



Wer auf Zusatzstoffe wie z.B. Geschmacksverstärker verzichten will, freut sich zunächst über eine deutliche Information, ohne dass er die Zutatenliste im Einzelnen entziffern muss. Doch werden die Erwartungen tatsächlich erfüllt? Sind die Rezepturen der Hersteller nun hochwertiger, weil sie betonen, auf einen oder mehrere Stoffe zu verzichten? Oder werden sie gegebenenfalls nur durch andere „unverdächtige“ Stoffe ersetzt? In diesem Falblatt erfahren Sie, was hinter den viel versprechenden Aussagen steckt und was Sie beachten sollten.

Schluss mit den Mogeleyen

Klare Aussagen statt leerer Werbeversprechen!

- ✓ Um den Wildwuchs der zahlreichen unterschiedlichen Auslobungen zu beenden (Ohne xy, ohne Zusatz von xy, ohne künstliche xy, ohne zugesetzte xy), müssen klare gesetzliche Vorgaben erlassen werden, damit die „Clean Label“ den Einkauf tatsächlich erleichtern.
- ✓ Wenn mit dem Verzicht auf eine Stoffgruppe geworben wird, darf das Produkt keine Stoffe oder Zutaten enthalten, die die gleiche Wirkung haben können. So kann vermieden werden, dass die Werbung „ohne Geschmacksverstärker Glutamat“ verspricht, stattdessen aber z. B. glutamathaltiger Hefeextrakt eingesetzt wird.
- ✓ Wird damit geworben, dass das Lebensmittel keine künstlichen Farbstoffe enthält und werden stattdessen färbende Lebensmittel eingesetzt, so ist auf deren färbende Eigenschaften hinzuweisen, z.B. „färbendes Lebensmittel schwarze Karotte“.

- ✓ Manche Hersteller werben mit dem Verzicht auf bestimmte Stoffe, obwohl die betreffenden Substanzen gar nicht verwendet werden dürfen: „ohne xy laut Gesetz“. Diese Aussage sollte nicht mehr zulässig sein. Sie ist für Verbraucher wertlos und verwirrend, weil vergleichbare Lebensmittel diesen Zusatzstoff ebenfalls nicht enthalten dürfen.
- ✓ Der Begriff „natürlich“ und damit zusammenhängende Formulierungen müssen gesetzlich definiert werden. Denn was Hersteller derzeit darunter verstehen, bleibt meist im Dunkeln. Wir meinen: Von Natürlichkeit kann keine Rede sein, wenn zwar auf bestimmte Zusatzstoffe verzichtet wird, stattdessen aber andere stark verarbeitete Zutaten (z. B. Hefeextrakt) oder „unverdächtige“ Zusatzstoffe eingesetzt werden. Oder wenn „100% natürlicher Geschmack“ versprochen wird, in der Zutatenliste jedoch Aromen aufgelistet sind.

verbraucherzentrale

Niedersachsen

Verbraucherzentrale Niedersachsen e.V.

Herrenstraße 14
30159 Hannover
Tel.: (05 11) 9 11 96-0
Fax: (05 11) 9 11 96-10
E-Mail: info@vzniedersachsen.de
Internet: www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Impressum: Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V., Mintropstraße 27, 40215 Düsseldorf, www.vz-nrw.de.
Gefördert vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages / Stand November 2010 / Gedruckt auf 100% Altpapier



verbraucherzentrale

„Ohne Zusatzstoffe“

Verwirrspiel auf den Etiketten

„Ohne Zusatzstoffe“ – Verwirrspiel auf den Etiketten

Entschlüsseln Sie das Etikett



Zutaten: Weizenmehl, Stärke, Sahnepulver, Reismehl, Salz, Magermilchpulver, Champignon-, Hefeextrakt, Steinpilze, pflanzliches Fett, Butterpilze, Zwiebeln, Zucker, Pfifferlinge, Kräuter (mit Sellerie), Gewürze, Knoblauch.

„Ohne Konservierungsstoffe“, „ohne Aromen“, „natürlich, da ohne Zusatzstoffe“ – immer mehr Lebensmittel werben damit, was sie **nicht** enthalten. Wer auf Zusatzstoffe wie z.B. Geschmacksverstärker verzichten will, freut sich zunächst über eine deutliche Information. Doch ein „sauberes Etikett“ – in Fachkreisen „Clean Label“ genannt – ist zunächst einmal Produktwerbung und hält oft nicht, was es verspricht.



Ohne Farbstoffe

✓ Ohne Geschmacksverstärker

Bevorzugen Sie Lebensmittel ohne Geschmacksverstärker, insbesondere ohne Glutamat? Zahlreiche Produkte, die laut Werbung ohne den Zusatzstoff Glutamat auskommen, enthalten dennoch Glutamat: Es versteckt sich in anderen Zutaten wie Hefeextrakt, Sojaprotein, Tomatenpulver oder Würze und muss dann nicht namentlich in der Zutatenliste angegeben werden.

