITTELSICHERHEIT (BVL) FRIEDEL CRAMER wünscht sich eine Anpassung bestehender Rechtsvorschriften und Strukturen, um dem stetig wachsenden Internethandel mit Lebensmitteln und anderen Bedarfsgegenständen gerecht zu werden. „Zur Durchsetzung des gesundheitlichen Verbraucherschutzes im Onlinehandel fehlen noch immer notwendige Regelungen und Instrumente“, erklärte er im März auf dem 35. Deutschen Lebensmittelrechtstag (s. Knack•Punkt 3/2022, S. 18).

**Was in der realen Welt verboten ist, darf der Staat auch im Internet nicht durchgehen lassen.**

In seinem Vortrag berichtete er über die EU-Vorhaben im Rahmen des „Digital Services Acts“ (Überarbeitung der E-Commerce-Richtlinie 2000/31/EG). Er kritisiert jedoch, dass der Vorschlag für strengere Regeln für große Onlineplattformen keine Verpflichtung für Zahlungsdienstleister und Logistikunternehmen enthält, mit den zuständigen Behörden zusammenzuarbeiten. Dies wäre jedoch insbesondere für die Durchführung anonymer Onlineprobenbeschaffungen unbedingt erforderlich. „Sofern der Digital Services Act nicht entsprechend angepasst wird, sind andere rechtliche Regelungen auf europäischer oder nationaler Ebene notwendig, um den gesundheitlichen Verbraucherschutz im Internet durchzusetzen“, so der BVL-Präsident.

Außerdem schlägt er vor, ein „EU-Referenzzentrum für eCommerce-Kontrolle“ durch die EU-KOMMISSION zu etablieren. Dieses könnte die Behörden der EU-Mitgliedstaaten etwa bei Online-Recherchetechniken, zu Methoden zur Online-Probenbeschaffung oder beim Kontakt zu Diensteanbietern unterstützen.[1] Ziel der eCommerce-Kontrolle soll die Gleichbehandlung von Online- und stationärem Handel sein.

### Wachsende Umsätze – Kund:innen schätzen Onlineeinkauf auch bei Lebensmitteln

Im Jahr 2021 wurde im deutschen Onlinehandel ein Umsatz von 3,92 Mrd. Euro mit Lebensmitteln erzielt, damit über eine Milliarde mehr als in 2020 (2,67 Mrd. Euro) [2]. Besonders deutlich wurde die Steigerung mit 84,5 % im Vergleich des ersten Quartals von 2020 und 2021 mit 361 Mio. Euro zu 666 Mio. Euro. [3] In 2014 lag der Umsatz mit Lebensmitteln via Internet noch bei 618 Mio. Euro, 2019 (vor der Corona-Pandemie) bei 1,595 Mrd. Euro [2].

### LFGB-Änderungen 2020

Zuletzt verschärfte im August 2021 das 4. Gesetz zur Änderung des Lebensmittel- und Futtermittelgesetzbuchs (LFGB) [4] die Regelungen im Onlinehandel.

Durch den neuen § 38b LFGB wurde Plattformanbietern (wie AMAZON, ALIBABA, EBAY etc.), die zwar selber keine Lebensmittelunternehmen sind, über deren Plattform jedoch Lebensmittel und andere Erzeugnisse durch Dritte verkauft werden, eine gesonderte rechtliche Verantwortung auferlegt und die Möglichkeit geschaffen, diese gegebenenfalls zu Adressaten weitergehender lebensmittelrechtlicher, futtermittelrechtlicher oder produktsicherheitsrechtlicher Maßnahmen zu machen. Auch wenn das so deutlich nicht im Wortlaut der Norm steht, wird aber in der Gesetzesbegründung ausgeführt, dass sich in der Praxis ein besonderes Problem ergibt, weil Betreiber einer Internetplattform die Produkte nicht unbedingt selbst in den Verkehr bringen, sondern eben lediglich die Plattform für den Verkauf zur Verfügung stellen. Damit bringen sie kein Lebensmittel in den Verkehr, sind also auch keine Lebensmittelunternehmen und können somit nicht wegen Verstößen gegen lebensmittelrechtliche Vorschriften belangt werden. Diese Lücke sollte, so die Gesetzesbegründung für § 38b LFGB, ausdrücklich geschlossen werden [5].

