

Versteckte Süßmacher

Bundesweite Markterhebung

Eine Gemeinschaftsaktion der Verbraucherzentralen

Bericht
Juni 2013

Konzeption, Durchführung, Bericht:

Verbraucherzentrale Bayern e.V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.
Verbraucherzentrale Sachsen e.V.
Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e.V.
Verbraucherzentrale Thüringen e.V.

Die Markterhebung erfolgte durch:

Verbraucherzentrale Bayern e.V. (Federführung)
Verbraucherzentrale Brandenburg e.V.
Verbraucherzentrale Niedersachsen e.V.
Verbraucherzentrale Sachsen e.V.
Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e.V.
Verbraucherzentrale Thüringen e.V.

Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Mozartstr. 9
80336 München

© Verbraucherzentrale Bayern e.V., Juni 2013

Gefördert durch:



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Inhalt

1	Marktlage, Situation und Zielstellung	5
2	Rechtliche Rahmenbedingungen	7
3	Vorgehensweise	9
4	Ergebnisse	9
4.1	Süßende Zutaten	10
4.2	Mehrfacheinsatz süßender Zutaten	12
4.3	Hohe Zuckermengen	13
4.4	Reformulierungen	15
4.4.1	Austausch von Zucker durch Maltitsirup (Zuckeraustauschstoff)	15
4.4.2	Austausch von Fett durch süßende Zutaten	16
4.4.3	Austausch von Zucker durch Maltodextrin/Dextrin	16
4.5	Aufmachung und Auslobung	17
4.5.1	Nährwertangaben	17
4.5.2	Produktbeispiele Milchprodukte	18
4.5.3	Produktbeispiele Süßigkeiten	20
4.5.4	Produktbeispiele Getreideprodukte	21
4.5.5	Produktbeispiele Fruchtzubereitungen	23
4.5.6	Produktbeispiele Getränke	28
4.5.7	Produktbeispiele Pikante Fertigprodukte	30
5	Bewertung der Ergebnisse	31
6	Schlussfolgerung	34
7	Anhang	35
7.1	Rechtliche Einordnung der verschiedenen süßenden Zutaten	35
7.2	Täuschungsfreie Kennzeichnung von Produkten mit Steviolglykosiden	36
7.3	Urteil zu „ohne Kristallzuckerzusatz“	37
7.4	Vielzahl der süßenden Zutaten in den einzelnen Produktgruppen	37
7.5	Weitere Produktbeispiele	40
7.6	Erhebungsbogen Marktcheck	48

1 Marktlage, Situation und Zielstellung

Nach Angaben der Wirtschaftlichen Vereinigung Zucker e.V. (Sept. 2012¹) ist der Pro-Kopf-Verbrauch von Zucker (Saccharose jeder Art) in Deutschland seit 40 Jahren nahezu unverändert. Er pendelt zwischen 33 und 34 kg pro Kopf und Jahr und hat eher leicht abnehmende Tendenz. Gleichzeitig stellt der Ernährungsbericht 2012² fest, dass der Verbrauch von Glukose seit 1990 erheblich gestiegen ist. Der Glukoseverbrauch ist heute fast doppelt so hoch wie noch vor etwa 20 Jahren. Als Ursache werden der gestiegene Verbrauch von zuckerhaltigen Getränken und Schokoladenwaren vermutet.

So nehmen nach Angaben der Nationalen Verzehrsstudie II Männer ca. 46 % der Kohlenhydrate in Form von Mono- und Disacchariden und 48 % in Form von Polysacchariden auf. Bei Frauen sind es sogar 51 % Mono- und Disaccharide sowie 45 % Polysaccharide.³

Tatsächlich werden Verbraucherinnen und Verbraucher heute mit einer enormen Vielfalt und Kombination von süßenden Substanzen und damit von Bezeichnungen und Begriffen konfrontiert, die sie oftmals gar nicht als süßend bzw. als Beitrag zum Zuckergehalt eines Lebensmittels einordnen können. Außerdem gibt es neben den allgemein bekannten Lebensmitteln mit einem hohen Zuckeranteil eine Reihe von Produkten, in denen Konsumenten seltener oder überhaupt keine süßenden Zutaten oder Süßungsmittel erwarten.

Laut Definition im Lexikon Lebensmittelrecht⁴ ist der Begriff „Süßungsmittel“ eine Sammelbezeichnung für alle Stoffe, die Lebensmitteln einen süßen Geschmack geben. Dabei wird zwischen unterschiedlichen Zuckerarten, Zuckeraustauschstoffen und Süßstoffen unterschieden. Diese wiederum können Lebensmittelzutat, Novel Food (z.B. Isomaltulose) oder Zusatzstoff sein⁵. Im Ergebnisbericht der Nationalen Verzehrsstudie II werden unter Süßungsmitteln Zucker, Zuckeraustauschstoffe und Süßstoffe zusammengefasst.

In der Zusatzstoffzulassungsverordnung (ZZuV, § 4) ist „Süßungsmittel“ enger definiert, danach sind darunter die in Anlage 2 aufgeführten Zusatzstoffe (Teil A – Zuckeraustauschstoffe, Teil B – Süßstoffe) zu verstehen.

In diesem Bericht wird der Begriff „Süßungsmittel“ analog der ZZuV verstanden, die Gesamtheit aller süßenden Substanzen – Lebensmittel und Zusatzstoffe – werden als süßende Zutaten⁶ bezeichnet.

Bisher gibt es keine Verpflichtung, den Nährwertgehalt eines Lebensmittels zu deklarieren. Und selbst wenn die Hauptnährstoffe genannt werden, muss der Zuckergehalt nur dann angegeben werden, wenn er als wertbestimmende Zutat „mit Traubenzucker“ werblich besonders herausgehoben wird. Eine obligatorische Angabe des Zuckergehalts wird es erst ab 2016 geben, geregelt ist das in der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV).

Bereits jetzt führt die unterschiedliche Definition des Begriffes „Zucker“ in der Nährwertkennzeichnungsverordnung (NKV) und in der Zutatenliste auf dem Etikett zur Verwirrung bei Verbraucherinnen und Verbrauchern. Gemäß NKV werden nur die in Lebensmitteln vorhandenen

¹ Zuckerverbrauch in Deutschland seit 40 Jahren unverändert. Pressemeldung WVZ vom 03.09.2012

² Deutsche Gesellschaft für Ernährung: 12. Ernährungsbericht 2012. dge-info (1): 3, 2013

³ Nationale Verzehrsstudie II, Ergebnisbericht Teil 2, S. 95, 2008

⁴ Lexikon Lebensmittelrecht, Peter Hahn, 39. Akt-Ilg., Mai 2011

⁵ Die rechtliche Einordnung der süßenden Zutaten ist im Anhang 7.1 (, S. 35) dargestellt.

⁶ Zutat im Sinne der LMKV, § 6

Mono- und Disaccharide als „Zucker“ bezeichnet (und berechnet), während in der Zutatenliste Zuckerarten gemäß Zuckerartenverordnung benannt werden und damit auch hochmolekulare Kohlenhydrate enthalten können, die nicht in die Nährwertkennzeichnung eingehen.

Hinzu kommt, dass werbliche Aussagen auf den Produkten unterschiedlich zu bewerten sind. Während Aussagen wie „zuckerfrei“, „zuckerarm“ oder „ohne Zuckerzusatz“ gesetzlich definiert sind⁷, gilt das nicht für „ungesüßt“⁸ bzw. Angaben wie „Süße nur aus Früchten“ oder „mit natürlichem Ahornsirup“. Verbraucherinnen und Verbraucher kennen in der Regel weder diese Unterschiede noch die Bedeutung der gesetzlich festgelegten Aussagen. Erschwert wird das Verständnis auch dadurch, dass die Auslegung der gesetzlich festgelegten Definitionen häufig erst durch Gerichtsentscheidungen erfolgt.

Die Marktuntersuchung soll die Vielfalt der in verarbeiteten Lebensmitteln eingesetzten süßenden Zutaten incl. Süßungsmittel erfassen. Insbesondere sollen systematisch Produkte identifiziert werden, die besonders viele dieser Zutaten enthalten. Weiterhin sollte festgestellt werden, inwieweit Werbeaussagen wie „ohne Zuckerzusatz“, „ohne Kristallzuckerzusatz“, „zuckerfrei“ oder „ohne Süßungsmittel“ zutreffen. Im Segment der pikanten Fertigprodukte sollte überprüft werden, inwieweit hier süßende Zutaten/Zusatzstoffe eingesetzt werden.

Außerdem sollte ermittelt werden, inwieweit es durch die Verwendung von anderen Zuckern als Mono- und Disacchariden möglicherweise zu einer günstigeren Berechnungsweise des Zuckergehalts („geschönte“ Werte) kommen kann.

Des Weiteren sollte herausgefunden werden, welche Lebensmittel bereits reformuliert werden, d.h. der Zuckergehalt durch Rezepturänderung gesenkt wurde, und welche süßenden Zutaten alternativ eingesetzt wurden.

Die Ergebnisse des Marktchecks werden für die Verbraucheraufklärung genutzt und verbraucherpolitische Forderungen abgeleitet.

⁷ Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben (HVC0)

⁸ Die Angabe „ungesüßt“ ist keine nährwertbezogene Angabe im Sinne der HCV, sondern eine Geschmacksangabe. Sie ist demnach zulässig, wenn die Aussage stimmt (also weder Zucker noch süßende Lebensmittel noch Süßungsmittel zugesetzt wurden), pers. Mitteilung F. Gründig, Landesuntersuchungsanstalt für das Gesundheits- und Veterinärwesen Sachsen, 26.03.13

2 Rechtliche Rahmenbedingungen

Für Gewinnung, Einsatz und Kennzeichnung süßender Zutaten gibt es eine Reihe gesetzlicher Vorschriften auf nationaler und europäischer Ebene. Die wichtigsten sind:

- **Lebensmittelkennzeichnungsverordnung (LMKV)**

Sie definiert die Klassennamen

- „Zucker“ (Saccharose aller Art),
- „Glukosesirup“ (Glukosesirup und getrockneter Glukosesirup jeweils mit einem Fruktosegehalt von nicht mehr als 5 Prozent in Gewicht in der Trockenmasse) sowie
- „Dextrose/Traubenzucker“ (kristallwasserfreie und kristallwasserhaltige Dextrose).

Bei diesen Zutaten reicht es, den Namen der Klasse im Zutatenverzeichnis anzugeben.

- **Nährwertkennzeichnungsverordnung (NKV)**

Die NKV schreibt zwingend eine Nährwertangabe vor, wenn ein Nährstoff besonders ausgelobt wird. Bei expliziter Auslobung eines Zuckerstoffes, von gesättigten Fettsäuren, Ballaststoffen oder Natrium/Kochsalz ist die Angabe des Zuckergehaltes erforderlich. Dieser berechnet sich aus der Gesamtheit der Mono- und Disaccharide im Erzeugnis.

- **Verordnung (EG) 1924/2006 über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben bei Lebensmitteln (HCV)**

Sie definiert die Begriffe

- „zuckerarm“,
- „zuckerfrei“,
- „ohne Zuckerzusatz“ sowie
- „reduzierter [Nährstoff]anteil“ sowie synonyme Bezeichnungen

Die HCV wurde durch die Verordnung (EU) 1047/2012 konkretisiert – so ist die Angabe „reduzierter Zuckeranteil“ nur noch zulässig, wenn der Brennwert des Produkts mit dieser Angabe gleich oder geringer ist als der Brennwert eines vergleichbaren Produkts. Produkte, die vor dem 1. Juni 2014 in Verkehr gebracht wurden und nicht den Bestimmungen der HCV in der durch die Verordnung (EU) 1047/2012 geänderten Fassung entsprechen, können bis zum Aufbrauchen der Bestände vermarktet werden.

Von Interesse ist im Zusammenhang mit der gesetzlich definierten Auslobung „ohne Zuckerzusatz“ die Entscheidung des Verwaltungsgerichtes Lüneburg (6 A 62/11), Urteil vom 28.02.2013, das die Etikettierung mit „ohne Kristallzuckerzusatz“ trotz enthaltener Traubensüße als unzulässig ansieht (s. Anhang 7.3, S. 37).

- **Zuckerarten-Verordnung (ZuckArtV)**

Sie definiert die Bezeichnung von:

- Halbweißzucker,
- Zucker oder Weißzucker,
- Raffinierter Zucker, raffinierter Weißzucker oder Raffinade,
- Flüssigzucker = Wässrige Lösung von Saccharose mit näher definierten Merkmalen,
- Invertflüssigzucker,
- Invertzuckersirup,
- Glukosesirup,
- Getrockneter Glukosesirup,
- Dextrose kristallwasserhaltig oder Traubenzucker kristallwasserhaltig,
- Dextrose kristallwasserfrei oder Traubenzucker kristallwasserfrei sowie
- Fruktose.

Diese Zuckerarten genießen Bezeichnungsschutz. Die genannten Bezeichnungen sind Erzeugnissen vorbehalten, die den gesetzlichen Begriffsbestimmungen entsprechen. Sie sind auch gesetzlich festgelegte Verkehrsbezeichnungen im Sinne der LMKV.

- **Zusatzstoffzulassungsverordnung (ZZuLV)**

in Verbindung mit VO (EG) 1333/2008.

Hier werden die Süßungsmittel (Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe) charakterisiert und ihr Einsatz in Lebensmitteln geregelt.

Die ZZuLV wird kommentiert durch die Entscheidung der Kommission vom 4. April 2005 zur Genehmigung des Inverkehrbringens von Isomaltulose als neuartiges Lebensmittel oder neuartige Lebensmittelzutat gemäß der Verordnung (EG) 258/97 des Europäischen Parlaments und des Rates (bekannt gegeben unter Aktenzeichen K (2005) 1001).

- **Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV)**

Sie regelt ab 2016 die Nährwertangabe von Zucker (Gesamtheit der Mono- und Dissaccharide) auf dem Etikett als Bestandteil der dann obligatorischen Nährwertkennzeichnung.

3 Vorgehensweise

Nach einem Pretest im Frühjahr 2012 wurde der Marktcheck im Juli und August 2012 in Bayern, Brandenburg, Niedersachsen, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen durchgeführt.

In die nicht repräsentative Untersuchung wurden zielgerichtet Angebote aus Discountern, Super-, Drogerie- und Biomärkten einbezogen. Voraussetzung war, dass die Produkte eine Nährwertkennzeichnung („Big 8“) aufwiesen. Dabei wurden folgende Produktgruppen berücksichtigt:

- Milchprodukte
- Süßigkeiten
- Getreideprodukte
- Obstzubereitungen
- Getränke
- pikante Fertigprodukte.

Der Erhebungsbogen ist in Anhang 7.6, S. 48, abgebildet.

