MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

verbraucherzentrale Hamburg

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer Käse am Stück und in Scheiben			
Veganz Group AG **Veganz Genießerstück** Kaufland 200 g 2,49 € 12,45 € /1 kg		**Basis:** 24 % Kokosöl, Kartoffel- & Tapiokastärke **Gesättigte Fettsäuren:** 21 g / 100 g **Salzgehalt:** 2,1 g / 100 g **Protein-Gehalt :** 0 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Farbstoff Beta-Carotin	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Gouda • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Gouda kein Protein enthalten keine Zutaten mit Calcium enthalten • 2 Zusatzstoffe aromatisiert **Kennzeichnung:** • Auslobung „Gourmet Piece“ suggeriert Premium-Qualität, die nicht nachvollziehbar ist • zusätzliche Transparenz durch Angabe des Herstellungsortes und eines Nachhaltigkeitslabels **Geschmack und Konsistenz:** • geschmacklich überzeugend, ähnlich zu Gouda, etwas säuerlich, angenehm cremig

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
E.V.A. GmbH **Simply V Herzhaft Nussige Genießerscheiben** Aldi, Famila 150 g 2,99 € 19,93 € /1 kg		**Basis:** 53 % Walnusserzeugnis (2 % Walnüsse), Kokosöl, Stärke, Kartoffelprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 17 g **Salz-Gehalt :** 1,9 g **Protein-Gehalt :** ‹ 0,5 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Antioxidationsmittel Natriumascorbat	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Scheiben-käse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Scheibenkäse kein Protein enthalten keine Zutaten mit Calcium enthalten • 2 Zusatzstoffe aromatisiert **Kennzeichnung:** Auslobungen „mit Walnuss“ und „Voll auf die Nuss“ suggerieren höheren Anteil; insgesamt aber nur 1 % Walnüsse enthalten • zusätzliche Transparenz durch Angabe eines Nachhaltigkeitslabels **Geschmack und Konsistenz:** • riecht hefig würzig, geschmacklich nicht überzeugend, schmeckt wenig nach Käse

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Noa GmbH & Co. KG (Karwendel-Werke) **Noa Zart Würzige Natur Scheiben** Kaufland 130 g 2,79 € 21,47 € /1 kg		**Basis:** 45 % Kichererbsenproteinzubereitung (1 % Kichererbsenprotein im Endprodukt), 20 % Kokosöl, Stärke **Gesättigte Fettsäuren:** 18 g **Salz-Gehalt :** 2,6 g **Protein-Gehalt :** 0,5 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Farbstoff Carotin	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Scheiben-käse Salz-Gehalt mehr als doppelt so hoch wie bei vergleichbarem Scheibenkäse kein Protein enthalten keine Zutaten mit Calcium enthalten • 2 Zusatzstoffe aromatisiert **Kennzeichnung:** Auslobung „mit Kichererbsenprotein und Olivenöl“ suggeriert höheren Anteil; insgesamt nur Mini-Mengen enthalten **Geschmack und Konsistenz:** • überzeugte im Geschmackstest, kommt geschmacklich einem Scheibenkäse sehr nahe, auch die Konsistenz ist gut

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Jerg GmbH & Co. KG **Vemondo Vegane Genießer Scheiben Mild** Lidl 150 g 1,99 € 13,30 € /1 kg		**Basis:** 21 % Kokosöl, Stärke, 2 % Mandeln **Gesättigte Fettsäuren:** 18,8 g **Salz-Gehalt :** 1,78 g **Protein-Gehalt :** 1,0 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Säuerungsmittel Citronensäure	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Scheibenkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Scheibenkäse - kaum Protein enthalten - keine Zutaten mit Calcium enthalten • 2 Zusatzstoffe - aromatisiert **Kennzeichnung:** - Auslobung „mit Mandel“ suggeriert höheren Anteil; insgesamt aber nur 2 % Mandeln enthalten **Geschmack und Konsistenz:** • schmeckt pilzig-würzig und weniger nach Käse, Konsistenz auch nicht überzeugend: bröckelig und gummiartig