Die Betreiber derartiger Internetplattformen seien üblicherweise als Dienstanbieter im Sinne von § 2 Satz 1 Nr. 1 Telemediengesetz (TMG) einzuordnen und somit laut § 10 TMG für rechtswidrige fremde Informationen, die sie für einen Nutzer speichern, nicht verantwortlich, sofern sie keine Kenntnis von der Rechtswidrigkeit der Information oder der diese begründenden Umstände haben – was zum Beispiel die vielen gegen geltendes Lebensmittelrecht verstoßenden Nahrungsergänzungsmittelangebote erklärt. Die zuständigen Behörden sollen die entsprechenden Plattformanbieter nach dem neuen Recht jedoch über Schnellwarnmeldungen im Europäischen RASFF- und RAPEX-System informieren können, wodurch die Dienstanbieter die auf ihrer Plattform gespeicherten Informationen zu den betroffenen Lebensmitteln unverzüglich entfernen müssen, um nicht die Verantwortung hierfür zu übernehmen. [6] Der betroffene Hersteller bzw. Inverkehrbringer ist jedoch grundsätzlich zuvor anzuhören – was das Ganze schon wieder zu einem relativ zahlosen Tiger macht, denn das kann dauern. Eine Ausnahme gilt jedoch, wenn die bezweckten Maßnahmen dadurch gefährdet werden können – was immer das im Detail heißt (siehe Kasten unten).

### Marktcheck: 30 Diätpillen im Onlinehandel

Die italienische Verbraucherchutzorganisation ALTROCONSUMO hat einen Marktcheck zu Diätpillen bei Plattformen wie AMAZON, EBAY, ALIBABA/ALIEXPRESS und WISH durchgeführt und die 30 Produkte auch untersuchen lassen. Die Kennzeichnung stimmte nur bei einem einzigen Produkt. Ansonsten wurden viele unzulässige Zutaten wie Amphetamine, Yohimbe oder auch Salizylsäure gefunden. Die Ergebnisse wurden an das Gesundheitsministerium und die jeweiligen Marktplätze gesendet. Manch ein Marktplatz prüft immer noch... [7]

Zum anderen wurde durch den § 43a LFGB die mehr als überfällige (verdeckte) Probenahme von Erzeugnissen geregelt, die „unter Verwendung von Fernkommunikationsmitteln im Sinne von § 312c Absatz 2 des Bürgerlichen Gesetzbuchs“ (= Lebensmittel,

Futtermittel, kosmetische Mittel, Bedarfsgegenstände) zum Verkauf angeboten werden. Im Absatz (1) heißt es „Im Fall von Erzeugnissen, die unter Verwendung von Fernkommunikationsmitteln [...] angeboten werden, sind die mit der Überwachung beauftragten Personen befugt, solche Erzeugnisse für eine Probenahme zu bestellen, ohne sich zu erkennen zu geben und ohne ihre behördliche Identität offenzulegen.“ Im stationären Handel dürfen die Probenentnahmen nicht verdeckt erfolgen. Weiterhin müssen die Kosten für den Versand der amtlichen Probe sowie der Kaufpreis den zuständigen Behörden auf Verlangen künftig erstattet werden. [6]



Die Gewährleistung des Herstellerrechts auf ein Zweitgutachten (analog der Lebensmittelkontrolle vor Ort) erfolgt entweder durch die gleichzeitige Bestellung eines zweiten Stückes oder die Aufteilung der Probe nach Eingang bei der Behörde, die die Gegen- oder Zweitprobe im Anschluss verwahrt und dem Hersteller bei Bedarf zur Verfügung stellt. [6]

Allerdings dürfen auch nur bestimmte Stellen solche Lebensmittelproben online ziehen. In NRW erfolgt das über das LANDESAMT FÜR NATUR, UMWELT UND VERBRAUCHERSCHUTZ (LANUV) – auch das bedeutet immer einen gewissen Zeitverzug. Seit Inkrafttreten des Gesetzes wurden in NRW (Stand: 30.05.2022) nach Angaben des LANUV keine einzige Probe gezogen, da „weder seitens der Zentralstelle G@ZIELT, noch seitens des LANUV, derzeit die hierfür notwendigen anonymen Bezahlmethoden vorliegen“. [8]

## Reicht das für die Lebensmittelkontrolle?

Spricht man mit den zuständigen Lebensmittelkontrolleur:innen – und

berücksichtigt die Antwort des LANUV – reichen die bisherigen Gesetzesänderungen mit Blick auf den Onlinehandel bei weitem nicht aus, der Zugriff auf die Waren bleibt schwierig. Aus Sicht der Lebensmittelsicherheit ist der Onlinehandel weiterhin die unsicherste Art, Lebensmittel einzukaufen. Das gilt besonders für Onlineanbieter mit Lagern, die sich nicht vor Ort in Deutschland befinden, oder Angebotsformen in den sozialen Medien.

Selbst wenn der Händler seine Tätigkeit ordnungsgemäß angemeldet hat – was bei fast einem Drittel nicht der Fall ist, wie die Recherchen [9] der im Auftrag der Länder agierenden beim BVL angesiedelten Gemeinsame Zentralstelle „Kontrolle der im Internet gehandelten Erzeugnisse des LFGB und Tabakerzeugnisse“ (G@ZIELT) zeigen (s. Kasten unten). Und eine Gewerbebeantragung „Transporte aller Art bis 3,5 t“ gibt auch keinen Hinweis darauf, dass hier online Lebensmittel verkauft werden.

