

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie	889 kJ (
Fett	17,
– davon gesättigte Fettsäuren	7,
Kohlenhydrate	9,
– davon Zucker	3,
– davon Stärke	3,
– davon Ballaststoffe	4,
– davon lösliche Ballaststoffe	1,



ACHTEN SIE AUF S ETIKETT!

Kennzeichnung von Lebensmitteln

Da ist für jeden was dabei!



einfach einkaufen

BLE-Medienservice.de

Medien für Verbraucher und Fachleute rund um die Themen
Landwirtschaft, Lebensmittel und Ernährung



INHALT

Vorwort	4
Rechtliche Grundlagen	5
Allgemeine Pflichtkennzeichnung bei vorverpackten Lebensmitteln	8
Bezeichnung	12
Zutatenverzeichnis – hier steht, was drin ist (meistens)	16
Allergenkennzeichnung	24
Mindesthaltbarkeitsdatum und Verbrauchsdatum	26
Nährwertkennzeichnung – fast immer Pflicht	30
Zusätzliche Nährwertangaben	32
Füllmenge und Preis – wie viel Ware gibt's fürs Geld?	34
Herstellerinformationen – Wer ist eigentlich verantwortlich?	38
Pflichtangaben bei bestimmten vorverpackten Lebensmitteln	40
Herkunftsangaben	42
Besondere Hinweispflichten	46
Bio-Lebensmittel	48
Nahrungsergänzungsmittel – Nährstoffe für Gesunde	52
Phyosterinangereicherte Lebensmittel – ein Beispiel für Novel Food	54
Spezialvorschriften für ausgewählte Produktgruppen	56
Werbung und Wahrheit: Vorschriften für freiwillige Angaben	62
Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben	64
frei-von-Werbung	68
Allgemeine Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln	73
Allergeninformationen bei unverpackten Lebensmitteln	78
Besondere Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln	80
Gentechnik, Öko-Landbau und Bestrahlung	82
Pflichtangaben für bestimmte Produktgruppen	83
Marken, Siegel und Co.	86
Regional- und Herkunftszeichen	87
Gesetzlich geschützte Bezeichnungen	88
Herstellungweise, Umwelt und Klima	89
Besondere Wahl der Zutaten	90
Testergebnisse	91
Reklamation und Information	92
Stichwortverzeichnis	93
Medien	96

Vorwort

Pünktlich zum 30. Geburtstag des Klassikers „Achten Sie aufs Etikett“ trat die europäische Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) in Kraft. Es gibt nun noch mehr Vorschriften für noch mehr Produkte und sie gelten nicht nur für Lebensmittel im Laden, sondern auch für den Online-Handel. Kein Wunder, dass nun auch diese kleine Broschüre die 100-Seiten-Marke erreicht hat. Die neuen Vorschriften spiegeln den Wunsch des Gesetzgebers wider, die Verbraucher möglichst umfassend und ehrlich zu informieren. So ist die LMIV zunächst einmal als Höchstleistung interkultureller Verständigung zu verstehen. In allen 28 Mitgliedstaaten der Europäischen Union findet man nun Informationen über allergene Zutaten oder auch Hinweise zur Herkunft bestimmter Lebensmittel auf dem Etikett. Ob das mehr an Informationen auch zu mehr Informiertheit führt, steht auf einem anderen Blatt. Konsumentenstudien zeigen, dass die Orientierung immer schwieriger wird, je größer die Informationsdichte auf der Verpackung ist. Einfache, leicht erkennbare Symbole etwa zum Gesundheitswert eines gesamten Produktes gibt es bislang nur in einzelnen europäischen Staaten, wie Schweden, Finnland oder auch Großbritannien. Vielleicht ist aber mit der neuen LMIV nun auch ein Höhepunkt der Kennzeichnungsvorschriften erreicht. Das werden die folgenden Auflagen zeigen. An dieser Stelle sei unserer Autorin Dr. Christina Rempe gedankt, die diesen Rechts-Tsunami wieder in wohlsortierte Kapitel gegossen hat, unserem Fachbeirat und allen Rechts-Experten, die sich die Zeit genommen haben, die Texte zu prüfen. Mein Dank geht auch an das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft, das uns dabei unterstützt, auch in schnelllebigen Zeiten Medien mit hoher fachlicher Qualität zu erarbeiten.

Gesa Maschkowski, BLE

Rechtliche Grundlagen

Die drei Grundpfeiler des Lebensmittelrechts sind:

- Schutz vor Gesundheitsgefahren
- Schutz vor Täuschung
- sachgerechte Information

Lebensmittelrecht

Bundesgesetz und -verordnungen sowie EG-Recht über
Lebensmittel (einschließlich Wein), Tabakerzeugnisse,
kosmetische Mittel und Bedarfsgegenstände
Band II

Textsammlung
mit Anmerkungen und Sachverzeichnis

herausgegeben von

Alfred Hagen Meyer

Rechtsanwalt in München
Lehrbeauftragter für Lebensmittelrecht,
München
Mit Bayerischer

Rechtliche Grundlagen

Das Lebensmittelrecht ist innerhalb der Europäischen Union (EU) weitgehend vereinheitlicht. Insgesamt gibt es mehr als 200 nationale und europäische Rechtsnormen. Sie regeln die Herstellung, die Kennzeichnung und das Inverkehrbringen von Lebensmitteln. Sie sollen sicherstellen, dass die grundlegenden Ziele des Lebensmittelrechts erfüllt werden. Das sind:

- der Schutz vor Gesundheitsgefahren,
- der Schutz vor Täuschung
- und die sachgerechte Information.



Das bedeutet: Gesundheitsschädliche Lebensmittel dürfen nicht in den Verkehr gebracht werden. Die Verpackung und die Produktaufmachung dürfen nicht über die tatsächlichen Eigenschaften des Lebensmittels täuschen; und alle Angaben auf dem Etikett – Pflichtangaben genauso wie freiwillige Informationen – müssen leicht lesbar, (unmiss)verständlich und richtig sein. Dies sind die grundlegenden Anforderungen für eine sachgerechte Verbraucherinformation. Weitergehende Informationen, etwa Warnungen oder Rückrufaktionen, werden auch von Behörden kommuniziert, beispielsweise über das Portal www.lebensmittelwarnung.de. Andere Informationen erhält man auf Antrag nach dem Verbraucherinformationsgesetz, beispielsweise Ergebnisse der Lebensmittelüberwachung.

Die zentrale Norm über lebensmittelbezogene Verbraucherinformationen ist die europäische Lebensmittelinformationsverordnung – kurz LMIV. Sie gilt seit Dezember 2014 und ersetzt die Lebensmittelkennzeichnungsverordnung, die in den letzten fast 30 Jahre die Pflichtkennzeichnung für vorverpackte Lebensmittel geregelt hat. Trotzdem bleibt auf dem Etikett vieles beim Alten. Neu ist beispielsweise die Pflicht zur Nährwertkennzeichnung. Wie der Name schon sagt, regelt die **Lebensmittelinformationsverordnung** auch mehr als die reine Verpackungskennzeichnung: Die Informationspflichten gelten auch für den Einkauf jenseits des Supermarktes, etwa im Internet. Neu ist auch die Pflicht zur Allergeninformation bei unverpackter Ware.

Neue Informationspflichten beim Online-Einkauf

Wer im Katalog oder Internet einkauft, kann die Verpackung erst bei Lieferung in Augenschein nehmen. Deswegen müssen praktisch alle Angaben, die auf dem Etikett Pflicht sind, auch bei der Bestellung aus der Ferne – dem sogenannten Fernabsatzhandel – vor dem Bezahlen verfügbar sein. Lediglich das Mindesthaltbarkeits- beziehungsweise das Verbrauchsdatum müssen nicht angegeben werden.

Allgemeine Pflichtkennzeichnung bei vorverpackten Lebensmitteln

Diese Angaben müssen grundsätzlich auf allen vorverpackten Lebensmitteln stehen:

- Bezeichnung (Name des Lebensmittels)
- Zutatenverzeichnis, inklusive Hervorhebung allergener Zutaten und einer Mengenangabe von Zutaten, falls sie werblich auf dem Etikett hervorgehoben oder anderweitig mit dem Lebensmittel in Verbindung gebracht werden
- Mindesthaltbarkeitsdatum oder Verbrauchsdatum
- Nährwerttabelle mit Angaben zum Brennwert und den Gehalten an Fett, gesättigten Fettsäuren, Kohlenhydraten, Zucker, Eiweiß sowie Salz bezogen auf 100 Gramm beziehungsweise 100 Milliliter
- Füllmenge
- Name oder Firma und Anschrift des Herstellers, Verpackers oder eines in der EU niedergelassenen Herstellers, Verpackers oder Importeurs
- Los-/Chargen-Nummer, falls das Mindesthaltbarkeitsdatum nicht mit Tag und Monat angegeben wurde



Allgemeine Pflichtkennzeichnung bei vorverpackten Lebensmitteln

Lebensmittel werden überwiegend als vorverpackte Ware angeboten, das heißt sie werden schon im Herstellerbetrieb ohne Beisein des Käufers abgepackt und verschlossen. Ihr Inhalt kann ohne Öffnen oder Beschädigung der Verpackung nicht mehr verändert werden.

Diese Angaben müssen grundsätzlich auf allen vorverpackten Lebensmitteln stehen:

- Bezeichnung (Name des Lebensmittels)
- Zutatenverzeichnis, inklusive Hervorhebung allergener Zutaten und einer Mengenangabe von Zutaten, falls sie werblich auf dem Etikett hervorgehoben oder anderweitig mit dem Lebensmittel in Verbindung gebracht werden
- Mindesthaltbarkeitsdatum oder Verbrauchsdatum
- Nährwerttabelle mit Angaben zum Brennwert und den Gehalten an Fett, gesättigten Fettsäuren, Kohlenhydraten, Zucker, Eiweiß sowie Salz bezogen auf 100 Gramm beziehungsweise 100 Milliliter
- Füllmenge
- Name oder Firma und Anschrift des Herstellers, Verpackers oder eines in der EU niedergelassenen Verkäufers
- Los-/Chargen-Nummer, falls das Mindesthaltbarkeitsdatum nicht mit Tag und Monat angegeben wurde

Endpreis und Grundpreis je Mengeneinheit müssen vom Handel ausgezeichnet werden. Die Angabe des Grundpreises erfolgt in der Regel pro Kilogramm oder Liter, bei Fertigpackungen unter 250 Gramm reicht die Angabe auf 100 Gramm oder 100 Milliliter. Ausnahmen gelten zum Beispiel für kleine Einzelhandelsgeschäfte, die ihre Ware überwiegend im Bedienungsvorverkauf abgeben oder für Direktvermarkter.