Damit wirbt der Hersteller	Das darf nicht drin sein	Achtung Verwirrspiel: Das ist häufig drin
ohne Geschmacksverstärker	geschmacksverstärkende Zusatzstoffe wie Glutamat (E620–E625) oder Inosinat (E630–E633) geschmacksverstärkende Zutaten wie z. B. Hefeextrakt	Zutaten mit geschmacksverstärkender Wirkung z.B. Hefeextrakt, Sojaproteinhydrolysat, Maisproteinhydrolysat Würze, Sojasoße, Sojasoßenpulver, Tomatenpulver
ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe ohne künstliche Geschmacksverstärker*	geschmacksverstärkende Zusatzstoffe wie Glutamat (E620–E625) oder Inosinat (E630–E633)	

Ohne Geschmacksverstärker

✓ Ohne Farbstoffe

Lebensmittel „ohne künstliche Farbstoffe“ oder „ohne Farbstoffe“ sind dennoch oft gefärbt. Dafür sorgen Konzentrate oder Pulver aus Obst und Gemüse. Sie gelten nicht als Farbstoffe und müssen nicht mit E-Nummern gekennzeichnet werden. Häufig wird auch nicht auf deren färbende Eigenschaften hingewiesen, so dass ein derart optisch aufgepepptes Lebensmittel mehr Qualität vortäuschen kann. So kann z. B. Rote-Beete-Saft im Kirschgoghurt einen höheren Kirschanteil vorgaukeln.

Damit wirbt der Hersteller	Das darf nicht drin sein	Achtung Verwirrspiel: Das ist häufig drin
ohne Farbstoffe	Farbstoffe in Form von Zusatzstoffen (E100–E180) färbende Lebensmittel	Zutaten mit färbender Wirkung wie z.B. Karottenkonzentrat, Rote Beete, Aronia-beeren, schwarze Karotte, Algenkonzentrat Spirulina
ohne färbende Zusatzstoffe	Farbstoffe in Form von Zusatzstoffen (E100–E180)	
ohne künstliche Farbstoffe*	Azo-Farbstoffe, z.B. E102, E104, E129	Zutaten mit färbender Wirkung s.o. andere Farbstoffe, die aus Anbietersicht als „natürlich“ gelten, aber überwiegend synthetisch hergestellt werden, z.B. Beta-Carotin

*Das Gesetz unterscheidet nicht zwischen natürlichen oder künstlichen Farbstoffen. Meistens soll der Packungsaufdruck wohl bedeuten, dass keine Azo-Farbstoffe verwendet wurden.

✓ Ohne Aromen

Wer Lebensmittel schätzt, bei denen der Geschmack aus den Zutaten stammt und nicht von den zugesetzten Aromen, sollte genau hinschauen. Von Erfrischungsgetränken über Kartoffelsticks bis hin zu Joghurt verspricht die Werbung vielfach ein Produkt „ohne künstliche Aromen“. Doch häufig zeigt die Zutatenliste, dass andere Aromen zugesetzt wurden.

Damit wirbt der Hersteller	Das darf nicht drin sein	Achtung Verwirrspiel: Das ist häufig drin
ohne Aromen	zugesetzte Aromen: Aroma, Aromaextrakte, künstliches Aroma, natürliches Aroma, natürliches xy-Aroma	andere geschmacksgebende Zutaten wie z. B. Gewürzextrakte oder geschmacksverstärkende Zusatzstoffe/Zutaten
ohne künstliche Aromen	Aromen, die synthetisch hergestellt wurden und die in der Natur nicht vorkommen. Derzeit sind 15 künstliche Aromastoffe zugelassen, z.B. Ethylvanillin.	Aromastoffe, die synthetisch hergestellt wurden, jedoch den in der Natur vorkommenden Aromastoffen chemisch gleich sind, z.B. Vanillin, hergestellt aus dem Holzabfallprodukt Lignin natürliche Aromen wie Pflanzenextrakte andere geschmacksgebende Zutaten wie z. B. Gewürzextrakte oder geschmacksverstärkende Zusatzstoffe/Zutaten

OHNE Aromen

✓ Ohne Konservierungsstoffe

Auch wenn „ohne Konservierungsstoffe“ auf dem Etikett steht, heißt das nicht, dass das Produkt keine Stoffe mit konservierender Wirkung enthält. Andere Zusatzstoffe verlängern ebenfalls die Haltbarkeit, z.B. Antioxidationsmittel und Säuerungsmittel. Auch Zutaten wie Senfseeden, Gewürz- oder Fruchtextrakte können konservierend bzw. antioxidativ wirken und so den Einsatz von Zusatzstoffen überflüssig machen.

Damit wirbt der Hersteller	Das darf nicht drin sein	Achtung Verwirrspiel: Das ist häufig drin
ohne Konservierungsmittel ohne Konservierungsstoffe ohne Zusatz von Konservierungsstoffen	Konservierungsstoffe wie Sorbinsäure (E200) Benzoesäure (E210) Konservierungsmittel in den einzelnen Zutaten des Produkts	andere Zusatzstoffe, die vor Verderb schützen, z.B. Säuerungsmittel wie Essigsäure (E260) oder Antioxidationsmittel wie Butylhydroxyanisol (E320) andere Zutaten mit konservierender Wirkung, die üblicherweise nicht in der Rezeptur vorkommen, z.B. Fruchtextrakte in Wurstwaren andere Zutaten mit konservierender Wirkung, z.B. Senf, Essig, Zucker, Gewürz- oder Fruchtextrakte

Ohne Konservierungsstoffe

*Das Gesetz unterscheidet nicht zwischen künstlichen und natürlichen Geschmacksverstärkern