Seit 2011 hat G@ZIELT laut Jahresbericht 2020 insgesamt mehr als 11.800 Onlinehändler:innen zur Überprüfung der Registrierungspflicht an die örtlichen Lebensmittelüberwachungsbehörden weitergeleitet. Die Rückmeldungen über die Jahre zeigten, dass etwa 11% der Händler:innen, die sowohl vor Ort als auch online Lebensmittel anbieten, den Behörden unbekannt waren. Im Bereich der reinen Onlinehändler:innen waren es sogar 36%. [9]

Hier weitere Beispiele: Der Onlinehändler bewahrt die zu verkaufenden Produkte in seiner Privatwohnung auf – die für die Lebensmittelkontrolle zuständigen Personen haben in NRW (und einigen anderen Bundesländern) nur ein sehr eingeschränktes Zugangsrecht. In Bayern ist das anders, hier haben die Lebensmittelkontrolleur:innen eine Befugnis als Ermittler:innen. Oft haben die Händler keine eigene Homepage. Andere arbeiten nur abends/nachts im Gartenhäuschen oder der Garage, weil es für sie eine Nebentätigkeit ist. Oder die Produkte werden bei Anlieferung fast noch im Transporter etikettiert und direkt weiter verschickt, es gibt also gar kein Lager. Und was ist mit den ganzen Pro-

dukten, die via FACEBOOK, WHATSAPP und INSTAGRAM mit den gruseligsten Versprechen promoted und verkauft werden? Was ist mit dem Angebot von Diätpillen und Gamer-Drinks in Spiele- und anderen Apps? Da hat kein Kontrollierender Zugriff drauf – und entsprechende Regulierungen sind bisher nicht einmal in der Planung.

## 55 % der überprüften Websites verstoßen gegen EU-Recht

Die EUROPÄISCHE KOMMISSION und die nationalen Verbraucherschutzbehörden haben Ende Januar 2022 die Ergebnisse eines EU-weiten Website-Screenings von Online-Kundenbewertungen veröffentlicht. Fast zwei Drittel der analysierten Online-Shops, Marktplätze, Buchungswebsites, Suchmaschinen und Preisvergleichsdienste ließen Zweifel an der Zuverlässigkeit der Bewertungen aufkommen. [10] EU-Justizkommissar DIDIER REYNOLDERS: „Insbesondere müssen Online-Unternehmen ihren Kunden klare und erkennbare Informationen über die Zuverlässigkeit solcher Bewertungen zur Verfügung stellen. Die heutigen Ergebnisse sind ein klarer Aufruf zum Handeln. Wir werden dafür sorgen, dass das EU-Recht eingehalten wird.“

## Fazit

Es bleibt viel zu tun, ein EU-Referenzzentrum für eCommerce-Kontrolle kann da vielleicht unterstützen, im Wesentlichen ist aber die Politik gefragt: Seien es weitere gesetzliche Regelungen, eine einheitliche Vorgehensweise in ganz Deutschland oder eine bessere personelle und technische Ausstattung der Lebensmittelüberwachungsbehörden (bei der Kontrolle, Probeentnahme, Ermittlung, Laboruntersuchung und Rechtsverfolgung, z.B. durch Schwerpunktstaatsanwaltschaften). (AC)

Quellen: [1] BVL-Pressemeldung „Onlinehandel braucht neue Regelungen“ vom 24.03.2022 ◆ [2] statista.com/statistik/daten/studie/894997/umfrage/umsatz-mit-lebensmitteln-im-deutschen-online-handel, November 2021 ◆ [3] BVEH (01.10.2021): Onlinehandel ist keine Eintagsfliege, Lebensmittel Zeitung 39: 67 ◆ [4] www.bundesrat.de/SharedDocs/TO/1006/erl/4.pdf ◆ [5] BT-Drucksache 19/25319, https://dserver.bundestag.de/btd/19/253/1925319.pdf ◆ [6] www.cibus-recht.de/4-lfgb-aenderungsgesetz-veroeffentlicht/ ◆ [7] www.altroconsumo.it/organizzazione/media-e-press/comunicati/2022/integratori-dimagranti-indagine-regolarita-prodotti-e-dichiarazioni-in-etichetta, Stand



26.04.2022 ♦ [8] Antwort auf die VIG-Anfrage beim LANUV zum Lebensmittelonlinehandel durch die VZ NRW vom 30.05.2022 ♦ [9] Gemeinsame Zentralstelle „Kontrolle der im Internet gehandelten Erzeugnisse des LFGB und Tabakerzeugnisse“: Jahresbericht 2020,

veröffentlicht am 22.12.2021, [www.bvl.bund.de/SharedDocs/Downloads/01\\_Lebensmittel/Internethandel/Jahresbericht\\_2020\\_G@zielt.pdf](http://www.bvl.bund.de/SharedDocs/Downloads/01_Lebensmittel/Internethandel/Jahresbericht_2020_G@zielt.pdf) ♦ [10] EU: 2021 – sweep on online consumer reviews. EU aktuell 25.01.2022, <https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/>