Je nach Art des Lebensmittels sind noch weitere Angaben verpflichtend. So muss bei Getränken mit einem Alkoholgehalt über 1,2 Volumenprozent der Alkoholgehalt angegeben werden, und zwar

im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung und die Füllmenge des Lebensmittels.

Wo steht's geschrieben?

Alle Angaben müssen an gut sichtbarer Stelle deutlich, gut lesbar und unverwischbar auf der Verpackung oder auf einem mit ihr fest verbundenen Etikett stehen. Als gut sichtbare Stelle gilt jede Seite der Packung, da Verbraucher das Produkt beim Kauf drehen und wenden können. Die Bezeichnung des Lebensmittels, die Füllmenge und gegebenenfalls der Alkoholgehalt müssen im gleichen Sichtfeld stehen, das heißt sie müssen von einem Blickpunkt aus gelesen werden können.

Die Kennzeichnungsvorschriften gelten auch für importierte Lebensmittel.

Gut lesbar

Alle verpflichtenden Informationen müssen mindestens 1,2 Millimeter groß sein, bezogen auf den kleinen Buchstaben „x“. Bei Verpackungen, deren größte Oberfläche weniger als 80 Quadratzentimeter beträgt – das entspricht etwa der Größe einer halben Postkarte – muss das kleine „x“ mindestens 0,9 Millimeter hoch sein. Die Schriftart, der Buchstabenabstand und der Farbkontrast müssen zu einer guten Lesbarkeit beitragen. Pflichtangaben dürfen nicht durch Bilder, Werbung oder andere Angaben verdeckt sein.

Gut verständlich

Eine andere Sprache als Deutsch ist für Pflichtangaben nur erlaubt, wenn die Verbraucherinformation nicht beeinträchtigt wird. Das gilt zum Beispiel für bekannte Bezeichnungen wie „Pommes frites“ oder „Mousse au Chocolat“. Auch das Zutatenverzeichnis muss in deutscher Sprache auf dem Etikett stehen. Ausnahmen gibt es lediglich für einige Angaben auf Weinerzeugnissen.

Bezeichnung

Es gibt genaue Bestimmungen darüber, welchen Namen ein Produkt tragen darf und welchen nicht.

Die **Bezeichnung** – früher auch Verkehrsbezeichnung genannt – soll deutlich machen, um was für ein Lebensmittel es sich handelt. Die europäische Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) unterscheidet zwischen

- rechtlich vorgeschriebenen Bezeichnungen,
- verkehrsüblichen Bezeichnungen und
- beschreibenden Bezeichnungen.

Die Bezeichnung muss allerdings weder besonders groß noch an prominenter Stelle, zum Beispiel auf der Vorderseite der Verpackung, aufgedruckt sein. Sie muss sich lediglich in demselben Sichtfeld wie die Nettofüllmenge befinden.

Rechtlich vorgeschriebene Bezeichnungen gibt es nur für bestimmte Produktgruppen, etwa für Konfitüren, Fruchtsäfte, Butter, Margarine und Käse. Stellt ein Lebensmittelunternehmer ein solches Produkt her, dann ist er verpflichtet, die zugehörige Bezeichnung zu verwenden. So legt beispielsweise die Käseverordnung fest, welche Lebensmittel den Namen „Käse“ tragen dürfen und wie „Emmentaler“ hergestellt werden muss.



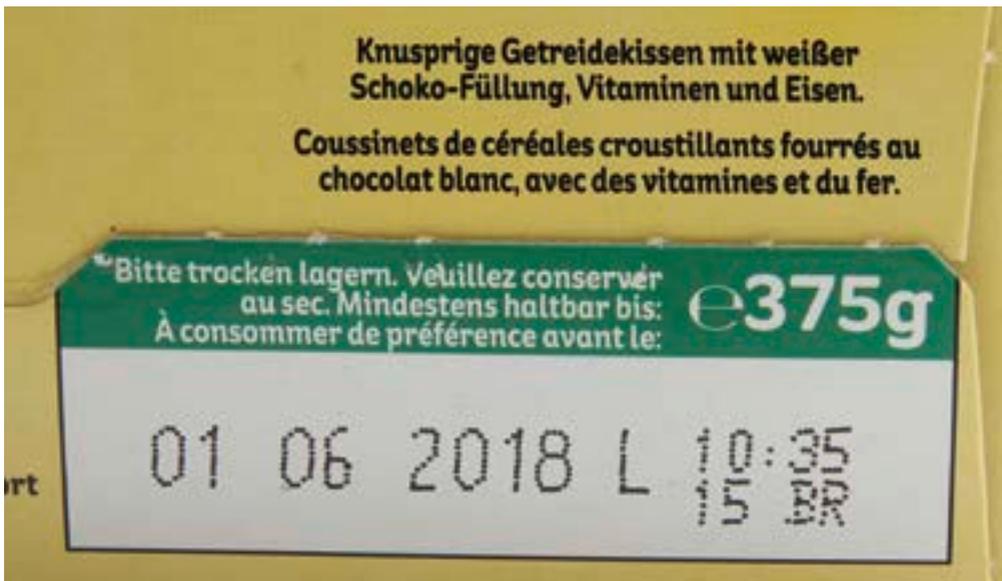
Für viele Lebensmittel, die seit Jahren in bestimmten Qualitäten auf dem Markt sind, gibt es **verkehrsübliche Bezeichnungen**, beispielsweise für Vollkornbrot, Bismarckhering oder Baumkuchen. Man geht davon aus, dass Verbraucher, Lebensmittelwirtschaft, Überwachung und Wissenschaft eine ähnliche Auffassung haben, wie solche Produkte beschaffen sein sollen. Man spricht dann von der „allgemeinen Verkehrsauffassung“. Die Qualität und Zusammensetzung vieler solcher Lebensmittel wird in den Leitsätzen des Deutschen Lebensmittelbuches beschrieben. Rechtlich verbindlich sind diese Beschreibungen jedoch nicht. Das heißt, es darf davon abgewichen werden, wenn dies für Verbraucher erkennbar ist. Im Zweifelsfall muss ein erklärender Hinweis gegeben werden.

Die Bezeichnung „Johannisbeernektar“ macht deutlich, um welchen Saft es sich handelt.

Beschreibende Bezeichnungen kommen immer dann zum Tragen, wenn es keine rechtlichen oder verkehrsüblichen Bezeichnungen gibt, was durchaus häufig vorkommt. Der beschreibende Name soll deutlich machen, um was für ein Produkt es sich handelt und wie es von anderen zu unterscheiden ist. Das ist jedenfalls die Idee dieser Pflichtangabe, die leider nicht immer hält, was sie verspricht. Denn hinter blumigen Beschreibungen wie: „Knuspriges Vollkorn-Getreideerzeugnis mit 6 % Schoko-Karamell-Stückchen“ können sich Frühstückscerealien verstecken, die reichlich Zucker und wenig Vollkorn enthalten. Über die genaue Zusammensetzung des Produktes gibt das Zutatenverzeichnis Auskunft.

Markennamen oder Fantasienamen wie „Schnitzel“ für ein Produkt aus „zerkleinertem Schweinefleisch geformt, paniert und gebraten“ oder „Sommertraum“ für einen aromatisierten Früchte-tee dürfen die Bezeichnung ergänzen aber nicht ersetzen. Häufig sind diese jedoch deutlich größer und auffälliger als die gesetzlich vorgeschriebene „Bezeichnung“.

*Nicht immer leicht zu finden und begrenzt aussagekräftig:
Eine beschreibende Bezeichnung von Frühstückscerealien, die 30 Prozent Zucker enthalten.*



Lebensmittelimitate: Lug und Trug – oder eine Frage der Kennzeichnung?

Lebensmittelimitate sind Nachahmungsprodukte. Manche Imitate haben sich als eigenständige Produkte auf dem Markt etabliert, etwa Margarine, die als Ersatz für die damals teure Butter entwickelt wurde, oder Sojaerzeugnisse als pflanzliche Milchalternative. Auch das Backen mit Vanillinzucker anstelle von Vanillezucker ist heute selbstverständlich. Die Krux dabei ist: Eigentlich ist ein Imitat umso besser, je ähnlicher es seinem Vorbild ist. Verbraucher dürfen jedoch nicht getäuscht werden. Das heißt, es darf nicht der Eindruck eines höherwertigen Produktes entstehen, wenn es tatsächlich mit günstigeren Ersatzzutaten hergestellt wurde. Das ist beispielsweise der Fall, wenn der Schinken auf der Pizza nicht aus gewachsenem Fleisch besteht, sondern aus Formfleisch. Oder wenn Salate mit Zusätzen angeboten werden, die aussehen wie Feta, in Wirklichkeit aber Pflanzenfett anstelle von Milchfett enthalten. Diese abweichende Beschaffenheit muss erkennbar gemacht werden – bei vorverpackter Ware und auch im offenen Verkauf. Möglich ist zum Beispiel der Hinweis „... mit Erzeugnis aus Pflanzenfett“. Der Hinweis „mit Käseersatz“ ist tabu, da der Begriff „Käse“ nur für Lebensmittel verwendet werden darf, die ausschließlich aus Milch hergestellt sind.