4 Ergebnisse

Im Rahmen des Marktchecks wurden insgesamt 276 Lebensmittel unter die Lupe genommen. Die Produktgruppen waren wie folgt zusammengesetzt:

- Milchprodukte mit Joghurts, Desserts, Eis und Drinks (n=70),
- Süßigkeiten mit Energieriegeln, Schokoladen, Fruchtgummi, Bonbons und andere (n=36)
- Getreideprodukte mit Müslis, Flakes, Knusperbrote/Zwiebäcke, Kekse ohne Füllung, Kekse mit Creme-/Fruchtfüllung, Waffeln, Müsli-/Keksriegel und Getreidekonfekt (n=80)
- Obstzubereitungen mit Fruchtsoßen, Fruchtaufstrichen, Obstkonserven und Konfitüren (n=45)
- Getränke mit Kaffee-Milchmischerzeugnissen, Erfrischungsgetränken/ Limonaden und Instantgetränkpulvern (n=22)
- pikante Fertigprodukte mit Fertiggerichten, Feinkostsalaten, Ketchups/ Grillsoßen, Leberwürsten und Sauerkonserven (n=22).
- Sonstiges: Kaffeeweißer (n=1)

Die Ergebnisdarstellung erfolgt in fünf Bereichen:

1. Ermittlung der Vielzahl der Bezeichnungen für süßende Zutaten – siehe Kapitel 4.1, S. 10
2. Kombinationen von süßenden Zutaten – siehe Kapitel 4.2, S. 12
3. Unerwartet hohe Zuckermengen – siehe Kapitel 4.3, S. 13
4. Aufzeigen von Reformulierungsansätzen – siehe Kapitel 4.4, S. 15
5. Besonderheiten bei Aufmachung und Auslobung in Bezug auf die Verbrauchererwartung – siehe Kapitel 4.5, S. 17

4.1 Süßende Zutaten

Der Marktcheck zeigt, dass fast alle Produkte Zucker enthalten. Zucker ist aber in der Regel nur eine von mehreren süßenden Zutaten. Dadurch erscheint Zucker in der Zutatenliste auch bei Erzeugnissen mit hohem Zuckergehalt nur noch selten an erster oder zweiter Stelle. Insbesondere bei Produkten, die noch keine Nährwertkennzeichnung aufweisen, wird es somit schwierig, den Zuckeranteil einzuschätzen. Im Marktcheck wurden in den 276 untersuchten Lebensmitteln eine Vielzahl süßender Zutaten ermittelt. Das waren

- sieben der zehn zugelassenen Süßstoffe
- fünf der sieben zugelassenen Zuckeraustauschstoffe
- diverse Zucker (Mono- und Disaccharide) und
- Zutaten mit süßendem Charakter.

Bei den Zuckern fiel auf, dass häufig verschiedene Bezeichnungen wie z.B. Glukose/Traubenzucker verwendet wurden, bei den süßenden Lebensmitteln wurden sowohl Oberbegriffe wie „Fruchtsüße“ als auch Unterbegriffe „Apfelsüße“ oder „Traubensüße“ gefunden.

Tabelle 1 auf S. 11 zeigt die Vielzahl der ermittelten Bezeichnungen, von denen nur wenige ohne Fachkenntnisse als Zucker erkennbar sind. Es sind vor allem die chemischen Bezeichnungen, die unverständlich sein können. Nicht zuletzt fand sich eine Reihe von Zutaten, die durchaus süß schmecken, von Verbraucherinnen und Verbrauchern aber nicht als süßende Zutat erwartet werden, zumal wenn ein derart zusammengesetztes Lebensmittel mit beispielsweise „ohne Zuckerzusatz“ ausgelobt wird.

Monozutaten wie Milch und frische Früchte, die auch zum Zuckergehalt oder zum Süßen beitragen, wurden in dieser Tabelle nicht erfasst.

Neben der süßenden Wirkung können je nach Produktgruppe diese Zutaten auch eher technologische Bedeutung haben, beispielsweise strukturgebend oder konservierend sein.

Durch die Vielfalt der eingesetzten süßenden Zutaten ist es nur schwer möglich, den Zuckergehalt (Gesamtheit der Mono- und Disaccharide) zu ermitteln. Dies insbesondere deshalb, weil die Zusammensetzung dieser Zutaten nicht immer gleich ist. Beispielsweise variiert der Gehalt an Mono- und Disacchariden bei Glukose-Sirup in einem weiten Bereich (20 bis fast 100 %). Festgelegt ist laut ZuckArtV (Anlage 1) lediglich, dass ein Glukose-Sirup mindestens 20 % der

Von Verbraucherinnen und Verbrauchern als Zucker erkennbar / zu verstehen*	Zuckeraustauschstoffe (ZZuLV, Anlage 2, Teil A)	Süßstoffe (ZuZuLV, Anlage 2, Teil B, bzw. VO (EU) 1131/2011)	Von Verbraucherinnen und Verbrauchern nicht unbedingt als süßende Zutat oder Beitrag zum Zuckergehalt einzuordnen
Brauner Zucker Fruchtzucker Invertzucker Invertzuckercreme Invertzuckersirup Karamellisierter Zucker Karamellzuckersirup Malzzucker Milchzucker Raffinadezucker Rohrohrzucker Traubenzucker Vanille-/Vanillinzucker Weißzucker Zucker Gezuckerte Kondensmilch Zuckerrübensirup	Erythrit (E 968) Isomalt (E 953) Maltit / Maltitsirup / Maltitol (E 965) Sorbit (E 420) Xylit (E 967)	Acesulfam-Aspartamsalz (E 962) Acesulfam-K (E 950) Aspartam (E 951) Cyclamat (E 952) Saccharin (E 954) Steviolglykoside (E 960) Sucralose (E 955)	Dextrin / Maltodextrin / Weizendextrin Dextrose Dicksaft Fruchtextrakt Fruchtpüree Fruchtsüße / Apfelsüße / Traubensüße Fruktose Fruktose-Glukose-Sirup Fruktose-Sirup Gerstenmalz / Gerstenmalzextrakt Getrocknete Früchte / Rosinen Getrockneter Glukosesirup Glukose Glukose-Fruktose-Sirup Glukosesirup Honig Inulin Joghurtpulver Karamellsirup Konzentrierte Fruchtsäfte / Fruchtsaftkonzentrate Laktose Magermilchpulver / Vollmilchpulver Maltose Malzextrakt Molkenerzeugnis / Molkenpulver / Süßmolkenpulver Oligofruktose / Raffinose Oligofruktosesirup Polydextrose Saccharose

Tab. 1: Zutaten, die zur Süße oder zum Zuckergehalt beitragen können
(* Da der Begriff „Zucker“ sich im Namen wieder findet)

Trockenmasse als Glukose enthalten muss. Ab einem Gehalt von 5 % Fruktose in der Trockenmasse muss er als Glukose-Fruktose-Sirup deklariert werden, ab 50 % Fruktoseanteil als Fruktose-Glukose-Sirup.

Neben den zugelassenen Süßungsmitteln (energiehaltige Zuckeraustauschstoffe und fast energiefreie Süßstoffe) enthalten Lebensmittel Zutaten, die für Verbraucherinnen und Verbraucher nicht zwangsläufig als Zucker bzw. zuckerhaltig erkennbar sind. So beispielsweise Dextrin, Fruktosesirup, Isomaltulose, Dicksaft, Fruchtsaftkonzentrate, Molkenpulver oder Inulin. Zutatenbezeichnungen wie Flüssigzucker oder Malzzucker ermöglichen dagegen eher einen Bezug auf Zucker. Alle im Rahmen des Marktchecks ermittelten süßenden Zutaten bzw. deren Bezeichnungen sind in Tabelle 1 auf S. 11 aufgeführt.

Anhand der Zutatenlisten ließ sich feststellen, dass im Gegensatz zu Süßstoffen, die mit „Süßstoff: xxx“ gekennzeichnet sind, Zuckeraustauschstoffe für Verbraucherinnen und Verbraucher nicht ohne weiteres erkennbar sind. Laut geltendem Recht muss nur der Name (z.B. Maltit, Isomalt oder Sorbitsirup) in der Zutatenliste ohne Angabe des Klassennamens genannt werden (s. Abb. 1 und 2). Hier hilft nur die Verkehrsbezeichnung weiter, in der dann steht/steht muss „mit Süßungsmittel Maltit“ bzw. nur „mit Süßungsmitteln“. Der übliche Ratschlag, auf die Zutatenliste zu achten, reicht hier also nicht aus.

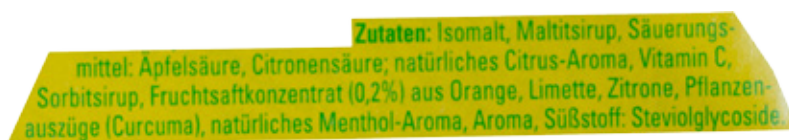


Abb. 1: Halsbonbon-Zutatenliste

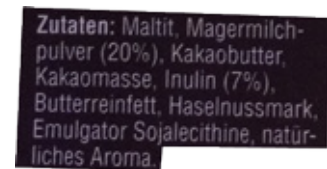


Abb. 2: Zuckerreduzierte Schokolade

4.2 Mehrfacheinsatz süßender Zutaten

Der Marktcheck zeigt, dass eine Kombination mehrerer süßender Zutaten üblich ist. Dabei kommt es häufig zu Kombinationen von Süßungsmitteln, Zuckern und anderen süßenden Zutaten. Folgende Beispiele verdeutlichen das:

- **Leberwurst**
enthält Glukosesirup, Maltodextrin, Dextrose, Vanillezucker und Zucker
- **Mit Schokolade überzogene gefüllte Waffel mit Cerealien**
enthält Glukose-Fruktose-Sirup, Glukosesirup, karamellisierter Zucker, Maltodextrin, Milchzucker, Molkenerzeugnis, Süßmolkenpulver, Vollmilchpulver, Magermilchpulver, Zucker und gezuckerte Kondensmilch
- **Knusper-Früchte-Müsli, weniger süß**
enthält Gerstenmalzextrakt, Trockenfrüchte, Glukose-Fruktose-Sirup, Honig, Oligofruktose, Dextrose, Zucker sowie Fruchtsaftkonzentrate
- **Knusperflocken aus Knäckebrot in Schokolade**
enthalten Glukosesirup, Invertzuckersirup, Malzextrakt, Süßmolkenpulver, Dextrose, Vollmilchpulver und Zucker

Zuckerreduzierte Fruchtaufstriche enthalten Acesulfam, Saccharin/Cyclamat oder Steviolglykoside, gleiches gilt für zuckerreduzierte Konfitüren und Obstkonserven. Weiterhin sind auch Kombinationen mit mehreren Süßstoffen üblich, z.B. in einem kalorienarmen Sportdrink mit Fruktosesirup, Maltodextrin, Acesulfam, Aspartam, Cyclamat und Saccharin (s. *Abb. 3*). Trotz des massiven Süßungsmittleinsatzes sind noch 19 g Zucker pro 500 ml (1 Flasche) enthalten. Diese Kombination findet sich auch in anderen Getränken.

Bei Schokoladen werden nur vereinzelt Süßungsmittel eingesetzt, vorrangig Maltit/Maltitsirup und Isomalt, in einem Fall auch noch Steviolglykoside.

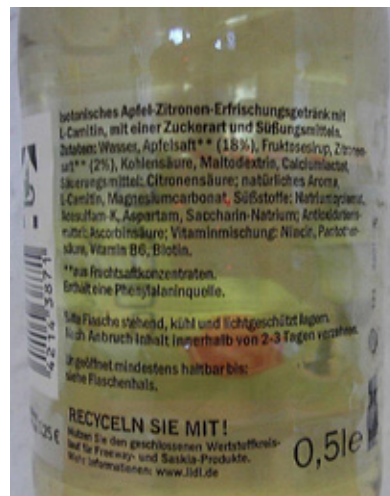


Abb. 3: Zutatenliste eines kalorienarmen Sportdrinks

Der hohe Zuckergehalt von Erfrischungsgetränken ist bekannt, er liegt in der Regel zwischen 8,5 und 10,5 g/100 ml, die Unterschiede sind nicht sehr gravierend. Bereits zwei Gläser (500 ml) liefern mit 42-52 g schon die Tageshöchstmenge an Zucker.

Der fett- und kalorienreduzierte Fleischsalat fällt deswegen auf, da ein weiterer Fleischsalat (ohne Süßstoff) mit 3,8 g pro 100 g deutlich weniger Zucker enthält. Im Zuge der Reformulierung des Fleischsalates (Verringerung des Fettanteils) sind mehr süßende (strukturegebende) Zutaten zum Einsatz gekommen.

Ebenfalls auffällig war ein fettfreies Molke-Saft-Getränk, welches pro Portion (250 ml) 20 g Zucker enthielt.

Produkt	Zutaten (fett gedruckt = süßend bzw. zum Zuckergehalt beitragende Zutaten)	Kohlenhydrate / Zucker (g/100 g)
Kaffeeweißer, cremige alternative zur Kaffeesahne	Glukosesirup , pflanzliches Fett, Stabilisator (E 340 und E 452), Milcheiweiß, Emulgator E 471, Trennmittel E551, Farbstoff E 160a	63 / 12
Delikatess Fleischsalat mit Gewürzgürkchen, extra feiner Fleischschnitt, 9,8 % Fett	36 % Geflügelfleischwurst (mit Dextrose , Glukosesirup , Maltodextrin), 20 % Gewürzgurken (mit Zucker), Joghurtherzeugnis, Trinkwasser, Rapsöl, Zucker , ...	8,1 / 6,5
Griechischer Krautsalat	Weißkohl 70 %, Wasser, Zucker , pflanzliches Öl, Brantweinessig, Paprika 1 %, jodiertes Speisesalz, Gewürze, Dextrose , ...	12,8 / 12,3
Soßenbinder für dunkle Soßen	Modifizierte Stärke, Maltodextrin , Reismehl, Milchzucker , pflanzliches Fett, Malzextrakt , Magermilchpulver , Glukosesirup	87 / 31
Hot Salsa Dip	Trinkwasser, Zucker , Tomatenmark (14 %), Paprika (10 %), Brantweinessig, Speisesalz, Jalapeno Chilis, Zwiebeln, Stärke, modifizierte Stärke, Tomatenpulver, Geschmacksverstärker: Mononatriumglutamat, Aroma, Gewürze, Senfsamenöl, Sellarisamenöl	29 / 26
Saft & Molke Orange mit 0,1 % Fett, 500 ml	Molkenerzeugnis, Orangensaft, Süßmolke Apfelfruchtsüße , Orangenfruchtfleisch, Säuerungsmittel, Stabilisatoren, Vitamine, Aroma, Süßstoff: Sucralose , Farbstoff Carotine	8,1 / 8,0 20 g pro Glas
Joghurt mit 16 % Erdbeerezubereitung, 5 % Fett im Milchanteil	Joghurt, Erdbeerezubereitung (mit Erdbeeren, Glukose-Fruktose-Sirup , Aroma, färbendes Rote Betsaftkonzentrat), Traubenzucker , Zucker	17,4 / 17
Schokolade mit Milchfüllung und Ceralien	Vollmilchschokolade (33,5 %) (Zucker , Kakaobutter, Vollmilchpulver , Kakaomasse, Emulgatoren Lecithine (Soja), Vanillin), Zucker , Magermilchpulver , pflanzliches Fett, gepufftes Getreide 7,5 % (Gerste, Reis, Weizen, Dinkel, Buchweizen), Butterreinfett, Emulgatoren Lecithine (Soja), Vanillin	54,9 / 48,8
Latte Macchiato Kaffeegetränk, Getränk aus Vollmilch und Sahne mit Kaffee, 4,8 % Fett im Milchanteil	Vollmilch, Kaffee, Sahne, Zucker , Stabilisatoren	8,6 / 8,6 28,4 g pro Portion

Tab. 2: Unerwartet hohe Zuckermengen

4.4 Reformulierungen

In den einzelnen Produktgruppen wurden verschiedene Reformulierungsansätze gefunden. Die jeweiligen Besonderheiten bei Aufmachung und Auslobung wurden hinsichtlich der Verbrauchererwartung überprüft.