[consumer-rights-and-complaints/enforcement-consumer-protection/sweeps\\_en#2021-sweep-on-online-consumer-reviews](https://www.consumer-rights-and-complaints/enforcement-consumer-protection/sweeps_en#2021-sweep-on-online-consumer-reviews) ♦ [11] Persönliche Mitteilung HP. Riedmiller, Landesverband der Lebensmittelkontrolleure NRW, Juli 2021 [alle abgerufen am 27.06.2022]

## Food Fraud

# Lebensmittel im Visier der organisierten Kriminalität

Grundsätzlich stellt der Handel mit minderwertigen oder falsch deklarierten Agrarerzeugnissen und Lebensmitteln für Strukturen der Italienischen Organisierten Kriminalität (IOK, Agrar-Mafia) ein Betätigungsfeld dar, in dem hohe Gewinne erzielt werden können – so die Antwort der (alten) Bundesregierung (19/32478) auf eine Kleine Anfrage der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN (19/32180). Sowohl das Entdeckungsrisiko als auch die Strafandrohung seien bei *Food Fraud* (Lebensmittelkriminalität) relativ gering – insbesondere im Vergleich zu sonstigen Kriminalitätsfeldern wie etwa der Rauschgiftkriminalität. Es seien vereinzelt Erkenntnisse gewonnen worden, dass kriminelle Strukturen, die der IOK zuzurechnen seien, gefälschte oder minderwertige Agrarerzeugnisse oder Lebensmittel (z.B. Olivenöl, Fisch und Meeresfrüchte) in den Vertrieb bringen beziehungsweise Gastronomiebetriebe zur Abnahme nötigen. [1]

Informationen deuteten auch darauf hin, dass verfälschte Kräuter und Gewürze auf dem EU-Markt vorhanden sind, aber oft unentdeckt bleiben. Daher wurde der erste koordinierte Kontrollplan zur Echtheit von sechs verschiedenen Kräutern und Gewürzen von 21 EU-Mitgliedstaaten, der Schweiz und Norwegen durchgeführt. Im November 2021 hat die EU-KOMMISSION die Ergebnisse veröffentlicht. Bei 17 % der untersuchten Proben (323 von 1.885) bestand der Verdacht einer Fälschung. Auffällig waren Oregano-Produkte (48 %), die häufig mit Blättern des Olivenbaums gestreckt waren. Beim Pfeffer wurden 17 % der Proben beanstandet, gefolgt von Kreuzkümmel (14 %), Kurkuma (11 %), Safran (11 %) und Paprika/Chili (6 %). Die meisten Proben enthielten nicht

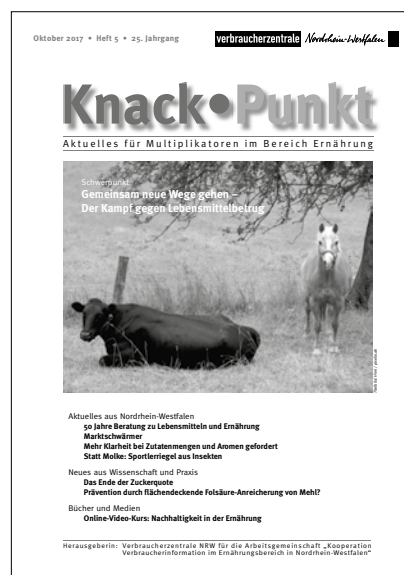
deklariertes Pflanzenmaterial – etwa Koriander im Kreuzkümmel oder Färbdistel (Saflor) in teurem Safran. In zwei Prozent wurden nicht zugelassene Farbstoffe wie Azofarbstoffe nachgewiesen. Eine Probe Kurkuma enthielt toxisches Blei-Chromat. [2]

Die Kommission forderte die nationalen Behörden auf, die amtlichen Kontrollen in diesem Sektor zu verstärken, um weiterhin betrügerische Praktiken abzuwehren und Betrüger zu bestrafen.

Und dann sind da noch die Dopingsubstanzen, die sich gerne als scheinbar „natürliche“ Nahrungsergänzungsmittel tarnen. Laut GÜNTHER YOUNGER, Chefermittler der WELT-DOPING-AGENTUR (WADA) sind die Gewinnmargen bei Dopingsubstanzen ähnlich groß wie bei harten Drogen. Aber auch hier ist die Wahrscheinlichkeit, erwischt zu werden, deutlich geringer als bei Drogen und die zu erwartenden Strafen sind sehr viel