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

verbraucherzentrale Hamburg

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer geriebener Käse			
Ziegler Käsespezialitäten GmbH **Food for Future Reibe-Genuss zum Streuen** Penny 150 g 1,69 € 11,27 € /1 kg		**Basis:** 18 % Kokosöl, Stärke, Kartoffelprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 16 g **Salz-Gehalt :** 2 g **Protein-Gehalt :** 1,4 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Trennmittel Kartoffelstärke, Säureregulator Calciumcitrat, Farbstoff Carotin	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, Calcium wird in Form von Zusatzstoff Calciumcitrat zugesetzt • 4 Zusatzstoffe aromatisiert **Kennzeichnung:** • kritisch zu bewertendes Klimaneutral-Label mit Verweis auf 100 %-CO_2-Ausgleich **Geschmack und Konsistenz:** • geschmacklich wenig überzeugend, sehr fad, schmilzt aber gut

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Arivia S.A. **Violife Mozzarella Geschmack gerieben** Marktkauf 180 g 2,99 € 16,61 € /1 kg		**Basis:** 24 % Kokosöl, Stärke **Gesättigte Fettsäuren:** 22 g **Salz-Gehalt :** 2,2 g **Protein-Gehalt :** 0 g **+** Calcium, Vitamin B12 zugesetzt **Aroma:** ja, Mozzarella Aroma **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Farbstoff Beta-Carotin	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse Salz-Gehalt doppelt so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse kein Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, Calcium wird in Form von kritischem Zusatzstoff Calciumphosphat zugesetzt • 2 Zusatzstoffe aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • geschmacklich ähnlich wie Mozzarella-Reibekäse, etwas fester in der Konsistenz, schmilzt gut

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

verbraucherzentrale Hamburg

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Ethiconomy Services GmbH **Bedda GranVegano gerieben** Edeka 100 g 2,69 € 26,90 € /1 kg		**Basis:** Kartoffelstärke, 24 % Kokosöl, Reisprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 21 g **Salz-Gehalt :** 4 g **Protein-Gehalt :** 0,7 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Säureregulator Calciumcitrat	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse extrem hoher Salz-Gehalt; mehr als doppelt so hoch wie bei vergleichbarem Reibekäse kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, Calcium wird in Form von Zusatzstoff Calciumcitrat zugesetzt • 2 Zusatzstoffe aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • wenig überzeugend, schmeckt kaum nach geriebenem Hartkäse, nur sehr salzig, schmilzt nicht so gut wie die beiden anderen Reibekäse der Stichprobe

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer Mozarella			
Rücker GmbH **Rücker Vega Lecker Mozzalina** Famila 100 g 1,79 € 17,90 € /1 kg		**Basis:** 85 % Hanferzeugnis (11 % Hanfsamen), Stärke, 3 % Flohsamenschalen **Gesättigte Fettsäuren:** 0,5 g **Salz-Gehalt :** 1,9 g **Protein-Gehalt :** 3,0 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** -	**Nährwerte und Zutaten:** + gesättigte Fettsäuren um fast 100 % niedriger als bei vergleichbarem Mozzarella − Salz-Gehalt rund dreimal so hoch wie bei vergleichbarem Mozzarella − kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, wohl geringe Menge durch Hanf- und Flohsamen möglich + keine Zusatzstoffe + nicht aromatisiert **Kennzeichnung:** • Auslobung „Proteinquelle“ rechtlich möglich, aber deutlich weniger als bei vergleichbarem Mozzarella • Auslobung „mit heimischen Rohstoffen“ bleibt unklar **Geschmack und Konsistenz:** • kloßartig, geschmacklich kaum mit Mozzarella vergleichbar, sehr salzig

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
G.P.S. glaser product service GmbH **Rewe Bio Mozzarisella** Rewe 150 g 2,79 € 18,60 € /1 kg		**Basis:** 44,1 % gekeimter Vollkornreis Bio Surice® (20,8 % gekeimter Vollkornreis), Kokosöl **Gesättigte Fettsäuren:** 14 g **Salz-Gehalt :** 1,5 g **Protein-Gehalt :** 0,7 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** Verdickungsmittel Agar-Agar, Gummi arabicum, Xanthan, Johannisbrotkernmehl	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Mozzarella Salz-Gehalt mehr als doppelt so hoch wie bei vergleichbarem Mozzarella kaum Protein enthalten keine Zutaten mit Calcium enthalten • 4 Zusatzstoffe nicht aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • wenig überzeugend, von Mozzarella weit entfernt, riecht und schmeckt säuerlich