Typische – und schon seit vielen Jahren am Markt befindliche – Beispiele für Reformulierung zum Zweck der Kalorien- und Zuckerreduktion sind die kalorienfreien Erfrischungsgetränke, die im Marktcheck meist mit Mischungen aus Saccharin, Cyclamat und Aspartam, manchmal auch Acesulfam, gesüßt werden. Bei Getränken finden sich sonst eher neue Kreationen (z.B. Schorle). Bei Bonbons werden vermutlich in Hinblick auf die Kariogenität vielfach Süßstoffe verwendet. Wo zusätzlich Masse notwendig ist (Schokoladen, Riegel) wird auf Maltit/Isomalt zurückgegriffen.

Eine Reformulierung bedeutet aber nicht unbedingt den Verzicht auf süßende Zutaten. So enthält ein mit Maltitsirup gesüßter Getreideriegel „free“, „ohne Zuckerzusatz“ durchaus „von Natur aus Zucker“.

Eine Besonderheit sind Reformulierungen in Hinblick auf Laktose- und Glutenfreiheit, z.B. bei Eiscreme. Hier wird auf Inulin, Maltodextrin, Fruktose, Isomalt und Sorbit zurückgegriffen. Bei anderen Produktgruppen spielt Inulin (Polyfruktose, Präbiotika) außer in zwei Müslis kaum eine Rolle, wird höchstens noch als Ballaststoffquelle verwendet.

4.4.1 Austausch von Zucker durch Maltitsirup (Zuckeraustauschstoff)

In der Produktgruppe Getreideriegel gibt es Müsliriegel eines Herstellers in zwei Varianten, so z.B. als „Müsliriegel in Milkschokolade“ und als „Müsliriegel mit Milkschokolade und Süßungsmittel“. Letzterer wird beworben mit Aussagen wie „free“ und „ohne Zuckerzusatz“. Durch den Einsatz des Zuckeraustauschstoffes Maltitsirups konnte sowohl eine Verminderung des Zuckergehalts (2,5 g zu 35,1 g / 100 g) wie auch eine Brennwertreduktion (333 kcal zu 446 kcal) erreicht werden (s. Produktbeispiele *Getreideriegel* im Anhang ab , S. 40).

In einem Bourbonvanilleeis überzogen mit Milkschokolade (30 %) mit Zuckerarten und Süßungsmittel wurde im Zuge der Reformulierung sowohl Fett als auch Zucker eingespart. Ausgelobt wird allerdings nur „- Zucker, + Ballaststoffe“ bzw. „mit einer Ballaststoffquelle und mind. 30 % weniger Zucker als vergleichbare Eissorten“. Inulin ist ein löslicher Ballaststoff und wird u.a. verwendet, um beim Verzicht auf Zutaten wie Sahne oder Vollmilch ein besseres Mundgefühl / eine verbesserte Textur zu erzielen⁹. In diesem Produkt wird Inulin eingesetzt, um trotz Verwendung von entrahmter Milch für Cremigkeit zu sorgen. Allerdings wird auf die Fettreduktion nicht hingewiesen (ein Imageproblem bei Eiscreme?), sondern stattdessen der Ballaststoffgehalt beworben.

Auf Haushaltszucker wurde in dieser Eiscreme verzichtet. Er wurde durch Maltit und Fruktose ersetzt. Fruktose hat eine stärkere Süßkraft als Saccharose, Maltit gibt Fülle, spart trotzdem ca. die Hälfte der Zuckerkalorien und senkt den Zuckeranteil in der Nährwertangabe. Dadurch sinkt in diesem Produkt der Zuckergehalt von etwa 28 % auf 16,4 %. Die Kohlenhydratmenge insgesamt ist jedoch nahezu gleich geblieben und der Gesamtkaloriengehalt dadurch kaum reduziert. (s. Produktbeispiel auf , S. 19). Weniger Zucker bedeutet nicht zwangsläufig einen geringeren Brennwert.

⁹ www.frusano.com/Zuckerarten:_:15.html [05.03.13]

Eine ähnliche Reformulierung findet sich auch bei einer zuckerreduzierten Schokolade (s. Produktbeispiel auf, S. 20).

Wichtig: Hinsichtlich der Kariogenität macht es keinen Unterschied, ob viel oder wenig Zucker in einem Produkt enthalten ist. Entscheidender ist die Häufigkeit des Zuckerkonsums¹⁰ und ein langes Verbleiben auf den Zähnen.

4.4.2 Austausch von Fett durch süßende Zutaten

Ein Delikatess-Fleischsalat mit Gewürzgürkchen und extra feinem Fleischschnitt wird auf der Vorderseite mit „60 % weniger Fett“, „9,8 % Fett“ und „bewusster essen“ beworben, ist zusätzlich mit dem Label eines Anbieters von Gewichtsreduktionsprodukten bedruckt.

Insbesondere die verwendete Geflügelfleischwurst scheint zur Fettreduzierung beigetragen zu haben. Diese enthält in der Zutatenliste u.a. Maltodextrin und Dextrose.

Laut deklarierten Nährwertangaben enthält der Salat 6,5 g Zucker, 8,1 g Kohlenhydrate und 145 kcal pro 100 g. Das erscheint viel, da ein weiterer Fleischsalat im Marktcheck (ebenfalls ohne Süßstoff) mit 3,8 g Zucker pro 100 g und 5,1 g Kohlenhydrate deutlich weniger dieser Nährstoffe enthält. Im Zuge der Reformulierung der enthaltenen Fleischwurst (Verringerung des Fettanteils) sind mehr süßende und gleichzeitig strukturgebende Zutaten zum Einsatz gekommen.

4.4.3 Austausch von Zucker durch Maltodextrin/Dextrin

In der Produktgruppe Getränkepulver gibt es von einem Hersteller zwei Varianten eines Kakaogetränkepulvers. Eine davon wird ausgelobt mit „weniger süß – Zucker-reduziert“. Ganz klein findet sich auch der Hinweis „bei nahezu gleichem Kaloriengehalt“. Tatsächlich wurde der Zuckergehalt von 77,7 g auf 38,1 g pro 100 g reduziert, während der Kaloriengehalt vergleichbar ist (vorher 382 jetzt 381 kcal/100 g). Der Gesamtkohlenhydratgehalt wurde um 5 % gesenkt (vorher 81,1 g, jetzt 77,4 g/100 g).

Der Zuckeraustausch erfolgt durch die Verwendung von Maltodextrin an Stelle von 18,3 g Traubenzucker. Das Produkt bleibt dennoch kariogen und trägt nach wie vor zu einer erheblichen Energieaufnahme bei (s. Produktbeispiel im Kap. 4.5.6 auf, S. 28).

Auch bei einem zuckerreduzierten Light-Milchdrink wird im Vergleich zum Originalprodukt des Herstellers vermutlich Zucker durch eine höhere Menge Dextrin ausgetauscht. Das zeigt sich daran, dass der Nichtzucker-Kohlenhydratgehalt in der zuckerreduzierten Variante deutlich erhöht ist (vorher 0,5 %, jetzt 4,6 %). Die nötige Süße wird durch den Einsatz von Maltitsirup (s. Kap. 4.4.1, S. 15) und Süßstoff erzielt. Der Zuckergehalt ist dadurch von 14,2 % auf 5,6 % gesunken, der Gesamtkaloriengehalt ebenfalls deutlich reduziert (42 zu 66 kcal/100 g). Der erhöhte Ballaststoffgehalt (von 0 % auf 1,8 %) resultiert aus dem Zusatz von resistentem Dextrin¹¹. Hier ist ein Mehrwert der Reformulierung für Verbraucherinnen und Verbraucher zu erkennen (Kalorien- und Zuckerreduktion bei erhöhtem Ballaststoffanteil).

¹⁰ Koch, Jan H.: *Spektralphotometrische Untersuchungen zum Gehalt an niedermolekularen Kohlenhydraten in maltodextrinhaltigen Säuglings- und Kindernahrungen*. Dissertation, Justus-Liebig-Universität Gießen, 1999, S. 26 f; <http://de.wikipedia.org/wiki/Zahnkaries> [06.03.13]

¹¹ *Handbuch Süßungsmittel*, S. 397

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass je nach Art der durchgeführten Reformulierung durchaus gesundheitsförderlichere Produkte entwickelt werden können. Reformulierung kann aber auch zu schlechteren Produkten führen, die nur den Anschein eines leichteren Erzeugnisses vermitteln. Ein Blick sowohl auf die Zutatenlisten als auch auf die Nährwerttabelle und etwas Wissen ist notwendig, um den Unterschied erkennen zu können.

4.5 Aufmachung und Auslobung

Überall dort, wo Verbraucherinnen und Verbraucher viel Zucker erwarten, finden sich in der Regel Werbeaussagen hinsichtlich einer Zuckerreduktion. Werbesprüche sind beispielsweise:

- Weniger süß
- Ohne Süßstoffe
- Ohne Zuckerzusatz
- Ohne Kristallzuckerzusatz
- Ohne Süßungsmittel
- Ohne Zusatz von Zucker
- Zuckerfrei
- Mit Süßungsmittel aus Stevia, Süßstoff natürlichen Ursprungs

Mit Aussagen wie „mit natürlicher Fruchtsüße“, „Traubensüße“ oder „Süße aus Früchten“ wird versucht, den Zuckergehalt möglichst positiv darzustellen.

Ein Teil dieser Aussagen „Claims“ ist im Anhang der HCV eigentlich klar definiert, um damit für ein hohes Schutzniveau für Verbraucherinnen und Verbraucher zu sorgen. Trotzdem gibt es immer wieder Differenzen hinsichtlich der Auslegung zwischen Herstellern und Verbraucherschutz/Lebensmittelüberwachung, wie das kürzlich ergangene Urteil zu einem mit Traubensüße gesüßtem Getränk zeigt. Das Gericht beanstandete die Werbung „ohne Kristallzuckerzusatz“, Verbraucherinnen und Verbraucher würden davon ausgehen, dass kein Zucker zugesetzt sei (s. Anhang 7.3, S. 37).

Inwieweit bestimmte Werbeaussagen möglicherweise irreführend sind, wird an jeweils einem ausgewählten Produktbeispiel pro Lebensmittelgruppe erläutert. Zusätzliche Produktbeispiele zu den einzelnen Gruppen sind im Anhang 7.5, S. 40, aufgeführt.

4.5.1 Nährwertangaben

Die LMIV schreibt ab Dezember 2016 die Angabe des Zuckergehalts (Summe der Mono- und Disaccharide) obligatorisch vor. Derzeit ist die Angabe noch freiwillig, es sei denn, ein bestimmter Nährstoff (z.B. Fett, Traubenzucker) wird werblich besonders herausgestellt.

Durch die unterschiedliche Definition des Begriffes „Zucker“ in der NKV/LMIV und in der Zuckerartenverordnung lässt sich mit einer geschickten Auswahl süßender Zutaten (z.B. Glukosesirup mit einem niedrigen Anteil an Mono- und Di-, dafür mehr Trisacchariden¹²) ein niedrige-

¹² Laut Anbieter Frusano sind im Glukosesirup außer Glukose „noch längere Ketten aus Glucosemolekülen enthalten: Maltose, bestehend aus 2 Glucosemolekülen, und Mehrfachzucker (Oligosaccharide), bestehend aus mehr als 2 Glucosemolekülen.“ (http://www.frusano.com/Zuckerarten:_:15.html, [18.04.13])

Glukosesirup, Zucker, Gelatine, Dextrose, Fruchtsaft aus Fruchtsaftkonzentrat: Apfel, Erdbeere, Himbeere, Orange, Zitrone, Ananas, Säuerungsmittel: Citronensäure, Frucht- und Pflanzenkonzentrate: Brennnessel, Apfel, Spinat, Kiwi, Orange, Holunderbeere, Zitrone, Mango, Passionsfrucht, schwarze Johannisbeere, Aronia, Traube, Aroma, Überzugsmittel: Bienenwachs weiss und gelb, Carnaubawachs, Holunderbeerextrakt, Fruchtsüße aus Johannisbrotfrucht, Invertzuckersirup

Abb. 4: Zutatenliste Fruchtgummi-Bären

rer Zuckergehalt bei gleichem Energiegehalt erreichen. Für Verbraucherinnen und Verbraucher ist ein geringerer Zuckeranteil häufig mit „gesünderen“ Lebensmitteln verbunden – es könnte somit eine bessere Qualität vorgetäuscht werden. Beispiele für solche Reformulierungen sind Fruchtgummis, die laut Zutatenliste (s. Abb. 4) praktisch ausschließlich Zucker in Form von Glukosesirup und keine längerkettigen Kohlenhydrate enthalten, trotzdem in der Nährwertkennzeichnung nur einen Zuckergehalt von 45,6 g bei 77,4 g Gesamtkohlenhydraten aufweisen. Gleiches gilt vermutlich für den bereits erwähnten Kaffeeweißer (s. Abb. 5), der als einzige Kohlenhydratquelle Glukosesirup enthält und laut Nährwertangaben zwar 69 g Kohlenhydrate, aber nur 12 g Zucker aufweist.

Kaffeeweißer	
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g / Indices alimenticios promedios por cada 100 g / Promedios nutricionales por 100g / Nutrients 100 g	
Energie / Energy	2207 kJ / 528 kcal
Fett / Fat	1,5 g
Kohlenhydrate / Carbohydrates	69 g
Zucker / Sugar	12 g
Faser / Fiber	0 g
Eiweiß / Protein	24,9 g
Natrium / Sodium	0 g

Zutaten: Glukosesirup, pflanzliches Fett, Stabilisator (E340, E452), Milchweiß, Emulgator (E471), Trennmittel (E551), Farbstoff (E160a). Nach dem Öffnen gut verschlossen wochenlang ohne Kühlung haltbar.