niedriger. Gegen dieses einträgliche Geschäft gehen in Deutschland bisher nur wenige Sonderstaatsanwaltschaften z.B. in Freiburg, Rostock oder München vor. Der großangelegte Handel mit Dopingsubstanzen ist zwar verboten und Spitzensportler:innen verstoßen bei der Verwendung gegen das Gesetz. Das gilt aber nicht für Breitensportler:innen, die geringe Mengen zum Eigengebrauch kaufen. Und hier gibt es wohl durchaus ausgeklügelte Netzwerke, gerade unter Bodybuilder:innen. Dabei können anabole und andere Substanzen sehr gesundheitsschädlich sein, vor allem wenn sie in Hinterzimmer-Laboren produziert werden. Solche gibt es auch in NRW, sie wurden bisher allerdings eher zufällig entdeckt. [3] Im Oktober 2021 wurde daher im NRW-Landtag im Sinne eines sauberen Sports ein „Zentrales Sonderdezernat Doping“ beschlossen [4]. Es soll an die im September 2020 gegründete ZENTRAL- UND ANSPRECHSTELLE FÜR DIE VERFOLGUNG ORGANISierter STRAFTATEN (ZEOS NRW) bei der Staatsanwaltschaft Düsseldorf angegliedert werden [5]. Und im Kampf gegen die Organisierte Kriminalität rüstet die nordrhein-westfälische Justiz weiter auf: Noch in 2022 soll das Landgericht Düsseldorf vier neue große Strafkammern bekommen [6]. (AC)

Quellen: [1] Einfluss der Organisierten Kriminalität und Italienischen Organisierten Kriminalität auf den Agrar- und Lebensmittelmarkt – Aktuelle Entwicklungen. Stand: 15.09.2021, <https://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/324/1932478.pdf> ♦ [2] Maquet A et al. (2021): Results of an EU wide coordinated control plan to establish the prevalence of fraudulent practices in the marketing of herbs and spices, EUR 30877 EN, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2021, doi:10.2760/309557, <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC126785> ♦ [3] Rohlfing S: Gegen eine stabile Mauer des Schweigens, Kökner Stadtanzeiger vom 06.12.21 ♦ [4] Antrag Drucksache 17/15261, Plenarprotokoll 14/144 vom 07.10.21, [www.landtag.nrw.de/portal/WWW/dokumentenarchiv/Dokument/MMP17-144.pdf](http://www.landtag.nrw.de/portal/WWW/dokumentenarchiv/Dokument/MMP17-144.pdf) ♦ [5] [www.justiz.nrw.de/JM/schwerpunkte/zeos/index.php](http://www.justiz.nrw.de/JM/schwerpunkte/zeos/index.php) ♦ [6] Organisierte Kriminalität: NRW bekommt vier neue große Strafkammern. PM Justizministerium NRW vom 14.05.22, [www.justiz.nrw.de/JM/Presse/dpa\\_ticker/DPA\\_1605/index.php](http://www.justiz.nrw.de/JM/Presse/dpa_ticker/DPA_1605/index.php)



Food Fraud als Schwerpunktthema in Heft 5/2017

G. Winkler, A.E. Purtscher, A. Streber

## Nudge – Die Kunst, Essen geschickt zu platzieren

Das Fachbuch richtet sich an die Betreiber:innen von Mensen und gibt Impulse für eine gesunde, nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung. Die Autorinnen beleuchten den Stupser „Nudge“, den es manchmal braucht, um die richtigen Entscheidungen zu treffen, aus ernährungsphysiologischer und kommunikativer Sicht. In neun Schritten beschreiben sie den Prozess, wie ein Nudge als Unterstützungsinstrument ganz konkret eingesetzt werden kann und beziehen dabei immer auch die Sicht der Gäste mit ein. Wissenschaftlich fundiert und anhand von Erfahrungswerten aus der Praxis gibt das Buch zielführende Hinweise, wie Entscheidungs-

hilfen hinsichtlich einer nachhaltigen und gesunden Gemeinschaftsverpflegung alltagstauglich platziert werden können. Es richtet seinen Blick dabei vor allem auf ökologische, regionale, saisonale Lebensmittel, aber auch auf einen reduzierten Fleischkonsum und mehr Bewusstsein für pflanzliche Lebensmittel.

Die Themen Salz, Zucker und Getränke vervollständigen die Ideen, gesunde Nudges einzusetzen. Abschließend zeigt das Buch Möglichkeiten auf, wie durch Nudges der Aspekt der Verringerung von Lebensmittelabfällen aufgegriffen werden kann.

Der Leitfaden richtet sich zwar in erster Linie an die Verantwortlichen in



Gertrud Winkler, Anna Elisabeth Purtscher, Agnes Streber: Nudge. Die Kunst, Essen geschickt zu platzieren. 1. Auflage 2022, 104 Seiten, Verlag Neuer Merkur rhw-profi, ISBN 978-3-95409-055-6, 23,90 €, E-Book 16,99 €

der Gemeinschaftsverpflegung, eignet sich aber auch um einen schnellen und einfachen Einstieg in die Thematik zu bekommen. (Ces)

K. Schlegel-Matthies, S. Bartsch, W. Brandl; B. Methfessel

## Konsum – Ernährung – Gesundheit: Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung

Das Fachbuch „Konsum – Ernährung – Gesundheit“ zeigt ein aktualisiertes, wissenschaftlich fundiertes, didaktisches Konzept der haushaltsbezogenen Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB) auf. Es basiert auf den Ergebnissen der „Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in allgemeinbildenden Schulen (REVIS)“, die auf der Grundlage des derzeitigen fachdidaktischen Forschungsstandes aktualisiert und ergänzt wurden. Die in der Fachwelt bekannten Autor:innen betonen, dass das gemeinsame umfangreiche

