

Offene Worte

Zeitung der LINKEN für den Barnim 6. Okt. 2021, 31. Jahrg.

Die mögliche „Regierungs-Ampel“ ist in aller Munde. Aber es gibt auch noch andere „Ampeln“:

In der neuen „Offene-Worte-Online-Exklusiv“-Rubrik wollen wir euch Label, Siegel oder Preise für diverse Produkte vorstellen und ob diese ihrem eigenen Anspruch gerecht werden. In der heutigen ersten Ausgabe beschäftigen wir uns mit etwas Aktuellem, dem „Nutri-Score“. Dieser trat am 06. November offiziell in Kraft und soll dem Verbraucher helfen „versteckte Dickmacher“ zu erkennen, so die bisher zuständige Ministerin Julia Klöckner.

Der Nutri-Score ist nicht der erste Versuch den Menschen beim Einkaufen einen schnellen Überblick zu ermöglichen, ob es sich bei einem Produkt um ein gesundes oder ungesundes Nahrungsmittel handelt. Bereits 2004 führte Großbritannien eine „Lebensmittelampel“ ein, um Fehlernährung in der Bevölkerung entgegenzuwirken. Im Ver-



Beispiel einer Ampelkennzeichnung (Bundesverband der Verbraucherzentralen und Verbraucherverbände - Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. 2008: https://www.vzbv.de/sites/default/files/mediapics/was_ist_die_ampel.pdf)

Der deutsche Label-Irrsinn

Der Nutri-Score, die falsche Lebensmittelampel.

einigten Königreich lebten zu dieser Zeit die meisten Menschen mit Übergewicht und Adipositas, gemessen am Anteil der Bevölkerung, weltweit. Die eingeführte Ampel sollte dabei helfen dies zu beheben.

Auf europäischer Ebene wurde eine Ampellösung abgelehnt. Vorausgegangen war eine wahre Lobby-Schlacht, in der die Industrie über eine Milliarde Euro gesteckt hat. Aus ihrer Sicht ein Erfolg, da die Ampel nicht eingeführt wurde.

Nun also die Einführung des Nutri-Scores in Deutschland. Dieser nutzt eine farbige Kennzeichnung, um die Verbraucher zu informieren. Der Unterschied zur Ampel könnte dennoch nicht größer sein. Die Ampel betrachtet die Inhaltsstoffe eines Produktes einzeln (beispielsweise Fett oder Zucker) und gibt diesen jeweils eine Farbe anhand von Grenzwerten (siehe Abbildung).

Beim Nutri-Score werden die verschiedenen Inhaltsstoffe eines Lebensmittels betrachtet, erhalten Punkte und können damit miteinander verrechnet werden. Negativ auf den Nutri-Score wirken sich Energiegehalt, Zucker, gesättigte Fettsäuren und Natriumchlorid (Kochsalz) aus. Positive Auswirkungen haben dagegen Protein, Ballaststoffe und der Anteil von Obst, Gemüse und Nüssen in einem Produkt, wenn diese nicht als (beispielsweise) Sirup hinzugesetzt wurden. Die negativen Inhaltsstoffe erhalten Punkte von null bis zehn, während positive Inhaltsstoffe Punkte von null



Beispiel eines Nutri-Scores (Wikipedia, gemeinfrei)

bis minus fünf erhalten. So kann selbst ein hoher Anteil von Zucker, noch zu einer guten Bewertung führen, da andere, positive Nährstoffe enthalten sind. Hier stellt sich die Frage, ob die von Ministerin Klöckner angesprochenen „versteckten Dickmacher“ so von den Verbrauchern erkannt werden können.