Abb. 5: Zutatenliste und Nährwertangaben eines Kaffeeweißers

4.5.2 Produktbeispiele Milchprodukte

Bei den Milchprodukten gibt es zahlreiche Produkte, die in Hinblick auf eine Kalorienreduktion eine Reformulierung nicht nur bei den süßenden Zutaten erfahren haben. So werden beispielsweise Ballaststoffe beim Verzicht auf fetthaltige Zutaten wie Sahne zur Texturverbesserung eingesetzt, Fruktose und Maltit anstelle von Zucker verwendet (s. Kap. 4.4.1).

Insgesamt ist die Spannweite insbesondere bei normalen Joghurts mit 11-17,8 g Zucker pro 100 g recht groß. Joghurts, die zusätzliche Süßungsmittel einsetzen, enthalten mit 6,5-8 g durchschnittlich 50 % weniger Zucker.

Hinsichtlich des Zuckergehalts ist allerdings bei allen Milchprodukten zu berücksichtigen, dass diese bereits natürlicherweise Laktose (Milchzucker) enthalten. Eine „Basis-Zuckermenge“ (4,5 g pro 100 ml Milch bzw. 5,4 g pro 100 g Joghurt¹³) ist auch ohne zugesetzte süßende Zutaten immer vorhanden.

¹³ Hesecker und Hesecker, Nährstoffe in Lebensmitteln, 3. Auflage. Umschau, 2007, S. 145 + 155

Beispiel „Eiscreme“	
Verkehrsbezeichnung	Bourbonvanilleeis überzogen mit Milkschokolade (30 %) mit Zuckerarten und Süßungsmittel
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	16,4 g / 28,2 g / 292 kcal
nährwertbezogene Angaben	mit einer Ballaststoffquelle und mind. 30 % weniger Zucker als vergleichbare Eissorten. – Zucker, + Ballaststoffe
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Glukosesirup, Inulin, Fruktose, Maltit, Molkenerzeugnis, Milchpulver

Im Vergleich mit anderen Eissorten ist zwar der Zuckergehalt tatsächlich niedriger, die Kohlenhydratmenge ist jedoch gleich geblieben. Inulin wird als Ballaststoffquelle ausgelobt, dient aber auch zur Strukturverbesserung (Cremigkeit), wenn anstelle von Sahne entrahmte Milch verwendet wird, wie andere Eissorten des Herstellers zeigen. Insgesamt ist der Kaloriengehalt trotz gleichzeitiger Fettreduktion jedoch kaum reduziert.



Täuschungspotential: Es wird nicht nur eine Zuckerreduktion, sondern auch eine Kalorienreduktion erwartet.

Beispiel „Joghurt“	
Verkehrsbezeichnung	Joghurt mit 16 % Erdbeerb Zubereitung 5 % Fett im Milchanteil
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	17 g / 17,4 g / 123 kcal
Sonstige Werbung	Cremoso
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Glukose-Fruktose-Sirup, Zucker, Traubenzucker

Im Vergleich mit anderen Joghurts, die sogar einen höheren Fruchtanteil (20 % Erdbeerb Zubereitung) enthalten, ist hier die Zuckermenge mit 17 g pro 100 g (sonst 11-15 g) sehr hoch.

Täuschungspotential: Es wird durch die Namen „Yogosan“ (deutet auf Joghurt und Sahne hin) und „Cremoso“ sowie die Angabe eines höheren Fettanteils als üblich zwar mit einem höheren Fettgehalt des Produkts gerechnet, nicht aber mit einem derart hohen Zuckeranteil.



4.5.3 Produktbeispiele Süßigkeiten

Die meisten Süßigkeiten enthalten verschiedene Zucker. Sofern Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe eingesetzt werden, dienen sie in der Regel der Zahnfreundlichkeit der Produkte. Allerdings bedeutet der Hinweis „zuckerfrei“ nicht automatisch nur die Verwendung nicht kariogener Zutaten. Der Einsatz von Stevia (Steviolglykosid) soll zusätzlich eine besondere Natürlichkeit betonen, in der Regel ist Stevia aber nur ein Teil der verwendeten süßenden Zutaten, so dass es hier durchaus Täuschungspotential gibt.

Beispiel „Bonbons“	
Verkehrsbezeichnung	Halsbonbons mit Süßungsmitteln
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	< 0,5 g / 96 g / 236 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Zuckerfrei, enthalten Vitamin C
Sonstige Werbung	Mit Stevia* gesüßt, *Steviolglykoside; Vitamin C zur normalen Funktion des Immunsystems
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Isomalt, Maltisirup, Sorbitsirup, Fruchtsaftkonzentrat 0,2 %, Süßstoff: Steviolglykoside



Auf der Vorderseite der Dose befindet sich ein grüner Aufkleber in Blattform-Design mit dem gelben bzw. weißen sehr großen Aufdruck „*Neue Rezeptur, jetzt neu mit Stevia gesüßt**“. Darunter befindet sich sehr unauffällig in dunkelgrün auf grünem Untergrund sehr klein der Aufdruck „**Steviolglycoside*“. Inwieweit hier den Kennzeichnungsvorschriften zu Stevia (s. Anhang 7.2, S. 36) wirklich Genüge getan ist, ist fraglich.

Täuschungspotential: Stevia wird gegenüber den anderen Süßungsmitteln so hervorgehoben, dass Verbraucherinnen und Verbraucher davon ausgehen könnten, dass nur

Steviolglykoside als Süßungsmittel eingesetzt werden. Bei einer Angabe „*zuckerfrei*“ ist nicht unbedingt zu erwarten, dass das Produkt trotzdem noch zu fast 100 % aus Kohlenhydraten besteht.

Beispiel „Schokolade“	
Verkehrsbezeichnung	Zartbitterschokolade mit Süßungsmittel Maltit und Ballaststoff Inulin, zuckerreduziert
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	< 2 g / 46 g / 451 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Schauseite: -95 % Zucker. Rückseite: 95 % weniger Zucker als herkömmliche Schokolade
Sonstige Werbung	Diese Schokolade erhält ihre ausgewogene Süße durch die Verwendung von Maltit. Maltit ist weniger süß und wird aus Mais- oder Weizenstärke hergestellt. Glutenfrei
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Maltit, Inulin (6 %)

Das Produkt enthält mit unter 2 g Zucker deutlich weniger Zucker pro 100 g als übliche Zartbitterschokoladen (32 g). Die Begrifflichkeit „95 % weniger Zucker“ auf der Rückseite ist somit korrekt (es sind nur ca. 5 % des sonst üblichen Zuckergehalts).



Täuschungspotential: Durch die Begriffe „zuckerreduziert“ und „-95 % Zucker“ erwarten Verbraucherinnen und Verbraucher in der Regel auch ein kalorienreduziertes Produkt. Das ist zwar der Fall, jedoch nicht im erwarteten Ausmaß, die Brennwertreduktion beträgt gerade einmal 9,5 % im Vergleich mit normaler, nicht reformulierter Zartbitterschokolade.

Beispiel „Natürlicher Snack ‚Studentenfutter‘“	
Verkehrsbezeichnung	Mischung aus getrockneten Beeren (50 %) und Nusskernen (50 %)
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	k.A. / 35 g / 473 kcal
Nährwertbezogene Angaben	k.A.
Sonstige Werbung	Gutes aus der Natur. So schmeckt es natürlich am Besten. Wertvoller Snack, Produkt des Jahres 2012
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zucker



Täuschungspotential: In einer Mischung aus 50 % Beeren und 50 % Nusskernen erwartet man weder zugesetzten Zucker noch Pflanzenöle oder Säuerungsmittel.

4.5.4 Produktbeispiele Getreideprodukte

Bei diesen Produkten wird gerne mit „ohne Zuckerzusatz“ geworben, ohne dass in unmittelbarer Nähe der Hinweis „enthält von Natur aus Zucker“ auftaucht. Aussagen wie „weniger süß“ sind eher als Geschmackshinweis, denn als Hinweis auf die Verwendung von weniger Zucker zu verstehen. Das dürfte Verbraucherinnen und Verbrauchern nicht unbedingt klar sein. Auf der anderen Seite enthalten Getreide- und Müsliriegel sehr viele süßende Zutaten, die für

Verbraucherinnen und Verbraucher nicht ohne weiteres als zuckerhaltig erkennbar sind. Zucker steht durch den Mehrfacheinsatz süßender Zutaten auch selten an erster Stelle in der Zutatenliste – das Produkt scheint auf den ersten Blick „gesünder“ als vergleichbare zu sein.

Auffällig ist auch, dass Produkte, die als besonders geeignet für Kinder ausgelobt werden, sich in der Regel nicht durch eine für den kindlichen Bedarf optimierte Nährstoffzusammensetzung sondern durch deutlich höhere Zuckermengen auszeichnen. Produkte, die als „zuckerreduziert“ oder mit „weniger Zucker“ beworben werden, sind nicht zwangsläufig zuckerärmer als vergleichbare Produkte anderer Hersteller, die nicht beworben werden. Dies ist selbst für Verbraucherinnen und Verbraucher, die die Definition für diese gesetzlich geregelten Auslobungen kennen, nicht verständlich.

Beispiel „Müsli“	
Verkehrsbezeichnung	Knusper Früchte Müsli
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	17,6 g / 58,8 g / 430 kcal
Nährwertbezogene Angaben	weniger süß, 30 % weniger Zucker * / * als andere Knusper Früchte Müslis
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zucker, Oligofruktose, Glucose-Fruktose-Sirup, Honig, Traubenzucker, Maracujasaftkonzentrat, getrockneter Gerstenmalzextrakt, Magermilchpulver



Im Vergleich mit einem parallel erhobenen Knusperfrüchtemüsli enthält das Produkt laut Nährwertangaben tatsächlich weniger Zucker (17,6 g zu 33,2 g) und entspricht damit den Kennzeichnungsvorgaben der HCV, die Gesamtkalorien sind jedoch etwas höher (430 kcal zu 420 kcal). Erreicht wurde das durch den Ersatz von Zucker durch den süßenden Ballaststoff Oligofruktose.

Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher erwarten bei einer derart ausgelobten Zuckerreduktion nicht nur weniger Zucker, sondern auch eine Kalorienreduktion, die hier nicht gegeben ist.

Beispiel „Knusperbrot“	
Verkehrsbezeichnung	Knusperbrot-Riegel
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	36 g / 75 g / 387 kcal
Sonstige Werbung	„Ein Knusper-Genuss – nicht nur für Kinder – sind unsere Mini-Filinen mit bunten Streuseln. Sie werden mit Schokolade gebacken und sind genau richtig als Snack für zwischendurch, im Kindergarten oder in der Schule“
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Invertzuckersirup, 22 % Zuckerstreusel (Zucker, Glucosesirup) Vollmilchpulver, 5 % Vollmilchschokolade (Zucker, Vollmilchpulver, ...)

Das speziell für Kinder ausgelobte Knusperbrot enthält 10 % mehr Kalorien (387 zu 340 kcal) und 19-mal so viel Zucker (36 g zu 1,9 g) wie das normale Knusperbrot des Herstellers.

Die vom Hersteller definierte Portion von nur 28 g entspricht mit 108 kcal der gesamten, von den Ernährungsgesellschaften für Vorschulkinder gerade noch tolerierten **Tagesmenge** an Süßigkeiten¹⁴.



Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher erwarten nicht, dass die Kindervariante eines an sich ernährungsphysiologisch akzeptablen Produkts eine echte Zuckerbombe darstellt und entgegen der Auslobung nicht als gesunder Snack, sondern als Süßigkeit anzusehen ist.

Beispiel „Riegel“	
Verkehrsbezeichnung	Gefüllte Waffel (36,3 %) und Cerealien (9,9 %), überzogen mit Milkschokolade (36,8 %)
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	45,4 g / 64 g / 469 kcal
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Glukose-Fruktose-Sirup, Glukose-Sirup, karamellierter Zucker, Maltodextrin, Milchsucker, Molkenenerzeugnis, Süßmolkenpulver, Vollmilchpulver, Magermilchpulver, Zucker, gezuckerte Kondensmilch

① ② ③ Gefüllte Waffel, Karamell (36,3%) und Cerealien (9,9%), überzogen mit Milkschokolade (36,8%). Zutaten: Milkschokolade (Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Molkenenerzeugnis, Emulgator Sonnenblumenlecithine, Vanilleextrakt), Glukosesirup, Knuspergetreide (Weizenmehl, Zucker, Weizenstärke, Backtriebmittel Natriumhydrogencarbonat, Emulgator Rapslecithine, Salz, karamellierter Zucker), Weizenmehl, gezuckerte Kondensmilch (Milch, Zucker), Pflanzenöl, Maltodextrin, Stabilisator Glycerin, Zucker, Glukose-Fruktose-Sirup, Süßmolkenpulver, Milchsucker, Magermilchpulver, Milcheiweiß, Salz, Milchmineralstoffe, Emulgator Sonnenblumenlecithine, natürliches Vanillearoma, Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat, Magnesiumcarbonat), Butterreife, Verdickungsmittel Carrageen. [Spuren: Erdnüsse, Nüsse, Soja]

Dieser Riegel ist vor allem durch die elf zum Zuckergehalt beitragenden Zutaten aufgefallen.

Täuschungspotential: Für Verbraucherinnen und Verbraucher sind lediglich vier der süßenden Zutaten als zuckerhaltig erkennbar.

4.5.5 Produktbeispiele Fruchtzubereitungen

Bei Fruchtaufstrichen und Obstkonserven finden sich besonders viele Produkte, die „natursüß“ scheinbar ohne Zucker auskommen. Eingesetzt werden neben diversen Dicksäften Fruktose, „natürliche Fruchtsüße“, „Zuckerauszug aus Trauben“ oder Saftkonzentrate. Auch die „natürliche Süße“ Stevia wird gerne eingesetzt.

¹⁴ aid Infodienst und Deutsche Gesellschaft für Ernährung „Essen und Trinken in Tageseinrichtungen für Kinder“, 3. überarbeitete Auflage 2008, Kapitel I-14, Tab. I/1, ISBN 978-3-8308-0786-5

Fruchtaufstriche

Aus den unterschiedlichen Verkehrsbezeichnungen in dieser Produktgruppe lässt sich bereits die Auswahl der süßenden Zutaten ableiten.

So werden kalorienreduzierte Fruchtaufstriche beispielsweise mit Fruktosesirup und Fruktose oder mit Fruchtsaftkonzentrat, mit Glukosesirup und Zucker, mit Fruktose-Glukose-Extrakt aus Früchten und Steviolglykosiden, mit Oligofruktose, Fruktose und Acesulfam oder mit Fruktose, Saccharin und Cyclamat hergestellt. Die Brennwertreduzierung lässt sich häufig nicht prüfen, weil kein Vergleichsprodukt im Sortiment ist oder das Vergleichsprodukt keine Nährwertkennzeichnung trägt.

Zuckerreduzierte Fruchtaufstriche werden natürlich auch mit Zucker gesüßt, nur eben mit weniger.