Werk kein Lehrbuch ersetzt, sondern die Professionalisierung von Lehrenden und Akteur:innen im Bereich Ernährungs- und Verbraucherbildung unterstützen soll. Die Lesenden bekommen die Möglichkeit, ihre private Lebensführung in Bezug auf die aktuellen und zukünftigen Herausforderungen der Gesellschaft zu analysieren und zu reflektieren. Als Kernstück des Buches bieten die zehn Bildungsziele die Möglichkeiten einer Umsetzung. Das neu hinzugefügte Bildungsziel „Die Organisation der Daseinsvorsorge für die private



Lebensführung reflektieren“ ergänzt als Basis die neun Bildungsziele aus dem REVIS-Referenzrahmen von 2005 ausführlich. Diese umfassen unter anderem die Bedeutung von Ressourcen für die Lebensgestaltung und von Konsumentscheidungen sowie ein Verständnis und eine Reflexion der Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit. Das Autor:innen-Team bietet einer engagierten Leserschaft eine vertiefende Lektüre mit vielen Aspekten und Anregungen. (KGW)

Kirsten Schlegel-Matthies, Silke Bartsch, Werner Brandl, Barbara Methfessel: Konsum – Ernährung – Gesundheit: Didaktische Grundlagen der Ernährungs- und Verbraucherbildung, 1. Auflage 2022, 406 S., utb.Verlag Barbara Budrich, ISBN: 9783825257675, 29,90 €, E-Book 23,99 €

Netzwerk Gesund ins Leben

## Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter

Die Ende Juni veröffentlichten, aktualisierten Handlungsempfehlungen des NETZWERKS GESUND INS LEBEN zur Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter bieten Fachpersonal eine verlässliche Grundlage für eine fundierte Beratung auf dem neuesten Stand der Wissenschaft. Ziel ist es, Familien dabei zu unterstützen, ihren Lebensstil positiv zu verändern. Neben der diversitätssensiblen Beratung

wurden auch Handlungsoptionen für eine Ernährungsweise aufgenommen, die gleichermaßen gesund für Mensch und Erde ist. Der Leiterin des Netzwerks, MARIA FLOTHKÖTTER, ist es wichtig, in der Beratung in den Dialog zu gehen und die Lebensrealität der Familie kennenzulernen. Es soll nichts Perfektes vorgegeben, sondern gutes Gelingen gefördert werden. Familien werden damit unterstützt, selbstbe-

wusst einen gesunden, individuell passenden Lebensstil zu entwickeln, auch mit Blick auf das Klima.

Die Handlungsempfehlungen gelten für gesunde Kinder im Alter von ein bis drei Jahren und gliedern sich in fünf Abschnitte: Diversitätssensible Beratung, Essen lernen, Ernährungsweise inklusive vegetarischer und veganer Ernährung, Nahrungsmittelnunverträglichkeiten und körperliche Aktivität, einschließlich Medienkonsum und Schlaf. Jeder Abschnitt enthält Empfehlungen, erläutert die wissenschaftlichen

Grundlagen und gibt Hintergrundinformationen, die einen tieferen Einblick in die aktuelle Studienlage und die praktische Umsetzung ermöglichen.

Die Handlungsempfehlungen sind erstmals im Jahr 2013 erschienen und wurden jetzt auf Basis der aktuellen wissenschaftlichen Datenlage im Rahmen eines Revisionsprozesses überarbeitet. (AC)

→ <https://gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/ernaehrung-und-bewegung-fuer-kleinkinder/handlungsempfehlungen>

→ [www.ble-medienservice.de/3418/ernaehrung-und-bewegung-im-kleinkindalter-aktualisierte-handlungsempfehlungen](http://www.ble-medienservice.de/3418/ernaehrung-und-bewegung-im-kleinkindalter-aktualisierte-handlungsempfehlungen)



M. Keller und A. Sabersky

### Öfter mal die Sau rauslassen

Die Sau rauslassen...? Ein Buch vom Vegan-Experten KELLER über (artgerechte) Tierhaltung? Nein, es geht um viel mehr: um nachhaltige, pflanzenbasierte Ernährung. Prof. Dr. MARKUS KELLER und ANNETTE SABERSKY beleuchten die Auswirkungen unterschiedlicher Ernährungsstile auf Gesundheit, Umwelt und Klima, Welt-ernährung, Menschen und Tiere und kommen zum Fazit: „Die Zukunft is(s)t plant-based“. Nur mit einer pflanzenbasierten Ernährungsweise – mit deutlich weniger tierischen Produkten als bisher – haben wir und künftige Generationen die Chance auf eine lebenswerte Zukunft.

