verbraucherzentrale Hamburg

Vegetarisch-vegane Produkte auf dem Prüfstand

Getreidebratling, Lupinen-Bratwurst oder Soja-Eis – vegetarische und vegane Ersatzprodukte haben die deutschen Supermärkte erobert. Die Nachfrage steigt, das Angebot wächst und die Ersatzbasis der Produkte wird immer vielfältiger. Doch wie steht es um die Kennzeichnung und den Gesundheitswert der Produkte?

© colourbox.de

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

- Ein bundesweiter Marktcheck der Verbraucherzentralen offenbart Mängel bei vegetarisch-veganen Ersatzprodukten.
- Fast 80 Prozent der Fleisch- und Wurstersatzprodukte enthalten zu viel Salz.

- Die Kennzeichnung der Produkte ist oft nicht ausreichend; es sind gesetzliche Vorgaben erforderlich.

Stand: 08.11.2017

Bitte beachten Sie, dass dieser Artikel den Stand der Dinge zum Zeitpunkt der Veröffentlichung wiedergibt.

Bei dem durchgeführten Marktcheck stand neben dem Gesundheitswert die Kennzeichnung der Produkte im Vordergrund. Bewertet wurden der Produktname und die Bezeichnung, die Spurenkennzeichnungen sowie die Verwendung von Siegeln und die Zusammensetzung der Produkte.

© Verbraucherzentralen

Kennzeichnung mangelhaft – Siegel bieten kaum Orientierung

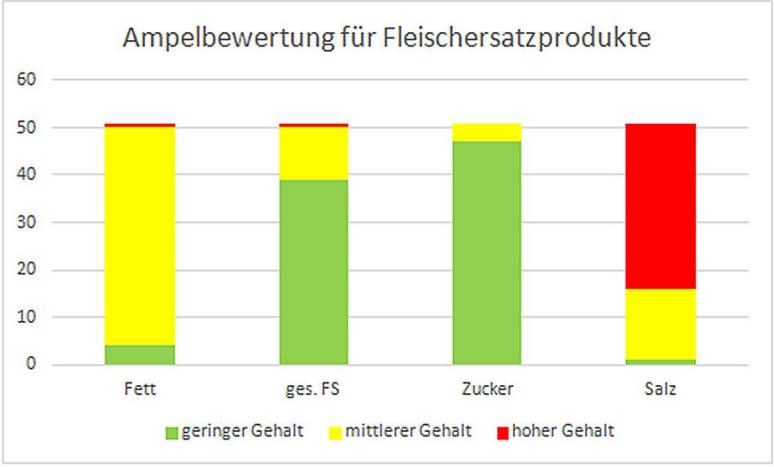
Nur circa 50 Prozent der Lebensmittel im Test werden im Produktnamen als „vegetarisch“ beziehungsweise „vegan“ ausgelobt. Stattdessen tauchen verschiedene,

nicht definierte Begriffe wie „pflanzlich“ und „veggie“ oder „100 % pflanzlich“ auf. Die Bezeichnung eines Lebensmittels als „vegan“ oder „vegetarisch“ ist bisher gesetzlich nicht definiert. „Eine klare gesetzliche Regelung könnte mehr Klarheit und eine leichtere Orientierung für Verbraucher schaffen.

Die Verwendung von Siegeln lässt ebenfalls zu wünschen übrig. Von den insgesamt 127 getesteten Produkten tragen 31 das Vegetarisch- und 47 das Vegan-Siegel des ProVeg (ehemals VEBU – Vegetarierbund Deutschland). Die Vegan-Blume der Vegan Society ist auf 20 Produkten zu finden. Hinzu kommen mehr als 15 verschiedene Symbole von Herstellern. Der Label-Dschungel mit unterschiedlichen Kriterien ist intransparent. Denn: Vielen Menschen sind die Abbildungen unbekannt und sie wissen nicht, was sich dahinter verbirgt.

Gesundheitswert der Ersatzprodukte teilweise fragwürdig

Viele Verbraucher erwarten, dass Ersatzprodukte eine gesündere Alternative sind. Tatsächlich zeigen sich bei den Nährwerten aber große Unterschiede. So sind Ersatzprodukte für Wurst und Fleisch zwar durchschnittlich kalorienärmer und enthalten weniger gesättigte Fette als die Originalprodukte, dafür jedoch oft zu viel Salz (80 Prozent). Im Marktcheck weisen sogar 90 Prozent der Produkte, die mit nährwert- oder gesundheitsbezogenen Angaben werben, eine ernährungsphysiologisch ungünstige Zusammensetzung auf.



© Verbraucherzentralen

Darüber hinaus enthalten einige Ersatzprodukte bis zu acht Zusatzstoffe – teilweise mehr als das zum Vergleich herangezogene Originalprodukt. Zusatzstoffe, von deren häufigem Verzehr abzuraten ist, finden sich sowohl im Ersatz- (z.B. E 425 Konjak) als auch im Originalprodukt (Nitritpökelsalz).Vegetarische und vegane Ersatzprodukte bieten somit nicht zwangsläufig eine gesündere Alternative. Verbraucher müssen daher genau hinschauen und jedes Produkt anhand der Zutatenliste bewerten.

© Verbraucherzentralen

Vegetarisch-vegane Produkte liegen im Trend

Immer mehr Deutsche greifen auf Ersatzprodukte für Fleisch und Wurst sowie Molkereierzeugnisse zurück. Laut einer Umfrage der Verbraucherzentralen von Mai/Juni 2016 mit 6.000 Teilnehmern, haben rund 90 Prozent der Verbraucher diese Produkte schon einmal probiert. Als Beweggründe werden meist Tierschutz sowie ethische und gesundheitliche Aspekte genannt.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/ernaehrungstrends/vegetarisch-vegane-produkte-auf-dem-pruefstand