Fruchtaufstriche mit Bezeichnungen wie „100 % Frucht“, „nur Frucht“, „Frucht pur“ etc. enthalten konzentrierten Fruchtsaft und Zucker oder Fruchtsaftkonzentrat/konzentrierten Fruchtsaft bzw. Traubensaftkonzentrat oder Agavendicksaft, Fruchtsaft und konzentrierten Fruchtsaft oder konzentriertes Fruchtmus. Grundsätzlich wäre gerade bei diesen Produkten der Hinweis „enthält von Natur aus Zucker“ wünschenswert, findet sich aber nur bei einem Produkt sehr klein auf der Rückseite.

Beispiel „Fruchtaufstrich I“	
Verkehrsbezeichnung	Fruchtaufstrich Aprikose
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	30,7 g / 32,2 g / 139 kcal
Sonstige Werbung	Frucht pur, mit Frucht- und Agavendicksaft gesüßt
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Agavendicksaft, Traubensaft, Apfeldicksaft



Der Zuckergehalt ist typisch für Fruchtaufstriche.

Täuschungspotential: Unter der Bezeichnung „Frucht pur“ wird ausschließlich Frucht erwartet. Die Zutaten Frucht, Zitronensaft, Traubensaft erfüllen diese Erwartung. Das Geliermittel Apfelpektin ist sicherlich schon grenzwertig, da es sich um einen Zusatzstoff handelt, ebenso wie das Festigungsmittel Calciumcitrat. Agavendicksaft wird zwar bereits auf der

Schauseite genannt, es handelt sich hierbei aber um einen Pflanzensaft (ähnlich wie Ahornsirup) und nicht um einen Fruchtsaft.

Beispiel „Fruchtaufstrich II“	
Verkehrsbezeichnung	Fruchtaufstrich Erdbeere mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	38,3 g / 38,4 g / 161
Nährwertbezogene Angaben	30 % weniger Kalorien
Sonstige Werbung	Früchte: 50 % – nur mit der Süße aus Früchten und Stevia, mit Steviol-Glycosiden aus Stevia. ohne Zusatz von Konservierungs-, Aroma- und künstlichen Farbstoffen. Wellness
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Fruktose-Glukose-Extrakt aus Früchten, Steviolglykoside

Es handelt sich hierbei laut Verkehrsbezeichnung um einen Fruchtaufstrich. Trotz Verwendung des Süßstoffs E 960 (Steviolglykoside) wurde hier keine Kalorienreduktion gegenüber herkömmlichen Fruchtaufstrichen erreicht. Damit erscheint die Werbung „30 % weniger Kalorien“ hier nicht gerechtfertigt, auch wenn – nur auf der Rückseite – Bezug auf eine „Konfitüre extra“ genommen wird.



Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher erwarten hier eine Kalorienreduktion, die im Vergleich mit anderen Fruchtaufstrichen nicht gegeben ist. Die Auslobung „Süße nur aus Früchten und Stevia“ ist durchaus irreführend: Verbraucherinnen und Verbraucher dürften kaum erwarten, dass es sich um ein ganz normales Zuckergemisch handelt, welches aus Früchten statt aus Zuckerrüben gewonnen wurde. Sie gehen eher davon aus, dass die Süße aus den verwendeten Früchten stammt. Hinzu kommt, dass eine Werbeaussage „mit der Süße aus Früchten“ bei vielen Verbraucherinnen und Verbrauchern den Anschein besonders empfehlenswerter Produkte erweckt.

Anmerkung: Parallel dazu verdichten sich jedoch die Erkenntnisse, dass ein übermäßiger Konsum an Fruktose zu Unverträglichkeitsstörungen im Darm führen kann, Übergewicht fördert und das Gichtisiko steigert.

Nicht zuletzt wird der Begriff „Stevia“ sehr stark hervorgehoben – dass es sich tatsächlich „nur“ um den Süßstoff Steviolglykoside handelt, ist zwar auf der Vorderseite erkennbar, aber nur in sehr kleiner, unauffälliger Schrift (siehe dazu auch Anhang 7.2, S. 36).

Obstkonserven

Von 17 Obstkonserven waren sieben mit „Zuckerkonzentrat aus Trauben“, „Zuckerauszug aus Trauben“, „Traubensaftkonzentrat“, „Apfelsaftkonzentrat“, sowie mit „Kirschaft- und Holunderbeerkonzentrat“ gesüßt. Das Holunderbeerkonzentrat könnte auch zum Färben zugesetzt worden sein. Diese Produkte werben mit Aussagen wie „natursüß“, „ohne Zuckerzusatz“ oder „ohne Kristallzuckerzusatz“ (vergl. hierzu Anhang 7.3, S. 37).

Nach den im Anhang der VO (EG) 1924/2006 (HCV) geltenden Definitionen ist die Verwendung des Begriffs „ohne Zuckerzusatz“ (sowie jegliche Angabe, die für Verbraucherinnen und Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat) nur zulässig, „wenn das Produkt keine zugesetzten Mono- oder Disaccharide oder irgend ein anderes wegen seiner süßenden Wirkung verwendetes Lebensmittel enthält.“

Wenn dieses Lebensmittel von Natur aus Zucker enthält, sollte das Etikett auch den entsprechenden Hinweis tragen. Ein solcher Hinweis fehlte bei fünf dieser sieben Obstkonserven, einmal steht dieser Hinweis klein auf der Rückseite.

Süßstoffhaltige Konserven wurden lediglich von zwei Herstellern gefunden.

Beispiel „Obstkonserve I“	
Verkehrsbezeichnung	Williams-Christ Birnen in Traubensüsse, halbe Frucht
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	11,5 g / 11,5 g / 51 kcal
Nährwertbezogene Angaben	ohne Kristallzuckerzusatz
Sonstige Werbung	Ohne Konservierungsstoffe lt. Gesetz
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zuckerkonzentrat aus Trauben



Bei einem Zuckerkonzentrat aus Trauben handelt es sich ausschließlich um Mono- und Disaccharide, vor allem um Glukose, Fruktose und Saccharose. Ernährungsphysiologisch gesehen besteht der Unterschied zu einem Rüben- oder Rohrzucker, lediglich in einem höheren Anteil von weniger süß schmeckenden Monosacchariden. Auf jeden Fall ist dieses Zuckerkonzentrat „ein anderes wegen seiner süßenden Wirkung verwendetes Lebensmittel“, so dass die Auslobung „ohne Kristallzuckerzusatz“ irreführend ist (s. Gerichtsurteil, Anhang 7.3, S. 37). Außerdem fehlt der Hinweis „enthält von Natur aus Zucker“.

Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher könnten unter der Bezeichnung „Traubensüsse“ auch einen süßen Traubensaft annehmen. Die Bezeichnung in der Zutatenliste „Zuckerkonzentrat aus Trauben“ lässt einen besseren, natürlicheren, gesünderen Zucker erwarten, was durch die Angabe „ohne Kristallzuckerzusatz“ noch verstärkt wird. Die Angabe könnte auch als Hinweis auf den alleinigen Einsatz von Fruchtzucker missverstanden werden.

Beispiel „Obstkonserve II“	
Verkehrsbezeichnung	Süßkirschen, entsteint, in Apfelsaft aus Apfelsaftkonzentrat
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	8,9 g / 9,2 g / 41 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Schauseite „NATURSÜSS. Enthält von Natur aus Zucker“ Rückseite: „NATURSÜSS: Die Süße stammt ausschließlich aus den Kirschen und dem beigegebenen Fruchtsaft. Kristallzucker ist nicht zugesetzt.“
Sonstige Werbung	Hinweis für Diabetiker: Dieses Produkt ist kein spezielles Produkt für Diabetiker.
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Apfelsaft aus Konzentrat

Auf der Schauseite befinden sich lediglich die Angaben „Süßkirschen entsteint“ und „naturesüß, enthält von Natur aus Zucker“. Das hinterlässt den Eindruck, die Süße würde ausschließlich aus den Kirschen stammen. Das wird erst durch den Hinweis auf der Rückseite „Die Süße stammt ausschließlich aus den Kirschen und dem beigegebenen Fruchtsaft. Kristallzucker ist nicht zugesetzt.“ relativiert. Es ist nicht erkennbar, wie viel Süße aus den Kirschen und wie viel Zucker aus dem Apfelsaft stammt.



Die Verwendung von Apfelsaft wird erst in der Verkehrsbezeichnung auf der Seite deutlich. Es wird auf dem Produkt dargelegt, dass die Süße aus dem beigegebenen Fruchtsaft stammt. Damit könnte dieser auch als ein „wegen seiner süßenden Wirkung verwendetes Lebensmittel“ gelten. Dann wäre der Hinweis „Kristallzucker ist nicht zugesetzt“ analog zum Urteil des VWG Lüneburg (s. Anhang 7.3, S. 37) irreführend.

Täuschungspotential: Es wird erwartet, dass keine zusätzliche Süße (auch nicht durch Apfelsaft) beigelegt wurde. Die Verwendung von Apfelsaft in eine Kirschkonserve ist eher unüblich/unerwartet, wird erst in der Verkehrsbezeichnung, nicht aber auf der Schauseite deutlich.

4.5.6 Produktbeispiele Getränke

Bei Getränken und Getränkepulvern wird gerne mit dem Begriff „weniger süß“ geworben. Hierbei handelt es aber nicht, wie Verbraucherinnen und Verbraucher vermuten dürften, um die Reduktion des Zucker- und/oder Kaloriengehalts, sondern häufig nur um eine Geschmacksangabe.

Beispiel „Getränkepulver“	
Verkehrsbezeichnung	Kakaogetränkepulver
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	38,1 g / 77,4 g / 381 kcal
Nährwertbezogene Angaben	weniger süß Zucker-reduziert*, plus Vitamine; * Bei nahezu gleichem Kaloriengehalt; GDA auf Kinder (5-12 Jahre) bezogen
Sonstige Werbung	Ohne zugesetzte Aromen, ohne Geschmacksverstärker, ohne Konservierungsstoffe lt. Gesetz
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Maltodextrin (42,5 %), Zucker



Das Produkt enthält deutlich weniger Zucker pro 100 g als das normale Kakaogetränkepulver (38,1 g zu 77,7 g).

Der Zuckeraustausch erfolgt durch die Verwendung von Maltodextrin, Traubenzucker wird ganz weggelassen. Der Kaloriengehalt bleibt „nahezu unverändert“ mit 381 zu 382 kcal (was für die Benutzung des Begriffs „zuckerreduziert“ rechtlich korrekt ist).

Täuschungspotential: Die Begrifflichkeiten „zuckerreduziert“ und „weniger süß“ lassen Verbraucherinnen und Verbraucher zunächst auch eine Kalorienreduktion erwarten. Der Hinweis „bei nahezu gleichem Kaloriengehalt“ befindet sich weit entfernt und relativ klein zumindest auf der Schauseite, wird aber erst bei intensiver Betrachtung wahrgenommen. Verbraucherinnen und Verbraucher, die ein weniger kariogenes Produkt erwarten (z.B. für Kakao in einem Fläschchen für Kleinkinder), werden getäuscht.

Alkoholfreie Getränke

Um die Gefahr von Übergewicht zu verringern, wird insbesondere eine Reduzierung von zugesetztem Zucker in Softdrinks angestrebt.

Trotzdem wird in dieser Produktgruppe häufig Zucker zum Süßen verwendet. Der Zuckergehalt bei Limonaden, Erfrischungsgetränken und Saftgetränken liegt zwischen 5,1 und 12,2 g pro 100 ml, meist sind 8-10 g / 100 ml üblich. Beim Vergleich der von den Anbietern pro Portion angegebenen Gehalten müssen Verbraucherinnen und Verbraucher besonders aufmerksam sein. Denn die Portionsmengen sind unterschiedlich (200 ml oder 250 ml) und lassen somit einen direkten Vergleich nicht zu.

Mit Zucker gesüßte Erfrischungsgetränke sind wirkliche Zuckerbomben, da sie meist 20-25 g Zucker pro 250 ml-Glas bzw. 40-50 g Zucker pro kleiner Flasche (0,5 l) enthalten – also praktisch die maximale empfohlene Tagesmenge¹⁵. Alternativen für Verbraucherinnen und Verbraucher sind Produkte, die mit „weniger Zucker“, „weniger süß“ o.ä. werben.

¹⁵ Ausgehend von 2000 kcal und 10 % Zucker täglich maximal = 50 g

Beispiel „Alkoholfreies Getränk I“	
Verkehrsbezeichnung	Zitronen-Limonade Fruchtgehalt 3 %
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	9,7 g / 9,7 g / 40 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Jetzt neu! Weniger süß
Sonstige Werbung	extra Frucht-Kick
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zucker

Diese Limonade ist in zwei Größen (1,75 Liter und 1 Liter) im Handel. Die große Flasche, die gerade von Jugendlichen problemlos an einem Tag getrunken werden kann, enthält 170 g Zucker bzw. 700 kcal. Trotz der Werbung mit „weniger süß“ entspricht der Zuckergehalt dem üblichen von Limonaden.

Täuschungspotential: Durch die prominente Auslobung „weniger süß“ wird ein niedrigerer Zuckergehalt der Limonade erwartet. Tatsächlich enthält sie mit 9,7 g Zucker pro 100 ml aber genauso viel Zucker wie Vergleichsprodukte. Die Auslobung „weniger süß“ ist trotzdem rechtskonform, da sie sich nur auf den Geschmack und nicht auf den Zuckergehalt bezieht.



Beispiel „Alkoholfreies Getränk II“	
Verkehrsbezeichnung	Mehrfucht-Karotten-Vitamin-Getränk mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln mit 12 % Saftgehalt mit Vitaminkombination ACE + Folsäure
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	2,6 g / 2,8 g / 12,6 kcal
Nährwertbezogene Angaben	reich an Vitaminen
Sonstige Werbung	mit natürlichem Mineralwasser, fresh
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Verschiedene Fruchtsäfte, Zucker, Acesulfam, Aspartam, Cyclamat, Saccharin

Es handelt sich hierbei um ein kalorienarmes, nicht jedoch zuckerarmes Erfrischungsgetränk, trotzdem zusätzlich vier Süßstoffe enthalten sind.

Täuschungspotential: Die gesamte Aufmachung wirkt sehr fruchtig und natürlich. Viele Verbraucherinnen und Verbraucher werden daher vermutlich weder Süßstoffe noch Zucker erwarten, auch wenn auf der Schauseite (recht klein) die Verwendung von Süßungsmitteln „Getränk mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln“ genannt ist.



4.5.7 Produktbeispiele Pikante Fertigprodukte

Bei einzelnen pikanten Fertigprodukten, insbesondere bei Feinkostsalaten, stößt man auf überraschend hohe Zuckermengen. Das ist vor allem dann der Fall, wenn das Produkt fett- und kalorienreduziert ist.