Die gesundheitlichen Benefits einer pflanzenbetonten Kost werden mit Bezug auf die aktuelle Studienlage ausführlich beleuchtet. Der dringende Handlungsbedarf, den Konsum tierischer Nahrungsmittel zu reduzieren, wird in

der umfassenden Darstellung der Umweltfolgen der Tierhaltung deutlich. Viele Infos wiederholen sich in den einzelnen Abschnitten, so dass es je nach Interessen möglich ist, das Buch auszugsweise zu lesen.

Wie eine bedarfsdeckende Ernährung sogar ohne Fleisch funktioniert, wird allgemeinverständlich mit den Lebensmittelpyramiden für vegetarische und für vegane Ernährung erklärt und praktische Tipps zur Ernährungs-

umstellung gegeben incl. einiger Rezepte für selbst hergestellte pflanzliche Alternativen zu Milchprodukten.

Nach der Lektüre des Buchs ist die doppelte Bedeutung des Titels klar: Sowohl aus gesundheitlicher Sicht „Öfter mal die Sau – also das (Schweine-)Fleisch aus der Mahlzeit – rauslassen“ als auch im wörtlichen Sinne: Wenn Fleisch, dann solches aus artgerechter Tierhaltung.

Ganz so entspannt wie der Titel vermuten lässt, ist eine Ernährungs-umstellung dann aber doch nicht möglich. (Kn)



### „Ist viel Protein besonders gut?“, S. 10ff

**Forts. von S. 13:** [16] Kroke A et al. (2022): Dietary protein intake and health-related outcomes: a methodological protocol for the evidence evaluation and the outline of an evidence to decision framework underlying the evidence-based guideline of the German Nutrition Society. *Eur J Nutr*: <https://doi.org/10.1007/s00394-021-02789-5> • [17] Veldhorst M et al. (2008): Protein-induced satiety: effects and mechanisms of different proteins. *Physiol Behav* 94: 300–307 • [18] Halton TL, Hu FB (2004): The effects of high protein diets on thermogenesis, satiety and weight loss: a critical review. *J Am Coll Nutr* 23: 373–385 • [19] Lepe M et al. (2011): Long-term efficacy of high-protein diets: a systematic review. *Nutr Hosp* 26: 1256–1259 • [20] Santesso N et al. (2012): Effects of higher-versus lower-protein diets on health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Eur J Clin Nutr* 66: 780–788 • [21] Clifton PM et al. (2014): Long term weight maintenance after advice to consume low carbohydrate, higher protein diets—a systematic review and meta analysis. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 24: 224–235 • [22] Krieger JW et al. (2006): Effects of variation in protein and carbohydrate intake on body mass and composition during energy restriction: a meta-regression. *Am J Clin Nutr* 83: 260–274 • [23] Bhasin S et al. (2018): Effect of Protein Intake on Lean Body Mass in Functionally Limited Older Men: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Intern Med* 178: 530–541 • [24] DAAB: Erbsenproteine: das sollten Allergiker wissen. 04.04.2022 [www.daab.de/blog/2022/04/erbsenproteine-das-sollten-allergiker-wissen/](http://www.daab.de/blog/2022/04/erbsenproteine-das-sollten-allergiker-wissen/) • [25] FAO, WHO: Ad hoc Joint FAO/WHO Expert Consultation on Risk Assessment of Food Allergens Summary report of the Ad hoc Joint FAO/WHO Expert Consultation on Risk Assessment of Food Allergens. Part 1: Review and validation of Codex priority allergen list through risk assessment. 10.05.2021, <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/food-safety/jemra/1st-allergen-summary-report-10may2021.pdf> • [26] Monteiro CA et al. (2018): The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutr*. 21: 5–17 • [27] Pagliai G et al. (2021): Consumption of ultra-processed foods and health status: a systematic review and meta-analysis. *Br J Nutr* 125: 308–318 • [28] Matos RA et al. (2021): Review: The Consumption of Ultra-Processed Foods and Non-communicable Diseases in Latin America. *Front Nutr* 8: 622714 • [29] GFRP: Ultra-processed foods: A global threat to public health. Mai 2021, [https://globalfoodresearchprogram.org/wp-content/uploads/2021/04/UPF\\_ultra-processed\\_food\\_fact\\_sheet.pdf](https://globalfoodresearchprogram.org/wp-content/uploads/2021/04/UPF_ultra-processed_food_fact_sheet.pdf) • [30] Fardet A, Rock E (2020): Ultra-Processed Foods and Food System Sustainability: What Are the Links? *Sustainability* 12: 6280 • [31] Richter M et al. (2016): Vegan Diet. Position of the German Nutrition Society (DGE). *ErnahrungsUmschau* 63: 92–102 • [32] Alexy U et al.: Vegetarische und vegane Ernährung bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Vechi-Youth-Studie. In: *Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 14. Ernährungsbericht*. Bonn (2020) 289–354 [alle Links abgerufen am 22.06.2022]