In einem Bernauer Supermarkt sind wir fündig geworden und haben beim Produkt Nesquik von „Nestlé“ die neue Nutri-Score Kennzeichnung entdeckt. Wie im Bild zu sehen, hat es die Bewertung „B“ bekommen, also die zweitbeste Stufe des Nutri-Scores. Ein Blick auf die Nährwerttabelle zeigt aller-



dings, dass in 100 Gramm „Nesquik“ rund 25 Gramm Zucker enthalten sind. Für Kinder hat die World Health Organization (WHO) einen Grenzwert von 25 Gramm Zucker am Tag festgelegt. Alles darüber ist gesundheitsschädlich und fördert Fettleibigkeit sowie Karies. Bei 100 Gramm „Nesquik“ von „Nestlé“ ist für ein Kind schon die Tageshöchstmenge an Zucker erreicht. Trotzdem erhält das Produkt eine Wertung von „B“. Wie war das mit den „versteckten Dickmachern“, Frau Ministerin?

Ein weiterer Wermutstropfen: Die Kennzeichnung ist für die Hersteller freiwillig. Man darf also davon ausgehen, dass wir künftig den Nutri-Score nur auf Verpackungen vorfinden, die ein Lebensmittel beinhalten, das mit „B“ oder besser bewertet wurde. Obiges Beispiel zeigt allerdings, dass dies noch keinen Hinweis darauf gibt, ob es sich tatsächlich um ein „gesundes“ Lebensmittel handelt.

Für 100g NESQUIK wurden vor dem Backen 51g Vollkorngetreide eingesetzt.

Nährwertinformationen	Pro 100g	Pro Portion 30g ohne Milch (%)	Pro Portion 30g + 125ml Vollmilch (%)
Energie	1564 kJ 369 kcal	469 kJ (9%) 111 kcal (9%)	723 kJ 171 kcal
Fett, davon gesättigte Fettsäuren	1,7 g 0,6 g	0,5 g (1%) 0,2 g (1%)	2,6 g 1,4 g
Kohlenhydrate, davon Zucker	75,8 g 24,9 g	22,7 g (9%) 7,5 g (8%)	28,9 g 13,3 g
Ballaststoffe	8,7 g	2,6 g (1)	2,6 g
Eiweiß	8,4 g	2,5 g (5%)	6,8 g
Salz	0,44 g	0,13 g (2%)	0,28 g
Vitamine & Mineralstoffe	Pro 100g (%)	Pro Portion 30g ohne Milch (%)	Pro Portion 30g + 125ml Vollmilch (%)
Vitamin D	2,5 µg (50%)	0,75 µg (15%)	0,79 µg (16%)
Vitamin E	1,8 mg (36%)	0,54 mg (11%)	0,56 mg (12%)
Vitamin B1	1,3 mg (26%)	0,39 mg (8%)	0,62 mg (14%)
Vitamin B2	0,5 mg (10%)	0,15 mg (3%)	0,16 mg (3%)
Vitamin B6	1,4 mg (28%)	0,42 mg (8%)	0,44 mg (10%)
Vitamin B12	0,8 µg (16%)	0,24 µg (5%)	0,25 µg (5%)
Niacin	1,8 mg (36%)	0,54 mg (11%)	0,56 mg (12%)
Calcium	40 mg (80%)	12 mg (24%)	12 mg (24%)
Eisen	0,8 mg (16%)	0,24 mg (5%)	0,25 mg (5%)

Fazit: Das Label ist freiwillig für die Industrie und die Bewertung ist wenig aussagekräftig. Das Ziel, „versteckte Dickmacher“ für die Verbraucher leichter erkennbar zu machen, wird verfehlt. Gibt es überhaupt etwas Positives über den „Nutri-Score“ zu sagen? Überraschenderweise ja! Mit dem Nutri-Score wird erstmalig in der Bundesrepublik im Bereich der Lebensmittelkennzeichnung ein Instrument eingesetzt, das es den Verbrauchern ermöglichen soll auf einen Blick zu sehen, wie es um die Nährwertqualität eines Lebensmittels bestellt ist. Dies ist tatsächlich ein „Meilenstein“ (Ministerin Klöckner) in diesem Bereich. Allerdings markiert dieser „Meilenstein“ nur die erste Meile auf einem noch weiten Weg. **Matthias Holz**



nächste OW am 10. November