

GESÜNDERE LEBENSMITTEL AUF EINEN BLICK ERKENNEN

i Die Mehrheit der Verbraucherinnen und Verbraucher möchte sich gesund ernähren.¹ Beim Einkaufen im Supermarkt ist jedoch schwer zu beurteilen, was die Zusammensetzung der Nährwerte bedeutet und ob bzw. welcher Joghurt, Fertigpizza oder Müsli eher gesund oder ungesund ist. Eine farbliche Nährwertkennzeichnung auf der Produktvorderseite hilft Verbrauchern, gesündere Alternativen auf einen Blick zu erkennen.

Im Jahr 2016 wurde die Nährwertkennzeichnung durch die Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) EU-weit vereinheitlicht. Seitdem müssen Hersteller auf der Rückseite von verarbeiteten Lebensmitteln in einer Tabelle angeben, wie viel Zucker, Fett oder Salz pro 100 Gramm oder 100 Milliliter enthalten sind. Wie diese Werte zu interpretieren sind, bleibt unklar. Mitgliedstaaten können daher ergänzend freiwillige Nährwertkennzeichnungssysteme empfehlen. In Frankreich gibt es seit 2017 ein farbiges Kennzeichnungssystem, den Nutri-Score. Der Nutri-Score nimmt eine Gesamtbewer-

tung des Lebensmittels vor, indem er positive und negative Nährwerteigenschaften des Produkts verrechnet. Das Ergebnis wird auf einer fünfstufigen Farbskala dargestellt. Diese Art der Kennzeichnung erleichtert es Verbrauchern nachweislich, gesündere Kaufentscheidungen zu treffen.²

! Der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) fordert, auch in Deutschland eine einheitliche, farbliche Nährwertkennzeichnung einzuführen. Der Nutri-Score ist dafür ein überzeugendes Beispiel aus der Praxis.

NUTRI-SCORE: SO KANN ES GEHEN

Nach einem wissenschaftlichen Bewertungssystem werden Punkte für Inhaltsstoffe bzw. Lebensmittel vergeben.



Inhaltsstoffe/Lebensmittel – positiv für die Bewertung
z.B. Eiweiß, Ballaststoffe, Obst, Gemüse, Nüsse



Inhaltsstoffe – negativ für die Bewertung
z.B. Zucker, gesättigte Fettsäuren, Salz



Der Score bietet Orientierung
Aus der Gesamtpunktzahl ergibt sich die farbliche Bewertung. Je weniger Punkte, desto besser und ausgewogener ist das Lebensmittel.

Quelle: Verbraucherzentrale Hamburg

DER VZBV FORDERT

Farbliche Nährwertkennzeichnung einführen: Verbraucher müssen bereits auf der Vorderseite von Lebensmitteln erkennen können, wie gesund und ausgewogen ein Produkt ist. Andere EU-Länder wie Frankreich oder Belgien setzen hierbei auf den Nutri-Score. Um eine europaweit einheitliche, farbliche Nährwertkennzeichnung zu erleichtern, sollte der Fokus auch in Deutschland auf den Nutri-Score gelegt werden.

Wissenschaftlich basiert und unabhängig erarbeitet: Das Modell muss auf wissenschaftlicher Grundlage entwickelt und in Testmärkten auf seine Wirkung beim Verbraucher geprüft werden. Gesundheits- und Verbraucherverbände müssen in einem Dialogprozess an der Erarbeitung beteiligt werden.

Gesamtqualität der Lebensmittel bewerten: Für die Bewertung eines Lebensmittels dürfen nicht nur einzelne Zutaten wie Zucker oder Fett herangezogen werden. Stattdessen muss die Gesamtqualität des Lebensmittels berücksichtigt werden, zum Beispiel auch der Ballaststoffanteil. Wie bisher sollten sich die Angaben auf 100 Gramm oder 100 Milliliter beziehen.

Kennzeichnung regelmäßig evaluieren: Das neue Kennzeichnungsmodell muss regelmäßig evaluiert und bei Bedarf angepasst werden. Ziel sollte es sein, dass die Lebensmittel gesünder werden – und nicht, dass Rezepturen für eine bessere Bewertung angepasst werden, ohne dass sich die Qualität verbessert.