Hinweispflichten auf dem Etikett

Preis- und Innovationsdruck in der Lebensmittelbranche führen dazu, dass immer wieder neue Möglichkeiten entwickelt werden, um bei der Lebensmittelherstellung an teuren Rohstoffen zu sparen, etwa durch den übermäßigen Einsatz von Trinkwasser in Brühwürsten oder durch das Zusammenfügen von Fleischstücken mithilfe sogenannter „Klebe-Enzyme“. Das gilt jedoch nur als Täuschung, wenn die Verbraucher nicht über diese Techniken informiert werden. Werden also hochwertige Zutaten, die üblicherweise in einem Lebensmittel vorkommen, durch weniger hochwertige ersetzt, dann muss dies laut LMIV nicht nur im Zutatenverzeichnis erkennbar sein, sondern auch durch einen Hinweis in der Nähe des Produktnamens und in einer Schriftgröße von mindestens 75 % des Produktnamens.

aska

Scheiben

Alaska
Seelachs Scheiben

Lachersatz mit mildem Rauchgeschmack

ZERTIFIZIERTE NACHHALTIGE FISCHEREI
MSC
www.msc.org/de

Unser Versprechen
Ohne Zusatz von:
✓ Geschmacksverstärkern

Alaska Seelachs Scheiben
Lachersatz mit mildem Rauchgeschmack
Zutaten: 75% Alaska-Seelachs* gesalzen (Alaska-Seelachs (Theragra chalcogramma), Salz, Brantweinessig, Farbstoffe:

Inhalt: e100g Fisch-einwaage: 75g
Dieses Produkt stammt aus einer Fischerei, die unabhängig nach den Richtlinien des MSC für eine beispiel-

Unser Versprechen

Ohne Zusatz von:

✓ Geschmacksverstärkern

Zutatenverzeichnis – hier steht, was drin ist (meistens)

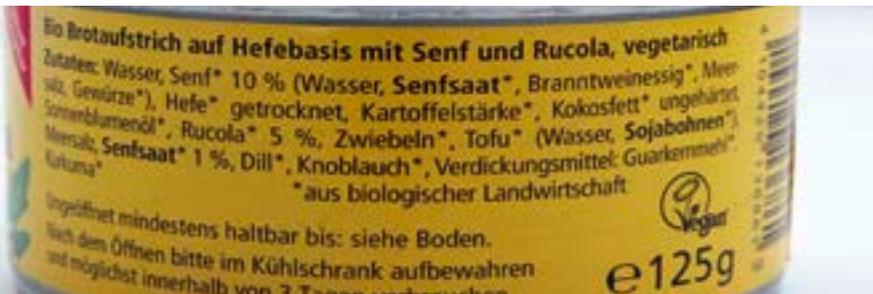
Bei vorverpackten Lebensmitteln müssen grundsätzlich alle Zutaten einschließlich der Zusatzstoffe angegeben werden.

Das Zutatenverzeichnis beginnt immer mit dem Wort „Zutaten“. Es enthält alle Zutaten in absteigender Reihenfolge ihrer eingesetzten Mengen. Gewichtsverluste während des Herstellungsprozesses verändern diese Reihenfolge nicht. An erster Stelle steht die Hauptzutat, am Ende die Zutaten, die in kleinsten Mengen enthalten sind. Der Blick auf die Zutatenliste verrät zum Beispiel, aus welchen Zutaten ein Gemüsesaft besteht und welche Gemüseart den größten Anteil daran hat.

Mengenkennzeichnung nur im Sonderfall

In bestimmten gesetzlich definierten Fällen muss die Menge einer Zutat auch in Prozent angegeben werden. Diese Pflicht besteht, wenn eine Zutat

- auf dem Etikett durch Worte, Bilder oder Grafiken besonders hervorgehoben wird: Steht etwa der Hinweis „mit Rosinen“ auf der Müsli-Packung, ist die Angabe des Rosinenanteils Pflicht,
- in der Bezeichnung genannt ist: Bei „Cookies mit Schokostückchen“ muss der Schokoladenanteil genannt werden,
- üblicherweise mit einem Produkt in Verbindung gebracht wird: So lässt die Bezeichnung „Marmorkuchen“ die Zutat Kakao erwarten, die Kakaomenge muss also in Prozent aufgeführt werden,
- wesentlich zur Unterscheidung vergleichbarer Erzeugnisse beiträgt.



Frage zum Thema: Ist in geschnittenen, abgepackten Vollkornbrotten wirklich kein Weizen enthalten, sondern nur Vollkornschrot, wie dies auf der Zutatenliste angepriesen wird?

Antwort: Weizen und Vollkorn ist nicht unbedingt ein Widerspruch. In Broten kann Weizen beispielsweise in Form von hellen Mehlen, Vollkornmehlen oder auch in Form gequollener, ganzer Körner verarbeitet werden. Für Vollkornbrot gilt, wenn „Vollkorn“ draufsteht, ist zu 90 Prozent Vollkornmehl/-schrot verarbeitet worden. Lassen Sie sich jedoch nicht täuschen von ähnlichen Begriffen wie Vollwert, Mehrkorn, Kraftkorn etc. Brote oder Brötchen mit diesen Bezeichnungen sind meist keine Vollkornprodukte. Steht die Getreideart in der Zutatenliste an erster Stelle, wie zum Beispiel Weizen, Roggen oder auch Weizenvollkorn- bzw. Roggenvollkornmehl, dann wurde das gesamte Getreidekorn mit Schalenbestandteilen verarbeitet. Somit zählt Weizen also auch zum Vollkorn. „Weizenmehl“ oder „Roggenmehl“ hingegen sind keine Vollkornmehle – hier handelt es sich um Auszugsmehl. Bei einem herkömmlichen Roggenmischbrot können Sie zum Beispiel diese Angabe finden: Getreidemahlerzeugnisse (Weizen-, Roggenmehl, Roggenschrot). Dieser Auflistung können Sie entnehmen, dass zwar Anteile von Roggenvollkornschrot enthalten sind, den mengenmäßig größeren Anteil stellen bei diesem Brot jedoch Auszugsmehle aus Weizen und Roggen, der Vollkornanteil von 90 Prozent wird nicht erreicht (CJM).

Was gehört eigentlich alles zu den „Zutaten“?

Zutaten sind alle Stoffe, einschließlich der Zusatzstoffe, Enzyme und Aromen, die zur Herstellung des Lebensmittels verwendet wurden und die im fertigen Produkt noch unverändert oder verändert vorhanden sind. Sie müssen mit ihrer rechtlich verbindlichen, verkehrsüblichen oder beschreibenden Bezeichnung angegeben werden.

Sammelbezeichnungen erleichtern die Kennzeichnung

Zutaten, die einer bestimmten Lebensmittelkategorie angehören, können zusammengefasst werden. Beispielsweise darf die Bezeichnung

- „Käse“ für Käse und Käsemischungen verwendet werden, es sei denn, auf dem Etikett wird auf eine bestimmte Käseart Bezug genommen,
- „Milcheiweiß“ für Milcheiweiße jeglicher Art verwendet werden, also für Kaseine, Kaseinate, Molkeneiweiß und Mischungen daraus,
- „Stärke“ für physikalisch oder chemisch modifizierte Stärken verwendet werden. Stammt allerdings die Stärke aus Getreiden mit allergener Wirkung wie Weizen, dann ist diese Vereinfachung nicht möglich; das heißt Maisstärke darf als „Stärke“ bezeichnet werden, Weizenstärke muss als „Weizenstärke“ deklariert werden.

Auch raffinierte pflanzliche Öle können im Zutatenverzeichnis unter der Bezeichnung „pflanzliche Öle“ zusammengefasst werden. Die LMIV schreibt allerdings vor, dass sie mit ihrer botanischen Herkunft benannt werden, also beispielsweise „pflanzliche Öle (Raps, Sonnenblume)“ oder auch „pflanzliche Fette (Kokospalme, Ölpalme)“.

Die Zutat in der Zutat

Enthält ein Müsliriegel beispielsweise Schokostückchen, dann gelten diese als „zusammengesetzte Zutat“. Hier gibt es zwei Kennzeichnungsvarianten: Die Schokostückchen selbst können als zusammengesetzte Zutat im Zutatenverzeichnis aufgeführt werden. Das heißt, hinter dem Begriff „Schokostückchen“ folgt dann eine Klammer mit ihren Zutaten. Alternativ können die Zutaten der Schokostückchen auch in das Zutatenverzeichnis des Müsliriegels integriert werden. Gleiche Zutaten, etwa Zucker, könnten dann zusammengefasst werden.

Eine Aufschlüsselung der Zutaten ist nicht nötig, wenn eine zusammengesetzte Zutat weniger als zwei Prozent ausmacht und ihre Zusammensetzung außerdem rechtlich definiert ist wie zum Beispiel bei Konfitüre. Das Produkt wird in der Zutatenliste dann nur mit seiner Bezeichnung aufgeführt. Auch Gewürz- oder Kräutermischungen in Mengen unter zwei Prozent müssen nicht extra aufgeschlüsselt werden, es sei denn, sie enthalten Allergene wie Sellerie.

Knusprige Waffeln mit 84% Kakao-Haselnusscremefüllung

Zutaten: Zucker, pflanzliche Fette (Kokospalme, Ölpalme), **Weizenmehl**, 6% fettarmes Kakaopulver, **5% Haselnüsse**, **Süßmolkenpulver**, **Molkenerzeugnis**, Emulgator: **Sojalecithine**; Backtriebmittel: Natriumcarbonate; Speisesalz, Aroma.

Kann Spuren von anderen Schalenfrüchten enthalten. Vor Wärme schützen und trocken lagern.

Diese Zutatenliste enthält sowohl Mengenangaben als auch Hinweise zu Allergenen und auf die Herkunft der pflanzlichen Fette.

Lebensmittelzusatzstoffe erkennen Sie am Klassenamen und an der E-Nummer. Anstelle der E-Nummer kann auch die Bezeichnung des Stoffes genannt werden.

Auch **Lebensmittelzusatzstoffe** sind Zutaten. Sie müssen zugelassen sein und dürfen nur nach bestimmten Regeln in Lebensmitteln eingesetzt werden. Sie dienen einem technologischen Zweck, das heißt sie verbessern beispielsweise die Backfähigkeit oder verlängern die Haltbarkeit eines Lebensmittels. Im Zutatenverzeichnis muss in der Regel angegeben werden:

- der Klassenname, der über die technologische Funktion der Substanz im Lebensmittel informiert, etwa Verdickungsmittel,
- und die genaue Bezeichnung des Zusatzstoffes oder seine E-Nummer, zum Beispiel „Guarkernmehl“ oder „E 412“.