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer Hirtenkäse			
Euco GmbH **Ve Happy Hirtengenuss** Edeka 150 g 2,29 € 15,27 € /1 kg		**Basis:** 29 % Kokosöl, Stärke, Kartoffelprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 26,6 g **Salz-Gehalt :** 2,4 g **Protein-Gehalt :** 0,4 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** modifizierte Stärke, Säureregulator Glucono-delta-Lacton, Verdickungsmittel Agar-Agar	**Nährwerte und Zutaten:** - gesättigte Fettsäuren um fast 70 % höher als bei vergleichbarem Hirtenkäse - Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Hirtenkäse - kein Protein enthalten - keine Zutaten mit Calcium enthalten - 3 Zusatzstoffe - aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** - hat im Geschmackstest überzeugt, riecht käseartig, schmeckt angenehm nach Käse, erinnert sehr an Hirtenkäse, leicht salzig

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Licorne GmbH & Co. KG **Licorne Mandel Hirtenglück** **Mediterrane Kräuter** **Bio** Bio Company, Denns Biomarkt 140 g 3,29 € 23,50 € /1 kg		**Basis:** 86 % Mandelerzeugnis (32 % Mandeln), Kokosfett **Gesättigte Fettsäuren:** 6,4 g **Salz-Gehalt :** 2 g **Protein-Gehalt :** 8,3 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** Geliermittel Agar-Agar, Säuerungsmittel Citronensäure	**Nährwerte und Zutaten:** gesättigte Fettsäuren um 60 % niedriger als bei vergleichbarem Hirtenkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Hirtenkäse • für einen veganen Käse relativ viel Protein enthalten, aber deutlich weniger (etwa die Hälfte) als in vergleichbarem Hirtenkäse • Calcium-Gehalt unbekannt, geringe Menge durch Mandeln möglich • 2 Zusatzstoffe nicht aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • Kräuter stehen geschmacklich sehr im Vordergrund, Käsenote kaum vorhanden; Konsistenz nicht so sehr wie Hirtenkäse, sondern eher streichfähig

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer Weichkäse			
Ethiconomy Services GmbH **Bedda Come on Bert** Edeka 125 g 3,49 € 27,92 € /1 kg		**Basis:** Rapsöl, Kartoffelstärke & -protein **Gesättigte Fettsäuren:** 1,8 g **Salz-Gehalt :** 1,8 g **Protein-Gehalt:** 1,4 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** Farbstoff Carotin **Herstellung**: mit Edelschimmel gereift	**Nährwerte und Zutaten:** gesättigte Fettsäuren um knapp 90 % niedriger als bei vergleichbarem Weichkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Weichkäse kaum Protein enthalten keine Zutaten mit Calcium enthalten • 1 Zusatzstoff aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • fiel im Geschmackstest durch, schmeckte gar nicht, roch chemisch und überreif

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Happy Cheeze GmbH **Dr. Mannah's Creamy White Bio** Bio Company, Denns Biomarkt 150 g 4,99 € 33,27 € /100 g		**Basis:** 25,1 % Blumenkohl, 24,1 % Palmöl, 12 % Stärke, Sonnenblumenprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 11,4 g **Salz-Gehalt :** 1,26 g **Protein-Gehalt :** 2,9 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** Verdickungsmittel Xanthan **Herstellung:** mit veganen Fermentations- und Edelschimmelkulturen	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren um gut 30 % niedriger als bei vergleichbarem Weichkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Weichkäse kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, geringe Menge durch Blumenkohl möglich • 1 Zusatzstoff nicht aromatisiert **Kennzeichnung:** • unklare Auslobungen wie „Premium", „Traditionelle Herstellung" und „handgemacht" **Geschmack und Konsistenz:** • überzeugend im Geschmackstest, riecht und schmeckt wie herkömmlicher Camembert, leichte Blumenkohlnote

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Veganer Frischkäse			
Popp Feinkost GmbH **Feinkost Popp Frisch-Creme Natur** Famila 150 g 2,19 € 14,60 € /1 kg		**Basis:** 25 % Kokosöl, Stärke, 1,4 % Kartoffelprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 22,9 g **Salz-Gehalt :** 1,08 g **Protein-Gehalt :** 0,8 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** Säureregulator Natriumacetate, Säuerungsmittel Milchsäure und Citronensäure, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Konservierungsstoff Kaliumsorbat	**Nährwerte und Zutaten:** - gesättigte Fettsäuren um gut 50 % höher als bei vergleichbarem Frischkäse - Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse - kaum Protein enthalten - keine Zutaten mit Calcium enthalten - 5 Zusatzstoffe, darunter der Konservierungsstoff Kaliumsorbat - aromatisiert **Kennzeichnung:** - Auslobung „Kartoffelprotein“ suggeriert mehr Protein, insgesamt aber nur 1,4 % enthalten **Geschmack und Konsistenz:** - überzeugend im Geschmackstest, schmeckt wie Frischkäse, Konsistenz etwas abweichend