Beispiel „Feinkostsalat“	
Verkehrsbezeichnung	Griechischer Krautsalat
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	12,3 g / 12,8 g / 104 kcal
Sonstige Werbung	lactosefrei, glutenfrei, vegan (mit Symbolen dargestellt)
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Dextrose, Zucker

In diesem Krautsalat griechischer Art ist mit 12,3 g Zucker auf 100 g eine unerwartete hohe Zuckermenge vorhanden. Laut Nährwerttabelle¹⁶ enthält ein Fertig-Krautsalat üblicherweise 3,2 g Kohlenhydrate und 2,8 g Mono- und Disaccharide pro 100 g.



Täuschungspotential: Gerade bei einem Gemüse-Produkt, bei dem zusätzlich mit „lactosefrei, glutenfrei, vegan“ gesundheitliche Vorteile suggeriert werden, erwarten Verbraucherinnen und Verbraucher keinen außergewöhnlich hohen Zuckergehalt, in diesem Fall die vierfache Menge.

Ketchup	
Verkehrsbezeichnung	Tomatenketchup mit Apfeldicksaft gesüßt
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	20 g / 23 g / 119 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Ohne Zusatz von Zucker, enthält von Natur aus Zucker (Rückseite)
Sonstige Werbung	Aus kontrolliertem biologischem Anbau
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Apfeldicksaft 15 %



Dieser Ketchup enthält mit 20 g pro 100 g in etwa so viel Zucker wie übliche Tomatenketchups. Hier wurde lediglich der übliche Zucker durch Apfeldicksaft ersetzt (Reformulierung). Der Hinweis „ohne Zusatz von Zucker“ widerspricht der Definition in der HCV (nur zulässig, „wenn das Produkt keine zugesetzten Mono- oder Disaccharide oder irgend ein anderes wegen seiner süßenden Wirkung verwendetes Lebensmittel enthält.“).

¹⁶ Heseker und Heseker, Nährstoffe in Lebensmitteln, 3. Auflage. Umschau, 2007, S. 249

Täuschungspotential: Die Aufmachung und der Name des Produkts richtet sich an Kinder bzw. deren Eltern. Es wird suggeriert, dass Apfeldicksaft ernährungsphysiologisch günstiger sei als Zucker. Das Produkt ist aber weder weniger kariogen noch zuckerärmer im Sinne der Nährwertkennzeichnung.

5 Bewertung der Ergebnisse

Der Marktcheck hat ergeben, dass die gegenwärtige Kennzeichnungspraxis viele Fragen offen lässt und Verbraucherinnen und Verbraucher über den Einsatz süßenden Zutaten eher verwirrt als informiert werden.

Die Rechtslage für die werbliche Auslobung (HCV) gibt zwar Definitionen und Grenzen vor, jedoch sind die Auslegungsspielräume recht groß und müssen erst durch Klarstellungen, Nachfolgeverordnungen (wie im Falle von „zuckerreduziert“) und Gerichtsentscheidungen begrenzt werden.

Die meiste Verwirrung aufgrund einer Vielzahl süßender Zutaten gibt es bei den Getreideprodukten. Hier dürften Verbraucherinnen und Verbraucher auf Grund der Länge der Zutatenliste und der unterschiedlichen Begrifflichkeiten für süßende Zutaten Verständnisprobleme haben. Die gesamte Zutatenliste wird vermutlich nur selten erfasst. Auch erschließt sich bei genauem Lesen nur bei den wenigsten Zutaten, ob die süßende oder eine andere technologische Funktion im Vordergrund steht.

Durch die Verwendung zusammengesetzter Zutaten erscheinen einzelne Zutaten wie beispielsweise der häufig eingesetzte „Zucker“ mehrmals in einer Zutatenliste. Dies erhöht die Unübersichtlichkeit noch weiter. Umso wichtiger ist hier eine gute, aussagekräftige und auf einen Blick erfassbare Nährwertkennzeichnung.

Die Produktgruppe Getränke gehört aufgrund der hohen Zuckergehalte bei gleichzeitig großen Verzehrmenngen zu einer der problematischsten. So finden sich in einer einzigen Flasche Limonade (1,75 l) 170 g Zucker (entspricht mehr als der dreifachen Tagesmenge an zugesetztem Zucker für Erwachsene laut WHO-Empfehlung). Zusätzliche Verwirrung bringen die von Herstellern herangezogenen, oft fiktiven Portionsgrößen.

Bei zahlreichen Produkten hat sich gezeigt, dass der bereits seit 2006 geltende Anhang der HCV (erlaubte nährwertbezogene Angaben) von Herstellern durchaus unterschiedlich interpretiert wird. Das Verständnis der Hersteller ist nicht immer deckungsgleich mit dem der Verbraucherinnen und Verbraucher, damit kann es zu bewusst oder unbewusst herbeigeführten Irreführungen kommen. Hier ist die Lebensmittelüberwachung gefordert, Werbeaussagen stärker zu kontrollieren und auf Konformität mit der HCV zu prüfen. Gleichzeitig ist das ein Betätigungsfeld der Verbraucherzentralen im Rahmen ihrer Marktwächterfunktion. Durch Einfordern von Unterlassungserklärungen kann eine Marktbereinigung unterstützt werden.

Irreführungspotential gibt es aus Sicht der Verbraucherzentralen bei

- der Berechnung des Zuckergehalts auf Grund der unterschiedlichen Definitionen von Zucker in der NKV (Gesamtheit an Mono- und Disacchariden) und der Bezeichnung „Zucker“ in der Zutatenliste nach LMKV (Saccharose aller Art) und gemäß ZuckArtV (definierte Zuckerarten) (, S. 5)

- unerwartet hohen Zuckermengen
 - bei reformulierten Produkten
 - in Kombination mit Süßungsmitteln
 - in Produktgruppen, in denen Zucker normalerweise nur zur Geschmacksabrundung eingesetzt wird
- der Einschätzung des Zuckergehaltes auf Basis der Zutatenlisten, wenn eine Vielzahl zuckerhaltiger Zutaten eingesetzt werden
- fehlender Kenntnis, welche Zutaten süßend wirken bzw. zum Zuckergehalt beitragen.
- Auslobungen wie „ohne Zuckerzusatz“, wenn die geforderte Angabe erst nach längerem Suchen auffindbar ist
- der Werbung mit „30 % weniger Zucker“, weil Vergleichbarkeit am *Point of Sale* unklar ist
- der Einschätzung zur Kariogenität bei Angaben wie „ohne Zuckerzusatz“, „weniger süß“, „für Kinder geeignet“

Tabelle 3 auf S. 33 listet einige für Verbraucherinnen und Verbraucher besonders missverständliche Angaben auf.

Besondere Aufmerksamkeit ist bei reformulierten Produkten geboten. Zwar tragen diese Produkte alle Nährwertangaben und sind insofern mit anderen Produkten vergleichbar. Mit Slogans wie „free“, „30 % weniger Fett“, „weniger süß“ etc. suggerieren sie ein insgesamt gesünderes Produkt, ohne dem in jedem Fall gerecht zu werden. So wird beispielsweise Fett durch Zucker in Kombination mit Maltodextrin ersetzt, so dass es zu einem höheren Zucker- und Kohlenhydratgehalt kommt.

Längst nicht alle Reformulierungsprodukte bringen daher Verbraucherinnen und Verbrauchern auch einen wirklichen Nutzen.

zuckerfrei	heißt nicht ganz „ohne Zucker“ (0,5 % sind erlaubt) bzw. energieärmer
mit (natürlicher) Fruchtsüße	heißt nicht „ohne Zucker“ oder „zuckerhaltige Zutaten“ bzw. besonders natürlich
Zuckerauszug aus Trauben / Süße aus Trauben	heißt nicht ein besonders „gesunder“ Zucker
Süße nur aus Früchten / natursüß	heißt nicht „ungesüßt“, Süße stammt aus Fruchtkonzentraten, Saftkonzentraten oder aus Früchten gewonnenem Zucker
zuckerreduziert	heißt nicht immer „kalorienreduziert“
weniger süß	heißt nicht „wenig(er) Zucker“
für Kinder geeignet / genau richtig für Kindergarten und Schule	heißt nicht <i>besonders wenig Zucker</i>
ohne Zuckerzusatz	heißt nicht ohne süßende Zutaten
weniger Zucker	heißt nicht grundsätzlich weniger Zucker als in Produkten anderer Hersteller
mit Traubenzucker	heißt nicht <i>ein besonders gesunder Zucker</i> . Im Gegenteil, durch die geringere Süßkraft muss unter Umständen sogar mehr verwendet werden.
mit Fruktose / Fruchtzucker gesüßt	heißt nicht , besonders gesund oder für Diabetiker besonders geeignet
mit Stevia gesüßt	heißt nicht , dass die Steviapflanze verwendet wurde, gesetzlich erlaubt ist nur der Zusatz des Süßstoffes Steviolglykosid
mit Apfeldicksaft gesüßt	heißt nicht , ernährungsphysiologisch günstiger
ohne Zusatz von Süßungsmittel	heißt nicht ohne Zucker oder andere süßende Zutaten, bedeutet lediglich ohne Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe

Tab. 3: Ermittelte Zutaten, die zur Süße oder zum Zuckergehalt beitragen können

6 Schlussfolgerung

Zum Schutz der Verbraucherinnen und Verbraucher vor Irreführung und Täuschung sind folgende Maßnahmen angezeigt:

- Angleichung der unterschiedlichen Zuckerdefinitionen in den Gesetzestexten (NKV, ZuckArtV, LMKV und zukünftig LMIV), damit Verbraucherinnen und Verbraucher den wirklichen Zuckergehalt einschätzen können.
- Produkte mit hohem Zuckergehalt dürfen nicht als geeignet für Kinder beworben werden. Die seit Jahren ausstehende Formulierung und Verabschiedung der Nährwertprofile (gemäß HCV) muss zügig erfolgen.
- Es ist notwendig, eindeutige Durchführungsbestimmungen oder -verordnungen zu erlassen, die den Interpretationsspielraum der nährwertbezogenen Angaben (Anlage 1 HCV) einschränken.
- Die Lebensmittelüberwachung muss verstärkt auf eine Irreführung durch nährwertbezogene Angaben prüfen und Verstöße ahnden.
- Nährwertangaben sollten optisch hervorgehoben werden und auf einen Blick erkennbar sein. Verbraucherinnen und Verbraucher wünschen sich eine Ampelkennzeichnung.
- Erfolgen Nährwertangaben pro Portion, sind diese auf Einportionspackungen zu beschränken bzw. einheitliche, realistisch groß bemessene Portionsgrößen pro Sortimentsgruppe festzulegen.
- Reformulierungen von Lebensmitteln durch Austausch von Zucker müssen mit einer Verminderung des Energiegehaltes verbunden sein. Generell sollten Reformulierungen dazu führen, dass keine übersüßten Lebensmittel angeboten werden.
- Keine Werbung „ohne Zuckerzusatz“, wenn Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen, verwendet werden.
- Keine werbliche Hervorhebung eines einzelnen Süßungsmittels oder einer süßende Zutat, wenn weitere Süßungsmittel eingesetzt werden.
- Softgetränke und gesüßte Getränke sollten nicht in Kindertageseinrichtungen und Schulen angeboten werden.
- Das Angebot von süßen Getränken in Jumboflaschen steht im Widerspruch zu gesundheitspolitischen Zielen und sollte kritisch hinterfragt werden.

7 Anhang

7.1 Rechtliche Einordnung der verschiedenen süßenden Zutaten

Süßende Lebensmittelzutaten

Süßende Zutaten – unter anderem Honig, Sirup oder Apfelsüße – enthalten als natürliche Bestandteile einen hohen Anteil an Mono- und Disacchariden. Sie sind als übliche Lebensmittel nicht zulassungspflichtig und müssen in der Zutatenliste nicht als „süßend“ besonders kenntlich gemacht werden. Gleiches gilt für getrocknete Stevia-Teeblätter¹⁷. Die Stevia-Pflanze (bzw. deren Blätter) dagegen gilt als nicht zugelassene, neuartige Zutat (Antrag läuft seit 2007¹⁸). Aus *Stevia rebaudiana* Bertoni gewonnener Extrakt (Steviolglykoside) dagegen ist seit Ende 2011 als neuer Süßstoff (E 960) zugelassen¹⁹.

Zucker – Gesamtheit der Mono- und Disaccharide

Zucker wird neben den klassischen Herkunft aus Zuckerrüben und Zuckerrohr zunehmend durch Stärkeverzuckerung gewonnen. Es gibt daher eine Vielzahl verschiedener Zuckerarten, deren Verkehrsbezeichnungen in der Zuckerartenverordnung (ZuckArtV) und in der Lebensmittelkennzeichnungsverordnung (LMKV) geregelt sind.

Zuckeraustauschstoffe und Süßstoffe

Beide Gruppen gehören zu den zulassungspflichtigen Süßungsmitteln. Sie sind in der Zusatzstoffzulassungsverordnung (ZuZuLV), Anlage 2, geregelt. Beide Süßungsmittelarten unterscheiden sich in ihrer physiologischen Wirkung von Zucker.

Zuckeraustauschstoffe (Zuckeralkohole) werden Insulin-unabhängig verstoffwechselt und im Unterschied zu Zucker ist ihr Brennwert bei vergleichbarer Süßkraft niedriger. Zuckeralkohole weisen eine verminderte bis keine Kariogenität auf. Sie können bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, weshalb bei einem Gehalt von mehr als 10 % ein Warnhinweis vorgeschrieben²⁰ ist. Die Toleranzgrenzen sind individuell sehr unterschiedlich, deshalb ist die vorgeschriebene Deklaration nicht für alle Verbraucherinnen und Verbraucher hilfreich. Einige der Zuckeraustauschstoffe (z.B. Maltit, Mannit, Isomalt oder Sorbit) müssen von Menschen mit Fruktose-Intoleranz ganz gemieden werden – hierzu ist kein Hinweis vorgeschrieben.

Süßstoffe haben eine sehr viel höhere Süßkraft (30-13.000fach) als Haushaltszucker, jedoch keinen oder nur einen sehr geringen physiologischen Brennwert und sind nicht kariogen. Sie sind jedoch nicht strukturgebend und können deshalb und wegen ihrer sehr hohen Süßkraft meist nur als Mischungen eingesetzt werden.