Die vollständige Angabe lautet also: „Verdickungsmittel Guarkernmehl“ oder „Verdickungsmittel E 412“.

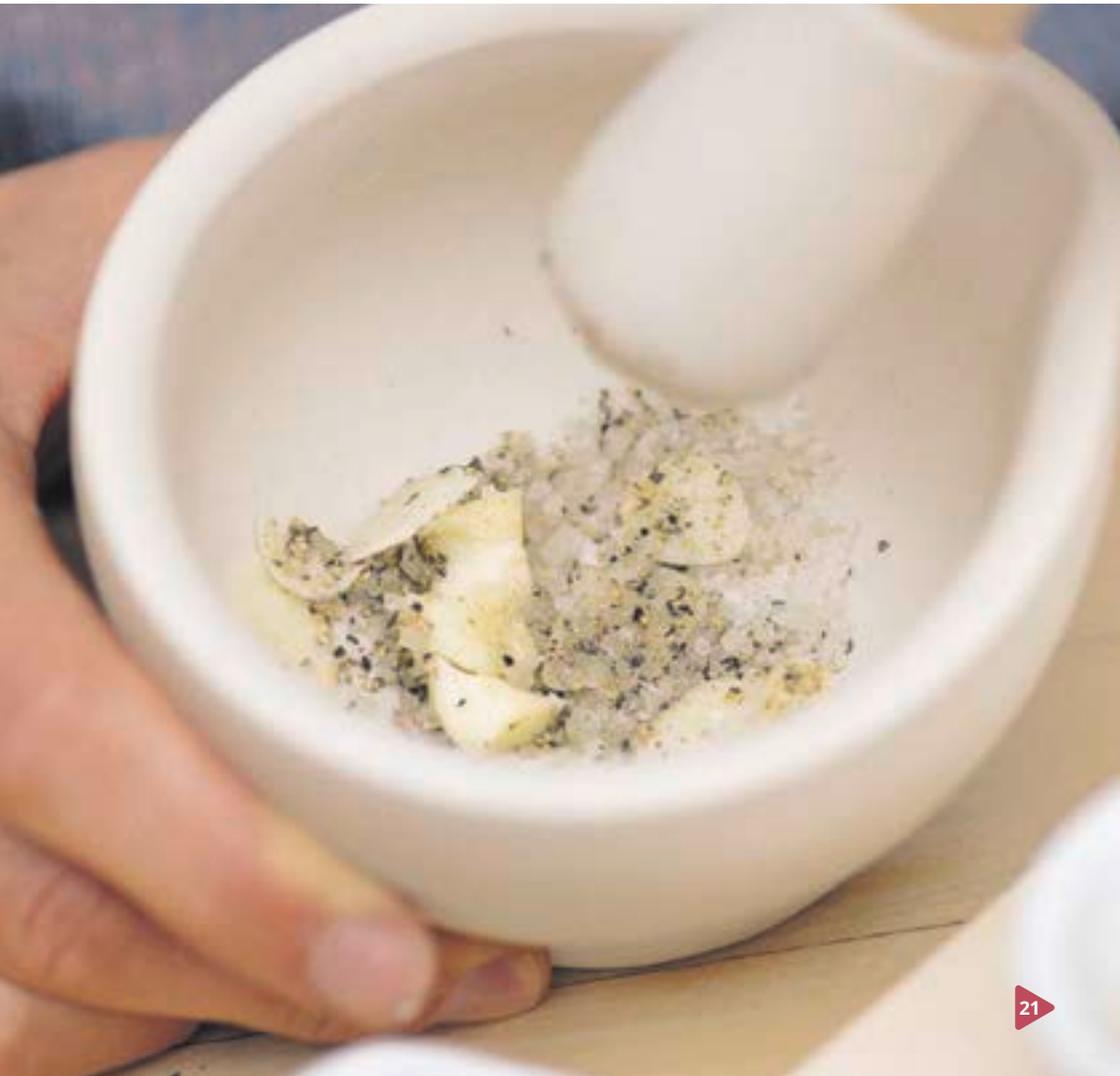
Enzyme sind natürlicherweise in vielen Lebensmitteln enthalten. Sie werden aber auch absichtlich zugesetzt. Dann müssen sie mit ihrer Funktion und ihrer Bezeichnung im Zutatenverzeichnis stehen, etwa „Konservierungsstoff: Lysozym“. Diese Regel gilt bislang nur für bestimmte Enzyme.

Aromen sind komplexe Gemische aus Aromastoffen. Im Zutatenverzeichnis ist es ausreichend, nur das Wort „Aroma“ anzugeben. Wenn Geschmacks- und Herkunftsangaben gemacht werden, dann sind diese Hinweise an bestimmte Bedingungen geknüpft.

- Der Zusatz „natürlich“ bedeutet, dass das Aroma aus einer natürlichen Quelle stammt. Das kann ein Lebensmittel sein oder ein sonstiger natürlicher Rohstoff, aus dem das Aroma gewonnen wird, wie zum Beispiel Lignin.
- Wird zusätzlich ein Lebensmittel benannt, beispielsweise „natürliches Vanillearoma“, dann muss das Aroma zu 95 Prozent aus dem namensgebenden Produkt stammen, im Beispielsfall also aus Vanille.
- Bezeichnungen wie „Vanillearoma“ oder „Apfelaroma“ sind reine Geschmacksangaben und nicht als Hinweis auf die botanische oder natürliche Herkunft zu verstehen.

Technisch hergestellte Nanomaterialien

Seit Dezember 2014 müssen Zusätze technisch hergestellter Nanomaterialien im Zutatenverzeichnis mit dem Hinweis „Nano“ angegeben werden. Lebensmittel, die aus technisch hergestellten Nanomaterialien bestehen, gelten als neuartig (Novel Food, siehe S. 54). Sie müssen ein Zulassungsverfahren durchlaufen, bevor sie in Verkehr gebracht werden dürfen. Eine derartige Zulassung gibt es bisher nicht.



Was nicht im Zutatenverzeichnis stehen muss

Nicht alles, was Verbraucher über Zutaten wissen wollen, steht im Zutatenverzeichnis. Beispielsweise muss nicht angegeben werden, ob ein Zusatzstoff aus tierischen oder pflanzlichen Rohstoffen gewonnen wurde. Nicht kennzeichnungspflichtig sind außerdem:

- Zusatzstoffe und Lebensmittelenzyme, die über Zutaten in das Produkt gelangt sind, dort aber keine technologische Wirkung mehr entfalten; das betrifft beispielsweise das Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), das dem Mehl zugesetzt wird, um die Mehltreifung zu fördern. Es übt im Brot keine technologische Wirkung aus, muss daher beim Brot nicht gekennzeichnet werden,
- Verarbeitungshilfsstoffe wie Gelatine, die als Klärungsmittel bei der Fruchtsaftherstellung eingesetzt werden,
- Trägerstoffe wie Alkohol, die beispielsweise dafür sorgen, dass sich Aromen im Lebensmittel besser dosieren und verteilen lassen, es sei denn es handelt sich bei den Trägerstoffen um Allergene wie Sojalecithin oder Weizenmehl,
- Bestandteile wie Wasser und Aromen, die einem Lebensmittel entzogen und dann wieder zugefügt werden, ohne dass sich deren Anteil im Produkt verändert, beispielsweise bei Fruchtsaft aus Fruchtsaftkonzentrat.

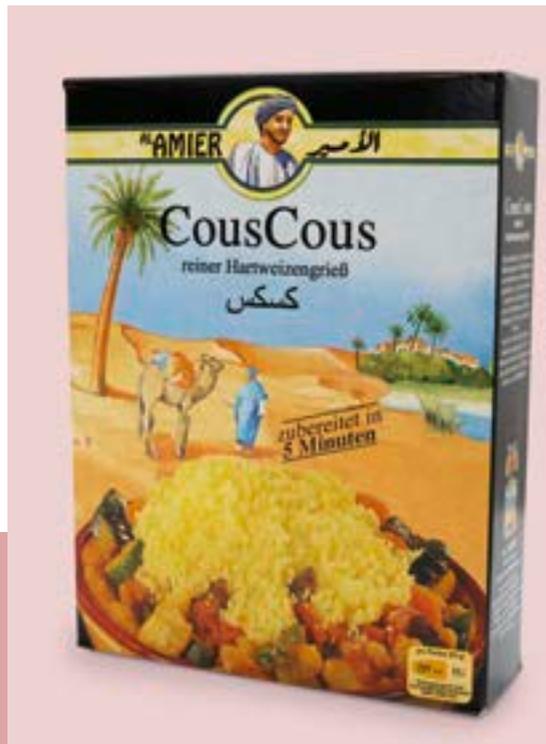
Alkohol in Lebensmitteln

Ist Alkohol – beispielsweise Weinbrand oder Sherry – Bestandteil der Rezeptur, also eine Zutat, dann muss er im Zutatenverzeichnis mit seiner Bezeichnung angegeben werden. Anders als bei Getränken muss der Alkoholgehalt bei festen Lebensmitteln, etwa Weinbrandbohnen, aber nicht zusätzlich auf dem Etikett stehen. Alkohol, der nur in geringen Mengen als Lösungsmittel für Aromen verwendet wird, taucht nicht im Zutatenverzeichnis auf.

Packungen ohne Zutatenverzeichnis

Bei einigen vorverpackten Lebensmitteln muss kein Zutatenverzeichnis angegeben werden:

- bei sogenannten Monoprodukten aus nur einer Zutat, zum Beispiel Zucker, Erbsen, Pfeffer, Hartweizennudeln, Sonnenblumenöl,
- bei frischem Obst und Gemüse, einschließlich Kartoffeln, die nicht geschält, geschnitten oder auf ähnliche Weise bearbeitet wurden,
- bei Getränken mit einem Alkoholgehalt über 1,2 Volumenprozent, mit Ausnahme von Bier,
- bei Verpackungen oder Behältnissen, deren größte Oberfläche weniger als 10 cm² beträgt, etwa Portionspackungen beim Hotelfrühstück,
- bei Tafelwasser,
- bei Gärungssessig, der aus nur einem Grundstoff hergestellt ist,
- Käse, Butter, fermentierte Milch und Sahne, denen keine weitere Zutat zugesetzt wurde außer solchen, die für die Herstellung nötig sind, wie Milchinhaltsstoffe, Lebensmittelenzyme, Mikroorganismen-Kulturen und Salz.