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Karwendel-Werke Huber GmbH & Co. KG **Exquisa Aufstrich Kräuter der Provence** Kaufland 150 g 2,39 € 15,94 € /1 kg		**Basis:** 60 % Kichererbsenzubereitung (2,9 % Kichererbsenmehl im Endprodukt), Raps- und Kokosöl, Stärke, Kartoffelprotein **Gesättigte Fettsäuren:** 8,8 g **Salz-Gehalt :** 1,1 g **Protein-Gehalt :** 1,6 g **Aroma:** ja **Zusatzstoffe:** Stabilisator Pektine, Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl, Säuerungsmittel Milchsäure	**Nährwerte und Zutaten:** • gesättigte Fettsäuren um gut 40 % niedriger als bei vergleichbarem Frischkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, geringe Menge durch Kichererbsen möglich • 3 Zusatzstoffe aromatisiert **Geschmack und Konsistenz:** • Kräuter sehr dominant im Geschmack, etwas fester und dicker in der Konsistenz als Frischkäse

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Mondelez Deutschland Services GmbH & Co. KG **Pflanzlich Philadelphia Cremiger Genuss** Kaufland 150 g 2,89 € 19,27 € /1 kg		**Basis:** Kokosöl, 6 % Mandelprotein, 3 % Haferkleie **Gesättigte Fettsäuren:** 17 g **Salz-Gehalt :** 0,76 g **Protein-Gehalt :** 3,3 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** Stabilisator Johannisbrotkernmehl **Herstellung:** mit veganer Kultur	**Nährwerte und Zutaten:** • Gesättigte Fettsäuren in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse kaum Protein enthalten • Calcium-Gehalt unbekannt, geringe Menge durch Haferkleie möglich • 1 Zusatzstoff nicht aromatisiert **Kennzeichnung:** Auslobung „mit Mandeln und Hafer“ potenziell irreführend, denn weder Mandeln noch Hafer sind enthalten, stattdessen Bestandteile davon: Mandelprotein und Haferkleie; Anteil insgesamt aber nur 6 bzw. 3 % **Geschmack und Konsistenz:** • recht ähnlich zu Frischkäse von Philadelphia, Konsistenz glatt-ölig, leicht schmelzend auf der Zunge

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)

MARKTCHECK: VEGANE KÄSE-ERSATZPRODUKTE

Hersteller Marke, Produktname Händler, Füllmenge, Preis	Bild des Produkts	Ausgewählte Nährwerte und Zutaten	Einschätzung der Verbraucherzentrale
Happy Cheeze GmbH **Dr. Mannah's Italienische Kräuter Bio** Bio Company, Denns Biomarkt 100 g 4,99 € 49,90 € /100 g		**Basis:** 61 % Cashewkerne **Gesättigte Fettsäuren:** 5,7 g **Salz-Gehalt :** 0,9 g **Protein-Gehalt :** 14,1 g **Aroma:** - **Zusatzstoffe:** - **Herstellung:** mit veganen Fermentationskulturen	**Nährwerte und Zutaten:** ✓ gesättigte Fettsäuren um knapp 70 % niedriger als bei vergleichbarem Frischkäse • Salz-Gehalt in etwa so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse ✓ insgesamt höchster Protein-Gehalt, rund dreimal so hoch wie bei vergleichbarem Frischkäse • Calcium-Gehalt unbekannt, geringe Menge durch Cashewkerne möglich ✓ keine Zusatzstoffe ✓ nicht aromatisiert • viele Kalorieren durch hohen Anteil an Cashewkernen **Kennzeichnung:** • unklare Auslobungen wie „Premium“ und „handmade“ **Geschmack und Konsistenz:** • riecht würzig-brühig, Kräutergeschmack dominiert, leicht säuerlich

Für den Vergleich zwischen veganem Käse-Ersatzprodukt und herkömmlichem Käse wurde je nach Sorte eine Stichprobe von mindestens drei üblichen Käseprodukten betrachtet und aus deren jeweiligen Gehalten an gesättigten Fettsäuren, Salz und Protein ein Durchschnittswert je Sorte gebildet.

© Verbraucherzentrale Hamburg, April 2023 (www.vzhh.de)