Verbraucherzentrale Hamburg

Pressemitteilung vom 23. November 2026

Großpackungen: Günstiger Preis, teurer Einkauf?

Verbraucherzentrale Hamburg warnt vor unnötigen Lebensmittelkäufen und fordert mehr Auswahl bei Packungsgrößen

Rund um Weihnachten fällt der Einkauf oft etwas größer aus als sonst. Da kommen Großpackungen und vermeintlich günstige Vorratsangebote in den Supermärkten gerade recht. Doch nicht immer lohnt sich der Griff zur XXL-Packung. Wer mehr kauft, als er tatsächlich verbraucht, spart am Ende nicht unbedingt Geld. Die Verbraucherzentrale Hamburg rät deshalb, beim Einkauf nicht nur auf den Preis zu achten, sondern auch die passende Menge zu wählen. Gleichzeitig fordert sie vom Handel mehr Wahlmöglichkeiten bei den Packungsgrößen.

Die richtige Menge entscheidet

Großpackungen sind häufig, aber keineswegs immer günstiger als kleinere Verpackungen. Ein Blick auf den Grundpreis am Regal zeigt, ob es tatsächlich einen Preisvorteil gibt. Doch selbst wenn die größere Packung pro Kilogramm weniger kostet, muss sie nicht die bessere Wahl sein.

„Eine Großpackung ist nur dann günstig, wenn ihr Inhalt auch aufgebraucht wird. Was am Ende im Müll landet, macht den vermeintlichen Preisvorteil schnell zunichte“, sagt Jana Fischer von der Verbraucherzentrale Hamburg.

Wenn der Handel die Einkaufsmenge vorgibt

Nicht immer können Verbraucherinnen und Verbraucher selbst entscheiden, welche Mengen sie kaufen. Äpfel und Möhren werden häufig in großen Beuteln angeboten, Paprika oft im Dreierpack. Nicht überall gibt es eine passende Alternative für Menschen,

die weniger benötigen.

Rund 58 Prozent der Lebensmittelabfälle in Deutschland entstehen in privaten Haushalten. „Doch Lebensmittelverschwendung ist nicht allein eine Frage des individuellen Einkaufsverhaltens. Auch der Handel trägt Verantwortung. Wir brauchen mehr Wahlmöglichkeiten statt großer Verpackungseinheiten, die nicht zum Bedarf aller Haushalte passen“, fordert Fischer.

Lebensmittel richtig lagern und länger nutzen

Bei lange haltbaren Produkten wie Nudeln, Reis oder Hülsenfrüchten können sich größere Vorräte durchaus lohnen – vorausgesetzt, es gibt genügend Platz für eine geeignete Lagerung. Anders sieht es bei schnell verderblichen Lebensmitteln aus. Hier empfiehlt die Verbraucherzentrale, nur so viel zu kaufen, wie in absehbarer Zeit benötigt wird.

Auch die richtige Aufbewahrung hilft, Lebensmittelabfälle zu vermeiden. Trockene Lebensmittel wie Haferflocken oder Mehl sollten vor Feuchtigkeit und Schädlingen geschützt werden, beispielsweise in gut verschließbaren Vorratsdosen.

Obst und Gemüse, das in Plastikverpackungen gekauft wurde, bleibt länger genießbar, wenn man die Kunststoffhülle nach dem Kauf entfernt. Durch eine bessere Luftzirkulation können sich unerwünschte Keime und Schimmelpilze weniger gut ausbreiten.

Große Packungen gemeinsam nutzen

Wer trotzdem von günstigen Großpackungen profitieren möchte, kann sie mit anderen teilen. Ein gemeinsamer Einkauf mit Nachbarn, Freunden oder Familienmitgliedern kann helfen, Kosten zu sparen und unnötige Lebensmittelabfälle zu vermeiden.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Bitte beachten Sie, dass die Meldung den Stand der Dinge zum Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung wiedergibt.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/presse/grosspackungen-guenstiger-preis-teurer-einkauf