Monoprodukte brauchen kein Zutatenverzeichnis.

Allergenkennzeichnung

Die 14 häufigsten Lebensmittelallergene stehen immer auf dem Etikett.

Die Lebensmittel, die in der europäischen Bevölkerung am häufigsten Allergien auslösen, müssen für Verbraucher immer erkennbar sein. Daher gilt für 14 Produktgruppen und alle allergen wirkenden Erzeugnisse, Verarbeitungsstoffe oder Hilfsstoffe daraus eine umfassende Kennzeichnungspflicht. Stammt beispielsweise ein Emulgator aus Soja, dann muss ein Hinweis auf Soja erfolgen, etwa „Emulgator: Sojalecithin“. Wurde Eiklar als Klärungsmittel verwendet, dann muss es gekennzeichnet werden, auch wenn es danach dem Produkt wieder entzogen wurde. Auch allergene Trägerstoffe fallen unter die Kennzeichnungspflicht, beispielsweise Milchzucker. Mit Inkrafttreten der LMIV müssen die 14 Allergene im Zutatenverzeichnis auch optisch hervorgehoben werden. Nur wenn die Bezeichnung des Lebensmittels bereits auf das Allergen hinweist, etwa „Nusskuchen“, dann darf diese Hervorhebung entfallen.

Lebensmittel ohne Zutatenliste

Die Pflicht zur Allergenkennzeichnung gilt auch für Lebensmittel, die kein Zutatenverzeichnis tragen müssen, wie Liköre. Wenn das Allergen nicht in der Bezeichnung des Lebensmittels genannt ist, dann

Diese 14 Produktgruppen und daraus gewonnene Erzeugnisse sind kennzeichnungspflichtig:

- glutenhaltiges Getreide, namentlich Weizen (auch Dinkel und Khorasan-Weizen/Kamut), Roggen, Gerste, Hafer oder Hybridstämme davon,
- Krebstiere
- Eier
- Fisch
- Erdnüsse
- Soja
- Milch (einschließlich Laktose)
- Schalenfrüchte, namentlich Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Kaschunüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamianüsse, Queenslandsnüsse
- Sellerie
- Senf
- Sesamsamen
- Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10 Milligramm pro Kilogramm oder Liter)
- Lupinen
- Weichtiere, beispielsweise Schnecken, Austern und Muscheln

Stoffe, die bei der Verarbeitung ihr allergenes Potenzial verlieren, müssen nicht gekennzeichnet werden, zum Beispiel Getreidealkohol in Wodka oder Glucosesirup auf Weizenbasis.

muss an gut sichtbarer Stelle ein Hinweis wie „Enthält ...“ stehen. Bei Erzeugnissen des Weinbaus wie Wein oder Sekt beschränkt sich diese Hinweispflicht auf Schwefeldioxid beziehungsweise Sulfite sowie Ei- und Milcherzeugnisse, die zur Klärung verwendet wurden.

Andere Allergene

Wer allergisch auf Pfeffer oder Paprika reagiert, muss weiterhin vorsichtig sein. Diese Gewürze zählen nicht zu den 14 Hauptallergenen. Üblicherweise werden sie in der Zutatenliste aufgeführt. Sie können sich aber auch hinter dem Begriff „Gewürzmischung“ verstecken. Sobald ein Lebensmittel, weniger als zwei Prozent Gewürzmischung enthält, müssen die Einzelzutaten nicht mehr aufgelistet werden. Bei den Hauptallergenen Senf oder Sellerie ist es einfacher: Hier ist ein Hinweis wie „Gewürzmischung (mit Senf)“ Pflicht.

Frei von ...-Hinweise

Hinweise auf die Abwesenheit bestimmter Zutaten, wie „glutenfrei“ oder „laktosefrei“ sind freiwillige Angaben. Mit der Pflicht zur Allergenkennzeichnung haben sie nichts zu tun, trotzdem müssen sie richtig sein. Den Hinweis „glutenfrei“ dürfen laut Gesetz Produkte tragen, die nicht mehr als 20 Milligramm Gluten pro Kilogramm enthalten. Für die Angabe „laktosefrei“ gibt es keinen gesetzlich verbindlichen Grenzwert, in der Praxis enthalten solche Produkte nicht mehr als 100 Milligramm Laktose pro Kilogramm.

Hinweise auf Verunreinigungen

Auch die Angabe „kann Spuren von ... enthalten“ ist freiwillig. Sie informiert über mögliche Verunreinigungen, die unbeabsichtigt in das Produkt gelangt sein könnten und steht aus Gründen der Produkthaftung auf vielen Etiketten. Der Hinweis bedeutet jedoch weder, dass das genannte Allergen im Produkt enthalten ist, noch, dass bei fehlendem Hinweis keine Spuren von allergenen Stoffen enthalten sind. Im Zweifelsfall hilft nur die Nachfrage beim Hersteller.



Mindesthaltbarkeitsdatum und Verbrauchsdatum



*Der Inhalt dieser Dose ist mehr als 18 Monate haltbar.
Die Angabe einer Jahreszahl ist daher ausreichend.*

Vorverpackte Lebensmittel tragen ein Mindesthaltbarkeitsdatum, das immer mit der Formulierung „mindestens haltbar bis ...“ angegeben wird. Es folgt entweder direkt das Datum oder ein Verweis auf die Stelle, wo es zu finden ist. Die Angabe bedeutet: Bis zu diesem Datum behält das Lebensmittel seine produkttypischen Eigenschaften, also seinen Geschmack, seinen Geruch, sein Aussehen und seinen Nährwert – vorausgesetzt es ist original verpackt und wurde richtig gelagert. Je nach Produkt kann es leichte Verluste an Inhaltsstoffen geben, die aber den Nähr- und Genusswert des Lebensmittels nicht wesentlich beeinträchtigen.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum gibt den Zeitpunkt an, bis zu dem das Lebensmittel bei richtiger Lagerung seine charakteristischen Eigenschaften mindestens behält.

Von der Haltbarkeitsdauer des Lebensmittels hängt es ab, ob das Mindesthaltbarkeitsdatum ausführlich angegeben werden muss oder abgekürzt angegeben werden darf:

Mindesthaltbarkeitsdatum

Haltbarkeitsdauer	Angabe	Beispiele
jede	mindestens haltbar bis ... (Tag, Monat, Jahr)	für alle Lebensmittel möglich
bis 3 Monate	mindestens haltbar bis ... (Tag/Monat)	Milchprodukte, Backwaren
3 bis 18 Monate	mindestens haltbar bis Ende ... (Monat, Jahr)	Getreide, Nudeln, Bier, Säfte, Tiefkühlkost
mehr als 18 Monate	mindestens haltbar bis Ende ... (Jahr)	Konserven, Mineralwasser, Konfitüre

Richtige Lagerbedingungen

Muss das Lebensmittel bei bestimmten Temperaturen oder Bedingungen gelagert werden, dann muss darauf hingewiesen werden, beispielsweise durch die Angaben „Bei 4 – 8 °C mindestens haltbar bis ...“ oder „Kühl und trocken lagern. Mindestens haltbar bis ...“.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum gilt nur für original verpackte Lebensmittel, die unter den empfohlenen Lagerbedingungen aufbewahrt werden.

Spezialfall Tiefkühlkost

Bei Tiefkühlkost muss ergänzend zum Mindesthaltbarkeitsdatum angegeben werden, wie lange das Lebensmittel bei unterschiedlichen Temperaturen lagerfähig ist.

Nach LMIV muss bei eingefrorenem Fleisch und Fleischzubereitungen sowie bei eingefrorenen unverarbeiteten Fischereierzeugnissen zusätzlich das Einfrierdatum angegeben werden. Die Angabe lautet „eingefroren am ...“ gefolgt von dem Datum des ersten Einfrierens oder einem Verweis auf die Stelle, wo das Datum auf dem Etikett zu finden ist.

Ausnahmen

Einige vorverpackte Lebensmittel müssen kein Mindesthaltbarkeitsdatum tragen:

- Frisches Obst und Gemüse – einschließlich Kartoffeln –, das nicht geschält, geschnitten oder auf ähnliche Weise behandelt worden ist; diese Ausnahme gilt jedoch nicht für Keime von Samen und ähnliche Erzeugnisse wie Sprossen von Hülsenfrüchten,
- Wein, Likörwein, Schaumwein, aromatisierter Wein sowie ähnliche Erzeugnisse aus anderen Früchten als Weintrauben,
- Getränke mit einem Alkoholgehalt von 10 oder mehr Volumenprozent (z. B. Spirituosen),
- Backwaren, die normalerweise innerhalb von 24 Stunden nach ihrer Herstellung verzehrt werden, beispielsweise Brötchen,
- Essig, Speisesalz, Zucker in fester Form,

Auftauhinweis – Kennzeichnungspflicht mit Ausnahmen

Lebensmittel, die gefroren waren und aufgetaut verkauft werden, müssen den Hinweis „aufgetaut“ in der Nähe der Bezeichnung des Lebensmittels tragen. Ausnahmen gelten für Produkte, bei denen das Einfrieren ein technologisch wichtiger Schritt zur Herstellung ist, zum Beispiel Sushi oder Sprossen, Lebensmittel, bei denen das Auftauen keine negativen Auswirkungen auf die Sicherheit und Qualität des Produktes hat und Lebensmittel, die aufgetaute Zutaten enthalten. So muss Fleisch, das aufgetaut wurde und erst nach dem Auftauen mariniert wurde, keinen Auftauhinweis tragen, denn das Gesamtprodukt war nicht eingefroren.

- Zuckerwaren, die fast nur aus Zuckerarten mit Aromastoffen und/oder Farbstoffen bestehen, Kaugummi und ähnliche Erzeugnisse zum Kauen.

Abgelaufen und noch essbar?

Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Wegwerfdatum, sondern eine Orientierungshilfe. Viele Lebensmittel sind bei richtiger Lagerung länger haltbar als angegeben, zum Beispiel Mineralwasser, Zucker, Honig oder trockene Lebensmittel wie Nudeln und Getreide oder gesäuerte Milcherzeugnisse wie Jogurt. Die Lagerfähigkeit von feuchten, fett- und eiweißreichen Lebensmitteln wie Fisch, Wurst oder weichem Käse hingegen hat Grenzen, die durch das Mindesthaltbarkeitsdatum in der Regel auch gut bemessen sind. Nutzen Sie Ihre Sinne: Ob ein Lebensmittel noch genießbar ist, sollten Sie an seinem Aussehen und Geruch und dann erst vorsichtig am Geschmack testen.

Informationen und eine App zum Thema **Lebensmittelagerung und -verderb** bekommen Sie auch unter www.zugutfuerdionne.de.

Das Verbrauchsdatum

Bei Lebensmitteln, die sehr leicht verderblich sind, muss anstelle des Mindesthaltbarkeitsdatums ein Verbrauchsdatum angegeben werden, mit dem Hinweis „zu verbrauchen bis ...“, gefolgt von einer Beschreibung der Lagerungsbedingungen. Als leicht verderbliche Lebensmittel gelten beispielsweise zerkleinertes rohes Fleisch wie Hackfleisch, Geflügel, frische Gemüsesäfte oder vorgeschnittene Salate. Nach Ablauf des Verbrauchsdatums darf die Ware nicht mehr verkauft werden. Man sollte sie auch nicht mehr essen. Die Lebensmittel können verdorben sein, ohne dass man es riecht oder schmeckt.

Bei Lebensmitteln mit **Verbrauchsdatum** die Lagertemperatur beachten. Nach Ablauf des Datums die Produkte nicht mehr essen!



Nährwertkennzeichnung – fast immer Pflicht

Nach der europäischen Lebensmittelinformationsverordnung müssen praktisch alle vorverpackten Lebensmittel eine Nährwertkennzeichnung tragen. Vorgeschrieben sind sieben Nährwertinformationen bezogen auf 100 Gramm oder 100 Milliliter und zwar in tabellarischer Form: der Energiegehalt und die Gehalte an Fett, gesättigten Fettsäuren, Kohlenhydraten, Zucker, Eiweiß und Salz. Nur bei Platzmangel dürfen die Angaben hintereinander aufgeführt werden, etwa bei kleinen Verpackungen. Die Nährwertkennzeichnung muss ebenfalls die gesetzlich vorgeschriebene Mindestschriftgröße erfüllen, das heißt mindestens 1,2 Millimeter groß sein, bezogen auf den kleinen Buchstaben „x“.

Die Angabe des Brennwertes erfolgt in kJ und kcal, die übrigen Angaben in Gramm oder Milliliter.



Die Ausnahmen von der Regel

Einige Lebensmittelgruppen sind von der Pflicht zur Nährwertkennzeichnung befreit, beispielsweise

- unverarbeitete Monoprodukte, die nur aus einer Zutat oder Zutatengruppe bestehen wie Obst und Gemüse, Mehl oder Reis,
- Salz,
- Kräuter, Gewürze sowie Mischungen daraus,
- Kaugummi,
- Tee sowie Kräuter- und Früchtetees,
- Getränke mit mehr als 1,2 Volumenprozent Alkohol,
- Handwerklich hergestellte Lebensmittel, die direkt vom Hersteller in kleinen Mengen vor Ort oder in eigenen Filialen zum Verkauf angeboten werden, müssen ebenfalls keine Nährwerttafel tragen, zum Beispiel Pralinen oder Gebäck einer Konditorei. Diese Ausnahme gilt auch für Landwirte, die eigene Marmeladen in ihrem Hofladen anbieten oder Direktvermarkter von Wurstwaren oder Milchprodukten. Auch bei einem lokalen Vertrieb über Marktstände Dritter, etwa auf Wochenmärkten, müssen bei vorverpackter Ware keine Nährwerte gekennzeichnet werden. Lokal bedeutet dabei in der Regel ein Umkreis von 50 km.

Für Nahrungsergänzungsmittel gilt ein eigenes System zur Nährwertdeklaration. Natürliche Mineralwässer tragen anstelle einer Nährwerttafel einen Analysenauszug, der über die wichtigsten enthaltenen Mineralstoffe informiert.

Zusätzliche Nährwertangaben

Neben den sieben Pflichtangaben darf die Nährwerttabelle nur bestimmte weitere Informationen enthalten. Erlaubt sind Nährwertangaben über die Gehalte an

- einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren,
- mehrwertigen Alkoholen (Polyolen),
- Stärke,
- Ballaststoffen und
- Vitaminen und Mineralstoffen, vorausgesetzt es sind mindestens 15 Prozent (bzw. 7,5 Prozent bei Getränken) der empfohlenen Tagesdosis in 100 Gramm bzw. Milliliter enthalten. Die empfohlene Tagesdosis – früher RDA – wird nun als Referenzmenge (RM) oder Nährstoffbezugswert bzw. „Nutrient Reference Value“ (NRV) angegeben. Es muss auch angegeben werden, wie viel Prozent der Referenzmenge durch 100 Gramm bzw. Milliliter des Produktes gedeckt werden.

Informationen über andere Inhaltsstoffe, etwa über den Gehalt an Cholesterin, sind nicht erlaubt.

Zusätzliche Portionsangaben, GDAs und „Tönchen“

Hinweise auf den Nährwertgehalt einer Portion sind freiwillig und auch nur dann zulässig, wenn über die Portionsgröße und die Gesamtzahl der Portionen pro Packung informiert wird. Solche Hinweise dürfen auch Bezug nehmen auf Referenzmengen. Sie informieren darüber, wie viel Prozent eines Referenzwertes (Orientierungsmengen für einen Erwachsenen) in einer Portion enthalten ist. Die Referenzwerte sind im Anhang der Lebensmittelinformationsverordnung verbindlich festgeschrieben. Auch eine grafische Darstellung der Nährwertinformationen, etwa in Form kleiner „Tönchen“, ist erlaubt. Diese muss im Hauptsichtfeld der Verpackung stehen und darf in zwei Formaten angebracht werden:

- entweder nur der Energiegehalt oder
- der Energiegehalt zusammen mit den Gehalten an Fett, gesättigten Fettsäuren, Zucker und Salz, wahlweise pro 100 Gramm beziehungsweise Milliliter oder pro Portion.

Bei Angaben pro Portion muss zusätzlich der Brennwert pro 100 Gramm beziehungsweise Milliliter auf das Etikett. In beiden Fällen ist der Hinweis „Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)“ Pflicht. Als Hauptsichtfeld gilt die Seite der Verpackung, die vom Verbraucher höchstwahrscheinlich auf den ersten Blick wahrgenommen wird, also diejenige, die werblich am auffälligsten gestaltet ist.



Als Referenzmenge dient der Nährstoffbedarf eines Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal).

Was ist eigentlich eine Portion?

Für die Festlegung der Portionsgröße ist der Hersteller verantwortlich. Erhebungen der Verbraucherzentralen haben gezeigt, dass Hersteller bei vergleichbaren Produkten unterschiedliche Portionsgrößen angeben, was den Nährwertvergleich erschwert. Außerdem wird kritisiert, dass die Portionsgrößen teilweise zu klein sind. Nährwertangaben, die für (zu) kleine Portionsgrößen ausgewiesen werden, suggerieren entsprechend (zu) niedrige Salz-, Fett-, Zuckergehalte oder Brennwerte pro Portion.

Füllmenge und Preis – wie viel Ware gibt's fürs Geld?



Die Füllmenge gibt Auskunft über Gewicht, Volumen oder die Stückzahl der abgepackten Ware.

Auf vorverpackten Lebensmitteln muss die Füllmenge angegeben werden. Bei festen Lebensmitteln geschieht dies gewöhnlich nach Gewicht in Gramm oder Kilogramm, flüssige Lebensmittel werden üblicherweise nach Volumen in Millilitern oder Litern, selten auch Zentilitern gekennzeichnet. Für einige Lebensmittel gelten Spezialregelungen: So erfolgt die Mengenangabe beispielsweise bei Honig, Essigessenz und Würzen nach Gewicht, bei Feinkostsoßen und Senf nach Volumen. Geringfügige Abweichungen der Füllmenge werden toleriert. Die zulässigen Abweichungen sind in der Verordnung festgelegt. Dabei gilt das Prinzip: Je mehr in der Packung ist, umso mehr Abweichung wird geduldet. Beispielsweise darf eine

100-Gramm-Tafel Schokolade 4,5 Gramm leichter sein, bei einer Kilo-Packung Mehl hingegen wird ein Minus von 15 Gramm toleriert.

In einigen Fällen wird anstelle des Gewichts die Stückzahl angegeben, etwa bei Obst und Gemüse oder Gewürzen wie Vanilleschoten. Auch Kaugummi und Kaubonbons sowie Süßstofftabletten werden nach der Stückzahl gekennzeichnet.

Richtig zubereitet: Manchmal geht's nicht ohne Anleitung

Die Gebrauchsanleitung ist nach LMIV eine optional-verpflichtende Angabe: Das heißt, sie ist nur für solche Produkte verbindlich, die ohne diesen Hinweis nicht richtig zubereitet werden können, etwa Puddingpulver, Backmischungen oder Convenience-Produkte wie Tiefkühlpizza. Bei diesen Produkten muss die Gebrauchsanleitung in der gesetzlich vorgeschriebenen Mindestschriftgröße auf dem Etikett stehen. Zeichnungen sind nicht ausreichend. Wenn sie allerdings freiwillig angegeben wird, zum Beispiel als Zubereitungs-Hinweis bei Frühstückscerealien, muss die Mindestschriftgröße nicht eingehalten werden.

69 g Cremepulver und 25 ml (30 g) Karamellsoße zur Zubereitung einer Panna Cotta für 300 ml Milch und 200 g Schlagsahne (ausreichend für 4 Portionen)



300 ml Milch und 200 g Schlagsahne in einem **großen Kochtopf aufkochen**. Topf vom Herd nehmen. Cremepulver unter Rühren mit einem Schneebesen zufügen.