¹⁷ Verwaltungsgericht München, Az. M 4 K 03.4528, Urteil vom 13.05.2004

¹⁸ <http://www.bfr.bund.de/cm/343/130412-antraege-auf-zulassung-neuartiger-lebensmittel-gemaess-artikel-4-der-verordnung-eg-nr-258-97.pdf>, Stand: 12.04.2013

¹⁹ VO (EU) 1131/2011 vom 11.11.2011

²⁰ § 9 (5) ZZuLV

7.2 Täuschungsfreie Kennzeichnung von Produkten mit Steviolglykosiden

Das österreichische Bundesministerium für Gesundheit veröffentlichte am 13.06.2012 eine eigene „Leitlinie über die täuschungsfreie Kennzeichnung von Lebensmitteln, die mit dem Zusatzstoff Steviolglykoside (E 960) gesüßt sind“ (BMG-75210/0002-II/B/13/2012). Dort werden unter anderen folgende Angaben als zur Täuschung geeignet angesehen:

- natürlich gesüßt
- mit natürlichem Süßungsmittel
- mit natürlicher Süße
- mit Süße aus pflanzlicher Quelle (Herkunft/Ursprung)/natürlicher Quelle (Herkunft/Ursprung)
- mit der natürlichen Süße aus der Stevia-Pflanze
- mit Stevia/extrakt (Steviaextrakt ist kein Synonym für Steviolglykoside)
- Süße aus Stevia sowie bildliche Darstellungen oder Symbole der Steviapflanze oder des Steviablattes, mit welchen der irrige Eindruck erweckt wird, die Pflanze selbst werde zum Süßen verwendet – ausgenommen ein Hinweis auf die Süßung durch den Zusatzstoff Steviolglykoside – ist mit gleichem Auffälligkeitsgrad in unmittelbarer Nähe und für Verbraucherinnen und Verbraucher mit demselben Blick erfassbar angebracht.

Auch in Belgien gibt es einen solchen Leitfaden „Etikettering en reclame van de zoetstof steviolglycosiden – Versie 2“ aus dem Mai 2012.

Die Sachverständigen der deutschen Lebensmitteluntersuchungsämter beurteilen Produkte mit Steviolglykosiden im Prinzip analog dieser Leitlinien. Allerdings werden Aussagen wie „Steviolglykoside (Süßungsmittel) aus der Steviapflanze“ oder „Steviolglykoside (Süßungsmittel) aus pflanzlicher Quelle“, jeweils außerhalb der Zutatenliste, toleriert.²¹

Urteil zu „Stevia-Fluid“

Die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg ist in erster Instanz erfolgreich gegen die irreführende Werbung eines Süßstoffherstellers vorgegangen. Das Landgericht Konstanz (Az: 7 O 32/12 KfH) beurteilte die Bezeichnung „*Stevia-Fluid*“ und „*Stevia-Blätter*“ sowie die Abbildung eines Stevia-Blattes auf der Flasche mit dem Süßstoff Steviolglykosid im April 2013 als irreführend. Der Firma Gesund & Leben ist es nach dem Urteil künftig untersagt, „[...] den Begriff ‚*Stevia-Fluid*‘ oder ‚*Stevia-Blätter*‘ in der Beschreibung zu verwenden und/oder die Blätter bildlich darzustellen, sofern das Produkt aus einem chemisch isolierten Süßstoff besteht.“ Der Anbieter hat Berufung eingelegt.

²¹ Pers. Mitteilung Hessisches Ministerium für Umwelt, Energie, Landwirtschaft und Verbraucherschutz vom 14.11.12

7.3 Urteil zu „ohne Kristallzuckerzusatz“

Laut Verwaltungsgericht Lüneburg (6 A 62/11, Urteil vom 28.02.2013) ist eine Auslobung mit „ohne Kristallzuckerzusatz“ trotz enthaltener Traubensüße unzulässig.

Das Gericht hat entschieden, dass ein Getränk nicht mit dem Hinweis „ohne Kristallzucker“ werben darf, wenn das Produkt mit „Traubensüße“, die Fruchtzucker und Traubenzucker enthält, gesüßt worden ist. Dem Fall lag folgender Sachverhalt zugrunde: Ein Hersteller von Erfrischungsgetränken hatte auf dem Etikett mit dem Hinweis: „Ohne Kristallzuckerzusatz (sondern mit feiner, aus der Traube gewonnener Süße)“ geworben. Die zuständige Behörde hatte gefordert, die Angabe „ohne Kristallzuckerzusatz“ zu unterlassen, da das Getränk mit Traubensüße gesüßt wird und der Hinweis deshalb unzulässig sei. Der Getränkehersteller hat dagegen behauptet, dass die Angabe „ohne Kristallzuckerzusatz“ eine bloße Beschaffenheitsangabe sei. Es werde auf dem Etikett weder behauptet, dass die Limonade zuckerarm oder zuckerfrei sei, noch dass das Getränk überhaupt nicht gesüßt worden sei.

Die Richter haben mit Bezug auf die HCV (nährwertbezogene Angabe „ohne Zuckerzusatz“) argumentiert, dass bei einer Bezeichnung „ohne Kristallzuckerzusatz“ die Verbrauchervorstellung und die maßgebliche Verkehrserwartung der Allgemeinheit davon ausgeht, dass dem Produkt kein Zucker zugesetzt worden ist.²²

7.4 Vielzahl der süßenden Zutaten in den einzelnen Produktgruppen

Zutat	Milchprodukte	Süßigkeiten	Getreideprodukte	Obstzubereitungen	Getränke	Pikante Fertigprodukte
Agavendicksaft				x		
Apfeldicksaft						x
Brauner Zucker		x	x	x		
Dicksaft				x		
Fruchtextrakt		x				
Fruchtpüree	x	x		x		
Fruchtsaft (verschiedene Früchte)	x			x		
Fruchtsüße/Apfelsüße/Traubensüße				x	x	
Fruktose	x	x	x	x	x	x
Fruktose-Glucose-Extrakt aus Früchten				x		
Fruktose-Sirup	x	x		x	x	
Fruktose-Glukose-Sirup			x	x		x

²² www.kostenlose-urteile.de/VG-Lueneburg_6-A-6211_Etikettierung-mit-ohne-Kristallzuckerzusatz-trotz-enthaltender-Traubensuesse-unzulaessig.news15409.htm vom 12.03.13

Zutat	Milch- produkte	Süßig- keiten	Getreide- produkte	Obst- zubereitungen	Getränke	Pikante Fertigprodukte
Gerstenmalz			x		x	
Gerstenmalzextrakt		x	x			
getrocknete Früchte/ Rosinen			x			
getrockneter Glukosesirup						x
gezuckerte Kondensmilch	x		x			
Glukose-Fructose-Sirup	x		x	x	x	x
Glukosesirup	x	x	x	x	x	x
Honig		x	x	x		
Inulin	x	x	x			
Invertzucker	x		x			
Invertzuckersirup	x	x	x			
Joghurtpulver			x			
karamellisierter Zucker			x			x
Karamellsirup	x		x			
Karamellzuckersirup	x		x			x
konzentrierte Fruchtsäfte	x	x		x	x	
Magermilchpulver	x	x	x		x	x
Maltodextrin/Dextrin/ Weizendextrin	x	x	x		x	x
Malzextrakt		x	x			x
Malzzucker/Maltose			x			
Milchzucker/Laktose	x	x	x			x
Molkenerzeugnis	x		x			x
Molkenpulver	x	x	x			
Oligofruktose/Raftilose	x	x	x	x		
Oligofruktosesirup		x				
Polydextrose		x				
Rohrrohrzucker		x	x	x		x
Süßmolkenpulver	x	x	x		x	
Traubenzucker/Glukose/ Dextrose	x	x	x	x	x	x
Trockenkaramellzuckersirup						x
Vanillinzucker						x
Vollmilchpulver/Milchpulver	x	x	x			

Zutat	Milch- produkte	Süßig- keiten	Getreide- produkte	Obst- zubereitungen	Getränke	Pikante Fertigprodukte
Zucker/ Weißzucker	x	x	x	x	x	x
Zuckerrübensirup	x				x	
Erythrit (E 968)		x				
Isomalt (E 953)	x	x				
Maltit (E 965), Maltitsirup	x	x	x			
Sorbit (E 420)	x	x				
Xylit (E 967)		x				
Acesulfam-Aspartamsalz (E 962)		x		x		
Acesulfam-K (E 950)	x	x		x	x	
Aspartam (E 951)	x	x			x	
Cyclamat (E 952)	x	x		x	x	
Saccharin (E 954)	x	x		x	x	x
Steviolglycoside (E 960)		x		x		
Sucralose (E 955)	x	x			x	

Tab. 4: Vielzahl der süßenden Zutaten in den einzelnen Produktgruppen

7.5 Weitere Produktbeispiele

Beispiel „Schokolade I“	
Verkehrsbezeichnung	Belgische Milkschokolade mit knuspriger Waffel und Füllung mit Karamellaroma und Süßungsmitteln
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	18,5 g / 35,1 g / 482 kcal
Sonstige Werbung	with sweeteners from STEVIA a natural source! Enthält von Natur aus Zucker.
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Ballaststoffe (Dextrin, Inulin, Oligofruktose), Vollmilchpulver, Molkepulver, Süßstoffe (Erythrol, Steviol-Glykoside), Magermilchpulver, Süßstoffe (Maltitol)

Der Zuckergehalt ist gegenüber üblichen Schokoriegeln deutlich reduziert. Die Masse wird durch den Einsatz der süßenden Ballaststoffe Dextrin, Inulin und Oligofruktose (15,7 g) erzielt, womit dem Produkt zusätzlich ein gesundes Image gegeben wird. Der Zuckeraustauschstoff Maltitol wird fälschlicher als Süßstoff bezeichnet.

Täuschungspotential: Stevia wird auf der Schauseite gegenüber den anderen Süßungsmitteln so hervorgehoben, dass Verbraucherinnen und Verbraucher davon ausgehen könnten, dass Stevia/Steviolglykoside das einzige Süßungsmittel sind, was angesichts der eingesetzten drei weiteren Süßungsmittel plus drei süßende Ballaststoffe eine Täuschung wäre.



Beispiel „Schokolade II“	
Verkehrsbezeichnung	Schokoriegel viel Eiweiß wenig Kalorien
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	11 g / 24 g / 378 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Viel Eiweiß Wenig Kalorien Rückseite: Kalorienarmes Lebensmittel mit hohem Eiweißgehalt und geringem Anteil an Fetten und Kohlenhydraten, mit Zucker und Süßstoff.
Sonstige Werbung	Kein ausschließlicher Mahlzeitenersatz
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Oligofruktosesirup, Süßstoff Maltit, Fruktosesirup, Polydextrose, Glukosesirup

Bei Maltit handelt es sich nicht um einen Süßstoff, sondern um einen Zuckeraustauschstoff. Die Kennzeichnung ist nicht korrekt. Im Vergleich mit einem üblichen Schokoriegel liegt zwar nur eine

mäßige Kalorienreduktion (- 10 %) vor, der Zuckergehalt ist aber deutlich niedriger, der Eiweißgehalt 6mal höher als üblich. Die Angabe, ein Lebensmittel sei energiearm, sowie jede Angabe, die für Verbraucherinnen und Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist entsprechend dem Anhang der HCV aber nur zulässig, wenn das feste Lebensmittel nicht mehr als 40 kcal pro 100 g hat. Das ist hier nach den auf der Packung genannten Angaben nicht der Fall. Klare Verbrauchertäuschung!



Täuschungspotential: Es wird suggeriert, dass das Produkt nur wenig Zucker enthält. Tatsächlich besteht aber immer noch fast die Hälfte des Kohlenhydratanteils dieses Riegels aus Zucker. Hinzu kommt, dass Fruktose- und Glukosesirup möglicherweise nur zum Teil als Zucker gezählt werden (s. , S. 5). Im Übrigen sind beide Sirupe kariogen, der Oligofruktosesirup vermutlich ebenfalls, Polydextrose dagegen nicht²³.

Beispiel „Müsli“	
Verkehrsbezeichnung	Müsli mit Fruchtgehalt 40 %
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	25,2 g / 59,8 g / 337 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Ohne Zuckerzusatz (enthält den natürlichen Zuckergehalt der Trockenfrüchte, Packungsseite, unter der Nährwerttabelle))
Sonstige Werbung	Gourmet
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	getrocknete Früchte, Gerstenmalz (als Zutat der Cornflakes)

Das Produkt dürfte den Verbrauchererwartungen entsprechen.

Täuschungspotential: Möglicherweise erwarten Verbraucherinnen und Verbraucher überhaupt keinen Zucker in diesem Produkt. Der Hinweis „enthält von Natur aus Zucker“ jeweils in unmittelbarer Nähe zum mehrmals auftauchenden Hinweis „ohne Zuckerzusatz“ wäre eindeutiger und verbraucherfreundlicher.

Beispiel „Zwieback“	
Verkehrsbezeichnung	Zwieback
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	9,3 g / 73 g / 401 kcal
Nährwertbezogene Angaben	weniger Zucker * / * enthält 30 % weniger Zucker als unser Original
Sonstige Werbung	der Laktosefreie. Diese Zuckerreduzierung wird ohne den Zusatz von Süßstoffen oder Zuckeraustauschstoffen erreicht.
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zucker, Glukosesirup, Gerstenmalzextrakt, Traubenzucker, Invertzuckersirup

²³ L. Stösser et al.: Polydextrose – ein „zahnfreundlicher“ Kohlenhydrat-Füllstoff. *Oralprophylaxe & Kinderzahnheilkunde* 27: 144-9, 2005

Im Vergleich mit dem Original-Zwieback des Herstellers ist die Angabe der 30 %-igen Zuckerreduzierung zutreffend (9,3 g zu 13,3 g Zucker pro 100 g). Im Vergleich mit einem anderen laktosefreien, nicht als zuckerreduziert beworbenen Zwieback ist der Zuckergehalt jedoch immer noch höher (9,3 g zu 9,0 g).

Täuschungspotential: Ohne die Beachtung von Nährwerttabelle und Zutatenliste ist für Verbraucherinnen und Verbraucher nicht ersichtlich, dass dieser Zwieback trotz der Bewerbung „weniger Zucker“ mehr Zucker enthält als Zwiebäcke anderer Hersteller. Das Besondere dieses Zwiebacks wird noch verstärkt durch den Hinweis, dass keine anderen Süßungsmittel verwendet wurden.

Beispiel „Getreideriegel I“	
Verkehrsbezeichnung	Müsliriegel in Milkschokolade
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	35,1 g / 62,9 g / 446 kcal
Sonstige Werbung	mit Bienenhonig verfeinert, Köstliche Energie – immer da, wenn man eine kleine Stärkung braucht
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zucker, Zucker, Gerstenmalz, Karamellzuckersirup, Glukose-Fruktose-Sirup, Glukose-Sirup, brauner Zucker, Zucker, Gerstenmalz, gezuckerte Kondensmilch, Honig 1 %, Karamellzuckersirup

Beispiel „Getreideriegel II“	
Verkehrsbezeichnung	Müsliriegel mit Milkschokolade und Süßungsmittel
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	2,5 g / 66,3 g / 333 kcal
Nährwertbezogene Angaben	ohne Zuckerzusatz (Schauseite), (Rückseite: enthält von Natur aus Zucker), 67 kcal pro Riegel
Sonstige Werbung	free
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Maltitsirup, Maltitsirup, Gerstenmalz, Maltitsirup, Vollmilchpulver, Maltit, Vollmilchpulver, Gerstenmalzextrakt



Dieser Getreide-Schoko-Riegel (rechts) wird mit „free“ und „ohne Zuckerzusatz“ ausgelobt. Tatsächlich ist aber etwas Zucker enthalten, was auch durch den Hinweis auf der Rückseite „enthält von Natur aus Zucker“ bestätigt wird. Unklar ist, worauf sich das „von Natur aus“ bezieht, auf Gerstenmalz und -extrakt? Aus welchem anderen Grund (außer zu süßen) wurden diese beiden Zutaten eingesetzt, damit der Hinweis „ohne Zuckerzusatz“ auf der Schauseite gerechtfertigt ist?