DATEN UND FAKTEN

i Die Bundesregierung hat in ihrem Koalitionsvertrag angekündigt, die Nährwertkennzeichnung in Deutschland bis Sommer 2019 weiterzuentwickeln.³

i Das Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel (Max Rubner-Institut) hat verschiedene Modelle der Nährwertkennzeichnung ausgewertet. Das Ergebnis: Bei allen ausgewerteten Modellen bieten gekennzeichnete Produkte Verbrauchern einen Mehrwert gegenüber Produkten ohne Kennzeichnung.⁴

i Vor der Einführung des Nutri-Score wurden in Frankreich Modelle der Nährwertkennzeichnung wissenschaftlich getestet. Der Nutri-Score schnitt im Vergleich zu anderen Modellen besser ab und wurde von Verbrauchern am einfachsten verstanden.⁵

i Einige Unternehmen verwenden in Deutschland bereits den Nutri-Score. Aufgrund eines laufenden Gerichtsverfahrens gegen diese Praxis besteht derzeit jedoch Rechtsunsicherheit für die Hersteller.⁶

ORIENTIERUNG AM SUPERMARKTREGAL



Johanna verbringt ihren Sommerurlaub dieses Jahr in Frankreich. Auch im Urlaub will sie auf ihren heißgeliebten Müsli-Joghurt nicht verzichten. Im französischen Supermarkt findet sie auf Anhieb ihre Liebessorte, die sie auch Zuhause immer isst. Doch was ist das für ein Aufdruck? Johanna wundert sich über die farbliche Kennzeichnung und den Buchstaben vorne auf der Verpackung. Das orangefarbene D macht keinen guten Eindruck auf sie. In ihrer Ferienwohnung angekommen, will sie der Sache auf den Grund gehen. Bei einer Recherche im Internet findet

sie heraus, dass es in Frankreich eine farbliche Nährwertkennzeichnung gibt, den Nutri-Score. Die Nährwertqualität ihres Lieblingsjoghurts ist demnach nicht so gut, wie sie dachte. Als sie am nächsten Tag wieder in den Supermarkt geht, vergleicht sie verschiedene Produkte. Dabei fällt ihr auf, wie unterschiedlich vermeintlich ähnliche Lebensmittel abschneiden können. Johanna entscheidet sich dazu, einen Joghurt auszuprobieren, der eine bessere Bewertung bekommt. Anhand der französischen Kennzeichnung kann sie die Produkte auf Anhieb vergleichen und eine ausgewogenere Alternative finden.

Gesündere Alternativen auf einen Blick erkennen

Wieder in Deutschland angekommen, studiert Johanna am Supermarktregal fleißig die Nährwerttabellen. Wie die Zahlen genau zu interpretieren sind, ist für sie aber oft nicht klar. Gerne hätte sie auch in Deutschland eine Kennzeichnung, die direkt zeigt, wie ausgewogen und gesund ein Lebensmittel im Vergleich zu anderen Produkten ist. So wie Johanna geht es vielen Verbrauchern: Sie wünschen sich eine Kennzeichnung, die es ihnen erleichtert, die gesündere Alternative auf einen Blick zu erkennen.



Kontakt:

Anne Markwardt
Teamleiterin Lebensmittel
Lebensmittel@vzbv.de

1 BMEI Ernährungsreport 2018; Deutschland, wie es isst, S. 6.

2 Ducrot et al. (2016). Impact of different front-of-pack nutrition labels on consumer purchasing intentions: a randomized controlled trial. American journal of preventive medicine 50/5.

3 Koalitionsvertrag zwischen CDU, CSU und SPD für die 19. Legislaturperiode, S. 89.

4 Max Rubner-Institut: Beschreibung und Bewertung ausgewählter „front-of-pack“-Nährwertkennzeichnungs-Modelle, S. 75.

5 Crosetto et al. (2018). Nutritional and economic impact of 5 alternative front-of-pack nutritional labels: experimental evidence. Working Paper GAEL 11/2018.

6 Spiegel Online: Iglo darf Nährwertkennzeichnung nicht nutzen (16.04.2019).