Topf wieder auf den Herd geben und **2 Min.** bei starker Hitze unter Rühren kochen. Die Creme in 4 kalt ausgespülte Tassen gießen, etwas abkühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

TIPP

Wenn Sie die Creme nicht eine Kühlzeit von 5 Std. au

Rezeptvorschlag

Panna Cotta nach Packung zubereiten, aber in eine Gl und mind. 5 Std. in den Küh 250g geputzte Erdbeeren! bei Karamellsoße vermischt Creme geben. Mit etwa 2 E gerösteten Mandeln bestre

Das mit Milch (1,1) und Schlagsahne E zubereitete Produk

Spezialvorschriften gelten für konzentrierte Produkte wie Tütensuppen, Brühen, Braten- und Salatsoßen: Auf ihrer Packung muss das Volumen des verzehrfertigen Lebensmittels in Millilitern oder Litern stehen. Puddingpulver und Trocken-erzeugnisse für Pürees, Klöße und ähnliche Beila- gen hingegen müssen mit der Flüssigkeitsmenge gekennzeichnet werden, die zur Zubereitung der Füllmenge erforderlich ist. Zusätzlich dürfte jeweils auch die Füllmenge nach Gewicht ge- kennzeichnet werden. Das ist in der Praxis auch häufig der Fall. Bei Backpulver und Backhefe muss angegeben werden, für welche Mehlmenge eine Portionspackung ausreicht.

Für Lebensmittel in einer Aufgussflüssigkeit, wie Obst in Dosen oder Essiggurken, gibt es neben der Füllmengenangabe eine weitere wichtige Kenngröße: das Abtropfgewicht. Darunter ver- steht man das Gewicht des Produktes nach dem Abgießen und Abtropfen der Aufgussflüssigkeit. Aufgussflüssigkeiten können Wasser, Salzlake, wässrige Zuckerlösungen oder beispielsweise Essig sein. Das Abtropfgewicht muss deutlich erkennbar angegeben werden, beispielsweise „Füllmenge: 400 g“, „Abtropfgewicht: 250 g“.

Für die Füllmengenangabe sind je nach Pa- ckungsgröße eigene Mindestschriftgrößen vorgeschrieben: Die Zahlen müssen bei Packun- gen bis 50 Gramm oder Milliliter mindestens zwei Millimeter groß sein, bei Packungsgrößen von 200 bis 1000 Gramm oder Milliliter mindestens vier Millimeter.

Preis und Grundpreisangaben

Der Preis sagt Ihnen, was das abgepackte Lebensmittel kostet. Er heißt deshalb auch Endpreis. Der Preis steht entweder auf dem Produkt selbst oder auf einem Schild bei der Ware. Außerdem muss bei vorverpackter Ware der Grundpreis ausgewiesen werden. Das ist der Preis pro Kilogramm oder Liter, bei leichteren Packungen auch pro 100 Gramm oder Milliliter. Der Grundpreis muss beim Endpreis platziert sein. In bestimmten Fällen kann allerdings auf die Grundpreisangabe verzichtet werden, zum Beispiel wenn die Ware pro Stück abgegeben wird, wenn der Endpreis identisch mit dem Grundpreis ist oder wenn der Preis wegen eines abgelaufenen Mindesthaltbarkeitsdatums reduziert ist. In kleinen Hofläden und Einzelhandelsgeschäften, bei denen der Verkauf überwiegend durch eine Bedienung erfolgt, ist eine Grundpreisangabe ebenfalls nicht erforderlich.

Die Grundpreisangabe vereinfacht den Preisvergleich bei Produkten, die in unterschiedlichen Packungsgrößen angeboten werden.



Herstellerinformationen – Wer ist eigentlich verantwortlich?

Die Herstellerangabe informiert, wer für die Sicherheit und Qualität des Produktes verantwortlich ist.

Herstellerangabe

Auf vorverpackten Lebensmitteln müssen Name oder Firma und die Anschrift des Herstellers, Verpackers oder eines in der EU niedergelassenen Importeurs angegeben werden. Die Angabe muss so genau sein, dass beispielsweise ein Brief zugestellt werden könnte. Mit der Herstellerangabe wird über die lebensmittelrechtlich Verantwortlichen informiert, an die sich Verbraucher bei spezifischen Produktfragen oder im Falle einer Reklamation wenden können. Auch für die amtliche Lebensmittelüberwachung ist die Information wichtig. Lediglich auf sehr kleinen Verpackungen, deren größte Oberfläche weniger als 10 cm² beträgt, beispielsweise Portionspackungen von Butter oder Honig, muss diese Angabe nicht gemacht werden.



Identitätskennzeichen: Dieses Produkt trägt die Nummer einer Molkerei in Erlingen-Andechs

Losnummer stehen für eine Charge

Die Los- oder Chargennummer ordnet das Lebensmittel einer Warenpartie zu. Ein Los umfasst eine Charge von Lebensmitteln, die unter praktisch gleichen Bedingungen erzeugt, hergestellt und verpackt wurden. Die Losnummer besteht aus einer Kombination von Buchstaben und/oder Ziffern, der ein „L“ vorangestellt sein kann. Gibt es eine Rückrufaktion wegen eines Produktfehlers, ist die betroffene Charge anhand dieser Nummer schnell und eindeutig zu identifizieren. Die Losnummer kann entfallen bei

- sehr kleinen Portionspackungen,
- Speiseeis-Einzelpackungen,
- Lebensmitteln, deren Mindesthaltbarkeitsdatum oder Verbrauchsdatum mindestens mit Tag und Monat angegeben ist.

Anhand der Losnummer ist eine Warenpartie bis zum Erzeuger rückverfolgbar. Bei Reklamationen kann Fehlern betriebsintern nachgegangen werden.

Für die Überwachung: Das Identitätskennzeichen

Auf Lebensmitteln tierischen Ursprungs wie Milch und Milcherzeugnissen, Fleisch und Fleischerzeugnissen, Käse, Eiern, Fisch und Muscheln befindet sich das sogenannte Identitätskennzeichen. Es besagt, dass der Betrieb zugelassen ist und nach EU-weit einheitlichen Hygienestandards arbeitet und überwacht wird. Das Identitätskennzeichen ist oval geformt und enthält folgende Abkürzungen:

- den Namen oder Kennbuchstaben für das Land (etwa DE = Deutschland oder FR = Frankreich), in dem das Produkt zuletzt verarbeitet oder verpackt wurde,
- die Zulassungsnummer des Betriebes, der als letzter das Produkt bearbeitet oder verpackt hat, bevor es in den Handel kam, mit einer Abkürzung für das Bundesland bei deutschen Betrieben (BY = Bayern, NW = Nordrhein-Westfalen) oder reine Zahlenkombinationen bei Betrieben anderer EU-Mitgliedstaaten,
- die Abkürzung EG für Europäische Union. Je nach Herkunftsland finden sich auch andere Abkürzungen in dem Oval, beispielsweise CE bei Produkten aus Frankreich, Portugal, Spanien, Italien und Rumänien und EC bei Produkten aus England.

Dieses Zeichen ist vor allem für die Überwachungsbehörden von Bedeutung. Verbraucher können daraus lediglich erkennen, aus welchem EU-Staat das Produkt kommt und – wenn es aus Deutschland stammt – in welchem Bundesland es zuletzt bearbeitet oder verpackt wurde. Rückschlüsse auf die Herkunft der einzelnen Rohstoffe sind jedoch nicht möglich.

Jeder EU-Mitgliedstaat muss solche Betriebslisten führen. Eine Zusammenstellung der Betriebslisten jedes einzelnen EU-Mitgliedstaates finden Sie unter: https://ec.europa.eu/food/safety/biosafety/food_hygiene/eu_food_establishments_en

Pflichtangaben bei bestimmten vorverpackten Lebensmitteln

Ergänzend zu den allgemeinen Pflichtangaben müssen bei bestimmten Lebensmitteln zusätzliche Informationen auf dem Etikett stehen.



1-DE-1234501

1-DE-1234501

1-DE-1234501

1-DE-1234501

Pflichtangaben bei bestimmten vorverpackten Lebensmitteln

Herkunftsangaben

Die geschützten EU-Gütezeichen „g.g.A.“ und „g.U.“ sind freiwillig und enthalten unterschiedlich detaillierte Herkunftsinformationen (s. dazu S. 88).

Bei bestimmten Produkten gibt es gesetzlich vorgeschriebene Herkunftsangaben. Es handelt sich um Produkte, die nur aus einer Zutat bestehen, sogenannte Monoprodukte. Anders geregelt sind Herkunftsbezeichnungen, die für eine bestimmte Rezeptur oder eine besondere Qualität eines Produktes stehen, etwa „Nürnberger Bratwürste“. Diese Angaben sind freiwillig, zahlreiche traditionelle Lebensmittel und Spezialitäten sind auch gesetzlich geschützt (siehe Tabelle auf S. 88).

Ursprungsland und Herkunftsort

Eine Ursprungsangabe ist immer dann erforderlich, wenn Verbraucher ohne diesen Hinweis einen falschen Eindruck bekämen von der Herkunft oder dem Ursprung eines Lebensmittels, etwa wenn ein Produkt mit dem Namen „Südtiroler Obstkiste“ Äpfel aus Frankreich enthalten würde. Sie ist auch erforderlich, wenn das Ursprungsland oder der Herkunftsort eines Lebensmittels nicht mit seiner Hauptzutat identisch ist. Für tierische Erzeugnisse gilt das Land, in dem das Tier seine letzte Entwicklung durchlaufen hat als Ursprungsland, bei pflanzlichen Erzeugnissen hingegen das Land der Ernte. Herkunftsort ist der Ort, aus dem das Produkt letztendlich kommt.

Für diese Lebensmittelgruppen ist eine Ursprungsangabe verpflichtend.