Täuschungspotential: Der Begriff „free“ bei diesem Riegel (in Abgrenzung vom entsprechenden „normalen“ Riegel des Herstellers, im Bild links) deutet eigentlich daraufhin, dass das Produkt gänzlich zuckerfrei ist, tatsächlich wurde aber nur auf den Zusatz von Zucker (nicht aber von Süßungsmitteln) verzichtet. Der Free-Riegel wiegt 5 g weniger als der normale Riegel (20 statt 25 Gramm). Verbraucherinnen und Verbraucher, die die Nährwerte pro Riegel (und nicht pro 100 g) vergleichen, werden somit leicht in die Irre geführt, Zucker- und Kalorienreduktion erscheinen so noch deutlicher.

Beispiel „Fruchtaufstrich I“	
Verkehrsbezeichnung	Fruchtaufstrich light Sauerkirsch Mit 32 % Fruktose gesüßt
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	– / 37 g / 161 kcal
Nährwertbezogene Angaben	* 30 % weniger Kalorien im Vergleich zu einer herkömmlichen Konfitüre Extra mit einem Gesamtzuckergehalt von 63 g je 100 g
Sonstige Werbung	Charaktervoller, fruchtfrischer Geschmack. kalorienreduziert, gut, innovativ. Gesundes Leben ist – richtige Ernährung und damit gesundes Blut. Knochen, Gelenke und Kreislauf – alles kann den Nutzen spüren. 70 Frucht
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Fruktosesirup, Fruktose

Lt. VO (EG) 1924/2006, Anhang, ist „energiereduziert“ nur zulässig, wenn der Brennwert um mindestens 30 % verringert ist; dabei sind die Eigenschaften anzugeben, die zur Reduzierung des Gesamtbrennwerts des Lebensmittels führen. Es handelt sich hierbei laut Verkehrsbezeichnung um einen Fruchtaufstrich. Dieser kann kalorienmäßig / zuckermäßig nicht mit einer Konfitüre verglichen werden. Andere Fruchtaufstriche sind bezüglich des Energiegehalts vergleichbar (s. oben), damit erscheinen die Bezeichnungen „light“ bzw. „30 % weniger Kalorien“ hier nicht gerechtfertigt. Das gilt insbesondere, da das Vergleichsprodukt Konfitüre nur auf der Seite, nicht aber auf dem Deckel, auf dem sich diese Aussage befindet, genannt wird.



Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher erwarten hier einen kalorienreduzierten Fruchtaufstrich. Diese Erwartung wird nicht erfüllt. Die Werbung „mit 32 % Fruktose gesüßt“ deutet auf eine besonders wertvolle süßende Zutat hin, was noch durch die zusätzlichen Hinweise auf eine „richtige Ernährung“, „gesundes Blut, Knochen, Gelenke und Kreislauf“ verstärkt wird. Dem ist nicht so, ganz im Gegenteil wird derzeit sogar eine negative Wirkung von Fruktose (in Form von Fruktosesirup oder isolierter Fruktose) als Süßungsmittel diskutiert (s. Kap. 4.5.5, S. 23).

Beispiel „Fruchtaufstrich II“	
Verkehrsbezeichnung	Kalorienreduzierter Fruchtaufstrich Himbeere mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	13 g / 13 g / 80 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Kalorienreduziert, 80 kcal pro 100 g, Teile des Zucker werden durch Ballaststoffe, Wasser und Süßungsmittel ersetzt, herkömmliche Fruchtaufstriche enthalten im Durchschnitt 160 kcal / 100 g.
Sonstige Werbung	kalorienbewusst
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Oligofruktose, Fruktose, Acesulfam K



Hierbei handelt es sich um einen wirklich kalorienreduzierten Fruchtaufstrich. Wie in der VO (EG) 1924/2006 vorgesehen, werden auch direkt unter der Verkehrsbezeichnung die Eigenschaften angegeben, die zur Reduzierung des Gesamtbrennwerts des Lebensmittels führen (s. Abbildung).

Täuschungspotential: Von den enthaltenen 13 g Zucker / 100 g sind 9 g Fruktose. Zusammen mit der Oligofruktose (laut Nährwertangaben 10 g / 100 g) kann das für Menschen mit einer Fruktosemalabsorption oder einer Intoleranz je nach persönlicher Toleranzschwelle (< 1 g/Tag bis 50 g / Tag) schon eine ganze Menge sein. Positiv: alle Zahlen sind deutlich auf dem Etikett erkennbar.

Beispiel „Obstkonserve“	
Verkehrsbezeichnung	Mandarin-Orangen, ganze Segmente, in Traubensüße
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	7,9 g / 9,5 g / 42 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Natursüß enthält von Natur aus Zucker (Schauseite) Natursüß: Die Süße stammt ausschließlich aus dem fruchteigenen Zucker und dem Zuckerauszug. Von Trauben ohne Kristallzuckerzusatz.
Sonstige Werbung	Hinweis für Diabetiker: Diese Obstkonserve ist kein spezielles Produkt für Diabetiker.
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Zuckerauszug aus Trauben

Der „Zuckerauszug aus Trauben“ entspricht dem „Zuckerkonzentrat aus Trauben“ (s. Beispiel Obstkonserve I in Kap. 4.5.5, S. 26). Auch der Zuckerauszug ist „ein anderes wegen seiner süßenden Wirkung“.

verwendetes Lebensmittel“, so dass die Auslobung „ohne Kristallzuckerzusatz“ für Verbraucherinnen und Verbraucher missverständlich ist (s. Gerichtsurteil im Anhang 4.3, S. 13). Es fehlt auf jeden Fall der Hinweis „enthält von Natur aus Zucker“.

Täuschungspotential: Es wird aufgrund der Schauseite erwartet, dass keine zusätzliche Süße (auch nicht durch einen Zuckerauszug aus Trauben) beigefügt wurde. Der Begriff „natursüß – enthält von Natur aus Zucker“ führt in die Irre. Zum einen wird aufgrund der Schauseite erwartet, dass die Süße aus den Mandarinen stammt. Zum anderen müsste man dann – in dieser Nomenklatur bleibend – darunter auch einen „Zuckerauszug aus Zuckerrüben“ verstehen. Verbraucherinnen und Verbraucher könnten unter der Bezeichnung „Traubensüße“ in der Verkehrsbezeichnung auch einen süßen Traubensaft annehmen. In Verbindung mit dem Hinweis „kein spezielles Produkt für Diabetiker“ könnte „Traubensüße“ auch als Hinweis auf den Einsatz von Fruchtzucker missverstanden werden.



Beispiel „Getränkepulver“	
Verkehrsbezeichnung	löslicher Landkaffee aus Gerste, Gerstenmalz, Zichorie und Roggen
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	5,9 g / 80,2 g / 364 kcal
Nährwertbezogene Angaben	ohne zugesetzten Zucker
Sonstige Werbung	Voller Geschmack mit Zutaten natürlicher Herkunft, mit Milch zubereiten, nach Belieben süßen
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Gerstenmalz, Zichorie

Die Auslobung „ohne zugesetzten Zucker“ ignoriert, dass von Natur aus Zucker enthalten ist und steht damit im Widerspruch zum Anhang der HCV, tatsächlich sind pro 100 g 5,9 g Zucker enthalten. Weitere Süße (nicht als Zucker anzugeben) liefert das in der Zichorie enthaltene Inulin.

Täuschungspotential: Bei der empfohlenen Zubereitung mit 120 ml Vollmilch enthält eine solche Tasse 5,6 g Zucker (davon 5,4 g Milchzucker), was vermutlich nicht der Verbrauchererwartung entspricht.

Beispiel „Erfrischungsgetränk“	
Verkehrsbezeichnung	Erfrischungsgetränk Apfel-Zitrone auf Basis von natürlichem Mineralwasser mit Vitamin C und Traubenzucker
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	4,5 g / 4,6 g / 20 kcal
Nährwertbezogene Angaben	Traubenzucker, Vitamin C, kalorienarm
Sonstige Werbung	Fit durch den Alltag, Fruchtgehalt 20 %
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Fruktose, Traubenzucker (1,8 g)



Die Gesamtaufmachung des Produkts und auch die Begriffe „kalorienarm“, „fit durch den Alltag“ und „Vitamin C“ lassen auf ein besonders gesundes Getränk schließen. Der Begriff „kalorienarm“ entspricht exakt der Definition in der HCV (≤ 20 kcal / 100 ml). Es werden keine Angaben zur Portion gemacht, so dass von einer 0,5-l-Flasche als Portion auszugehen ist. Diese enthält 22,5 g Zucker, etwa die halbe maximale Tagesmenge.

Täuschungspotential: Es wird nicht nur ein kalorienarmes, sondern auch ein zuckerarmes Produkt erwartet, woran auch die Auslobung von „Traubenzucker“ nichts ändert, zumal es sich nur um 1,8 g Traubenzucker / 100 ml handelt.

Ein zuckerarmes Getränk dürfte maximal 2,5 g Zucker pro 100 ml enthalten. Die besondere Auslobung von Traubenzucker lässt Verbraucherinnen und Verbraucher auf einen für die Fitness besonders wichtigen Zucker schließen – erscheint unserer Ansicht nach irreführend.

Beispiel „Feinkostsalat I“	
Verkehrsbezeichnung	Nudelsalat
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	-/-/-
Sonstige Werbung	Ohne Zusatz von Süßungsmitteln
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Dextrose, Maltodextrin, Zucker

Täuschungspotential: Obwohl kennzeichnungsrechtlich korrekt, erwarten Verbraucherinnen und Verbraucher bei einer Auslobung „ohne Einsatz von Süßungsmitteln“ nicht nur ein Produkt ohne Süßstoff oder Zuckeraustauschstoff, sondern auch ein Produkt ohne süßende Zutaten. Das ist hier nicht gegeben. Durch die fehlende Nährwertkennzeichnung und damit auch fehlende Zuckerwerte wird zusätzlich eine falsche Verbrauchererwartung geschürt.

Beispiel „Feinkostsalat II“	
Verkehrsbezeichnung	Delikatess Fleischsalat mit Gewürzgürkchen, extra feiner Fleischschnitt
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	6,5 g / 8,1 g / 145 kcal
Nährwertbezogene Angaben	60 % weniger Fett, 9,8 % Fett (Schauseite)
Sonstige Werbung	Bewusster essen
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Dextrose, Glukosesirup, Maltodextrin, Zucker, Zucker

Der fett- und kalorienreduzierte Fleischsalat fällt auf, da ein weiterer Fleischsalat im Marktcheck (ebenfalls ohne Süßstoff) mit 3,8 g Zucker pro 100 g (und 5,1 g Kohlenhydraten) deutlich weniger von beiden Nährstoffen enthält. Im Zuge der Reformulierung der enthaltenen Fleischwurst (Verringerung des Fettanteils) scheinen mehr süßende Zutaten zum Einsatz gekommen zu sein.



Täuschungspotential: Verbraucherinnen und Verbraucher erwarten nicht, dass in einem fett- und kalorienreduzierten Fleischsalat, der so herausgehoben mit „bewusster essen“ und weiteren Eigenschaften wirbt (s. Abbildung), tatsächlich mehr Zucker (und Kohlenhydrate) als gewöhnlich enthalten sind.

Beispiel „Joghurt“	
Verkehrsbezeichnung	Joghurt mild aus entrahmter Milch mit 25 % Pfirsich-Maracuja-Zubereitung mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln
Zucker/Kohlenhydrate/Energie	7,2 g / 8 g / 49 kcal
Nährwertbezogene Angaben	49 kcal, enthält 65 % weniger Fett und 40 % weniger Zucker als X. Fruchtig & Cremig, 100 % Genuss bei nur 0,1 % Fett
Süßende Zutaten und/oder Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen	Fruktosesirup, Acesulfam, Aspartam, Fruchtsaft aus Konzentrat

Im Vergleich mit dem genannten Produkt (X. Fruchtig & Cremig Pfirsich-Maracuja, 14,8 g KH, 85 kcal) stimmen die Angaben. Auch im Vergleich mit anderen zuckerreduzierten Joghurts (und früheren Diätjoghurts) liegt der Zuckeranteil im üblichen Bereich.

Täuschungspotential: Bei einer Angabe „40 % weniger Zucker“ und der Verwendung von Süßstoff wird nicht damit gerechnet, dass sich in einem kleinen Becher Joghurt (150 g) immer noch ein Esslöffel Zucker befindet, auch wenn ca. 5 g davon natürlicherweise vorhandene Laktose sein dürften.

7.6 Erhebungsbogen Marktcheck

Erhebung "süßende Zutaten in Lebensmitteln", Produktgruppe ...

Supermarkt, Internet/Datum:

Produkt: Name, Verkehrsbezeichnung			
Brauner Zucker			
Dicksaft/konzentrierte Fruchtsäfte			
Flüssigzucker			
Fruchtsüße/Apfelsüße			
Fruktose-Glukose/Gluc.-Fructose-Sirup			
Getrockneter Glukosesirup			
Glukosesirup			
Honig			
Invertzucker			
Kandiszucker			
Karamellzuckersirup			
Kunsthonig/Invertzuckercreme			
Magermilchpulver			
Malzzucker/Maltose			
Milchzucker/Laktose			
(Süß) Molkenpulver/ Molkenerzeugnis			
Traubenzucker/Glukose/Dextrose			
Vanillinzucker			
Vollmilchpulver			
Zucker/ Weißzucker			
Zuckerrübensirup/Rübenkraut			
Sonstige:			
Sonstige:			
Sonstige:			
Anzahl	0	0	0
Sorbit (E 420)			
Mannit (E 421)			
Isomalt (E 953)			
Maltit (E 965)			
Lactit (E 966)			
Xylit (E 967)			
Erythrit (E 968)			
Fruktose/ Fruktosesirup			
Anzahl Zuckeraustauschstoffe:	0	0	0
Acesulfam-K (E 950)			
Aspartam (E 951)			
Cyclamat (E 952)			
Saccharin (E 954)			
Sucralose (E 955)			
Thaumatococin (E 957)			
Neohesperidin C (E 959)			
Steviolglycoside (E 960)			
Neotam(E 961)			
Acesulfam-Aspartamsalz (E 962)			
Anzahl Süßstoffe:	0	0	0
Anzahl Süßmacher gesamt:	0	0	0
Zuckergehalt in g/100g			
Bewertung			