## Termine

- **Neuss** • bis 25. September 2022 – Ausstellung: Kaffee ist fertig! Karriere eines Heißgetränks – [clemens-sels-museum-neuss.de/ausstellungen/kaffee-ist-fertig](http://clemens-sels-museum-neuss.de/ausstellungen/kaffee-ist-fertig)
- **Dortmund** • 25. August 2022 – Fachtag „Nachhaltige Verpflegung in Gemeinschaftseinrichtungen, Betriebskantinen und auf Veranstaltungen“ – <https://nachhaltige-beschaffung.org>
- **Dortmund** • 26.-28. August 2022 – Messe Fair Friends – [www.fair-friends.de/start/](http://www.fair-friends.de/start/)
- **Online** • 31. August - 1. September 2022 – Bonner Ernährungstage – [www.dge.de/va/tagungen/symposium-2022](http://www.dge.de/va/tagungen/symposium-2022)
- **Online** • 1. September 2022 – BZfE-Forum „Ernährung 4.0: Wie Digitalisierung unser Essen beeinflusst“ – [www.bzfe.de/ernaehrung/ernaehrungskommunikation/bzfe-foren/6-bzfe-forum-2022](http://www.bzfe.de/ernaehrung/ernaehrungskommunikation/bzfe-foren/6-bzfe-forum-2022)
- **Gießen** • 14.-16. September 2022 – Insecta 2022 – [www.insecta-conference.com](http://www.insecta-conference.com)
- **Bundesweit** • 16.-30. September 2022 – 21. Faire Woche – [www.faire-woche.de/start](http://www.faire-woche.de/start)
- **Online** • 23.-25. September 2022 – Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Säure-Basen-Haushalt – [www.ugb.de/seminare/fortbildungen/nahrungsmittelunvertraeglichkeiten-saeure-basen-haushalt/](http://www.ugb.de/seminare/fortbildungen/nahrungsmittelunvertraeglichkeiten-saeure-basen-haushalt/)
- **Edertal** • 23.-25. September 2022 – Seminar: Jugendliche motivieren – [www.ugb.de/seminare/fortbildungen/kinder-und-jugendliche-motivieren/](http://www.ugb.de/seminare/fortbildungen/kinder-und-jugendliche-motivieren/)
- **Bundesweit** • 29. September - 6. Oktober 2022 – Aktionswoche Deutschland rettet Lebensmittel – [www.zugtuferdientonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel](http://www.zugtuferdientonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel)
- **Münster** • 1./2. Oktober 2022 – Veggieinale & FairGoods Messe – [www.veggiale.de](http://www.veggiale.de)
- **Bundesweit** • 2. Oktober 2022 – Tage der Regionen: Kurze Wege – große Wirkung – [www.tag-der-regionen.de](http://www.tag-der-regionen.de)
- **Edertal** • 7.-9. Oktober 2022 – UGB-Symposium „Essen ist auch Kopfsache“ – [www.ugb.de/symposium](http://www.ugb.de/symposium)

## Internet

### Interessantes im Netz

Zukunftsvision:  
Menü der Zukunft. Gut für uns.  
Gut fürs Klima.  
[www.nutrition-hub.de/post/menue-der-zukunft](http://www.nutrition-hub.de/post/menue-der-zukunft)



Einstufung Synephrin-haltige Produkte  
[www.bvl.bund.de/SharedDocs/Downloads/01\\_Lebensmittel/expertenkommission/Stellungnahme\\_Synephrin.pdf](http://www.bvl.bund.de/SharedDocs/Downloads/01_Lebensmittel/expertenkommission/Stellungnahme_Synephrin.pdf)



Erklärfilm: Hormone und endokrine Disruptoren  
[www.bfr.bund.de/de/erklaerfilm\\_hormone\\_und\\_endokrine\\_disruptoren-297200.html](http://www.bfr.bund.de/de/erklaerfilm_hormone_und_endokrine_disruptoren-297200.html)



Ausgewählte Fragen und Antworten zur Position der DGE zu veganer Ernährung  
[www.dge.de/wissenschaft/faqs/vegane-ernaehrung](http://www.dge.de/wissenschaft/faqs/vegane-ernaehrung)



BfR-Videos: Ordnung im Kühlschrank / korrektes Kühlen  
[www.youtube.com/playlist?list=PL4cxeorZOjEOI8vByhEgcDThu4e\\_AmBYP](http://www.youtube.com/playlist?list=PL4cxeorZOjEOI8vByhEgcDThu4e_AmBYP)



Wussten Sie schon, dass Ihnen immer mehrere ältere Jahrgänge des **Knack•Punkt** im Internet als PDF-Datei kostenlos zur Verfügung stehen? Die jeweilige Ausgabe muss nur mindestens ein Jahr alt sein. Aktuell können Sie jetzt das Heft 4/2021 herunterladen. Nutzen Sie den folgenden Link oder den abgedruckten QR-Code:  
→ [www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt\\_4\\_2021](http://www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt_4_2021)