- Rindfleisch: Land der Geburt, Mästung, Schlachtung und Zerlegung
- Eier: Ursprungsland und Zahlkombination des Legebetriebs
- Honig: Ursprungsland oder bei Mischungen „EU“, „Nicht-EU“ oder „EU/Nicht-EU“
- Obst und Gemüse: Ursprungsland
- Fisch: das Fanggebiet bzw. bei Zuchtfisch das Land, in dem das Erzeugnis seine letzte Entwicklungsphase durchlaufen hat



- Natives Olivenöl extra und natives Olivenöl: Ursprungsland und bei mehr als einem Ursprungsland „EU“, „Nicht EU“ oder „EU/Nicht-EU“
- Bio-Lebensmittel in Verbindung mit dem EU-Bio-Logo: Ursprungsland oder „EU“, „Nicht-EU“ oder „EU/Nicht-EU“

Rindfleisch: Herkunftsangabe bis ins kleinste Detail

Bei Rindfleisch muss der Ort jedes einzelnen Produktionsschritts benannt werden, gleich, ob es als vorverpackte oder als lose Ware verkauft wird. Die Pflichtangaben sind:

- die Referenznummer des Tieres oder der Tiergruppe, von denen das Fleisch stammt,
- geboren in: ...,
- gemästet in: ... oder aufgezogen in: ...,
- geschlachtet in: ..., Zulassungsnummer des Schlachthofs: ...,
- zerlegt in: ..., Zulassungsnummer des Zerlegungsbetriebes beziehungsweise der zwei oder drei Zerlegungsbetriebe.

Wenn Geburt, Mast und Schlachtung in ein und demselben Land erfolgt sind, dann kann dies vereinfacht mit den Worten „Herkunft: [Mitgliedsstaat oder Drittstaat]“ angegeben werden. Der Ort der Zerlegung muss immer gesondert ausgewiesen werden.

Bei Rinderhackfleisch muss angegeben werden:

- die Referenznummer,
- der Ort der Herstellung und gegebenenfalls
- der Ort der Herkunft, es sei denn die Herkunft des Fleisches ist mit dem Ort der Herstellung identisch.

Anders als bei Stückware umfasst der Begriff Herkunft bei Rinderhackfleisch nur den Ort der Geburt und der Mast. Der Ort der Schlachtung muss, sofern er von der Herkunft abweicht, zusätzlich genannt werden. Diese Informationen sind auch für Hackfleisch „halb und halb“ Pflicht. Sobald allerdings das Hackfleisch zu weniger als 50 Prozent aus Rind besteht, dürfen sie jedoch entfallen – also auch schon bei 49 Prozent Rinderhack.



Fleisch der Tierarten Schwein, Schaf, Ziege und Geflügel

Bei vorverpacktem frischem Fleisch der Tierarten Schwein, Schaf, Ziege und Geflügel muss seit April 2015 das Ursprungsland auf dem Etikett stehen. Angegeben werden müssen

- die Partie,
- das Land der Schlachtung und
- das Land der Aufzucht.

Milch und andere Lebensmittel

Bei weiteren Lebensmitteln wird noch über eine Pflichtkennzeichnung der Herkunft diskutiert, beispielsweise bei Milch, Mehl sowie Zutaten, die mehr als 50 Prozent eines Lebensmittels ausmachen.

Wo kommen unsere Fische her?

Für Fisch, Krebs und Weichtiere gelten folgende Informationspflichten, gleich ob die Ware vorverpackt oder lose angeboten wird:

- die Handelsbezeichnung (Bezeichnung der Art) und ihr wissenschaftlicher Name,
- die Produktionsmethode,
- bei Seefisch: „gefangen ...“,
- aus Seen oder Flüssen: „aus Binnenfischerei ...“,
- aus der Zucht: „in Aquakultur gewonnen ...“,
- das Gebiet, in dem das Erzeugnis gefangen oder in Aquakultur gewonnen wurde, zum Beispiel ein Meeresgebiet oder bei Zuchtfisch das Land, in dem das Erzeugnis seine letzte Entwicklungsphase durchlaufen hat,
- die Kategorie des für den Fang eingesetzten Gerätes, zum Beispiel Schleppnetz oder Haken.

Diese Informationspflichten gelten für Frischfisch, Räucherfisch, bearbeitete Tiefkühlfischerzeugnisse, rohe und bearbeitete, frische und gefrorene Krebs- und Weichtiere sowie Algen und Tange. In bestimmten Fällen muss auch angegeben werden, ob das Erzeugnis aufgetaut wurde.

Von der Informationspflicht ausgenommen sind verarbeitete und zubereitete Produkte, etwa paniierter Fisch, Fischzubereitungen in Marinaden oder Saucen, Fischdauerkonserven, Fischsalate, panierte Krebs- oder Weichtiererzeugnisse, Kaviar und Kaviarersatz.

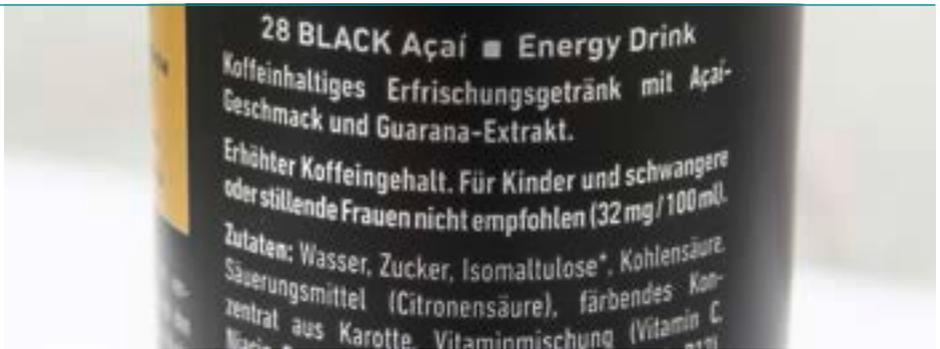


Die Fanggebiete der wichtigsten Seefische können Sie hier einsehen: www.fischverband.de/faokarte/

Besondere Hinweispflichten

Bei manchen Zutaten oder Bestandteilen reicht es nicht aus, wenn sie im Zutatenverzeichnis aufgelistet werden. Aus Gründen des Verbraucherschutzes müssen zusätzliche Hinweise auf dem Etikett gegeben werden.

Kategorie	Kennzeichnungsvorschrift
Zusatzstoffe	
Süßungsmittel	„Mit Süßungsmitteln“ in Verbindung mit der Bezeichnung des Lebensmittels
	„Enthält Aspartam (eine Phenylalaninquelle)“ oder „Enthält eine Phenylalaninquelle“, je nachdem ob Aspartam und/oder Aspartam-Acesulfamsalz im Zutatenverzeichnis mit seiner E-Nummer oder mit seiner Bezeichnung genannt ist
	„Mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n)“ in Verbindung mit der Bezeichnung des Lebensmittels
	„kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken“ bei Lebensmitteln, die mehr als 10 Prozent Zuckeraustauschstoffe enthalten
Azofarbstoffe: Gelborange S (E 110), Chinolingelb (E 104), Azorubin (E 122), Allurarot AC (E 129), Tartrazin (E 102), Cochenillerot A (E 124)	„[Bezeichnung oder E-Nummer des Farbstoffs/der Farbstoffe]: Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen.“, an gut sichtbarer Stelle, leicht lesbar und unverwischbar. Ausnahme: Alkoholische Getränke.
Schutzgase	„Unter Schutzatmosphäre verpackt“, bei Einsatz der zugelassenen Schutzgase Helium, Sauerstoff oder Distickstoffmonoxid zur Verlängerung der Haltbarkeit
Zutaten und Inhaltstoffe	
Süßholz (d.h. Glycyrrhizinsäure oder deren Ammoniumsalz durch Zusatz der Substanz(en) selbst oder der Süßholzpflanze Glycyrrhiza glabra)	Süßwaren oder Getränke mit einer Konzentration von mind. 100 mg/kg oder 10 mg/l: „Enthält Süßholz“ im Anschluss an das Zutatenverzeichnis, sofern „Süßholz“ nicht dort oder in der Bezeichnung genannt ist. Bei fehlendem Zutatenverzeichnis erfolgt die Angabe in Verbindung mit der Bezeichnung des Lebensmittels.
	Süßwaren mit einer Konzentration von mind. 4g/kg, Getränke mit einer Konzentration von mind. 50 mg/l sowie alkoholische Getränke mit mehr als 1,2 Vol % und einer Konzentration von mind. 300 mg/l: „Enthält Süßholz – bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr dieses Erzeugnisses vermieden werden“ im Anschluss an das Zutatenverzeichnis oder wenn dies fehlt in Verbindung mit der Bezeichnung.



Kategorie	Kennzeichnungsvorschrift
Koffein	<p>Getränke, mit einem Koffeingehalt von mehr als 150 mg/Liter, sofern in ihrem Namen nicht die Begriffe „Kaffee“ oder „Tee“ vorkommen: „Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“, gefolgt von der Angabe des Koffeingehalts in mg/100 ml im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung</p> <p>Andere Lebensmittel als Getränke, denen zu physiologischen Zwecken Koffein zugesetzt wird: „Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen“, gefolgt von der Angabe des Koffeingehalts in mg/100 ml im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung. Bei Nahrungsergänzungsmitteln ist der Koffeingehalt pro empfohlener täglicher Verzehrsmenge anzugeben.</p>
Behandlungs- und Herstellungsverfahren	
Bestrahlung	<p>„Bestrahlt“ oder „Mit ionisierender Strahlung behandelt“ in Verbindung mit der Bezeichnung des Lebensmittels, wenn das Lebensmittel selbst oder Zutaten bestrahlt wurden (derzeit sind solche Produkte auf dem deutschen Markt praktisch nicht erhältlich).</p>
Auftauen	<p>„Aufgetaut“ in Verbindung mit der Bezeichnung des Lebensmittels, wenn das Produkt zwischenzeitlich tiefgefroren war, aber aufgetaut verkauft wird. Zu den Ausnahmen siehe Seite 28.</p>
Lebensmittel und Gentechnik	<p>Lebensmittel, die selbst gentechnisch verändert sind oder entsprechende Zutaten einschließlich Zusatzstoffe, enthalten (derzeit auf dem deutschen Markt nicht erhältlich):</p> <ul style="list-style-type: none"> · „Enthält gentechnisch veränderten...“ oder · „Gentechnisch verändert“ oder „aus gentechnisch verändertem ... hergestellt“, in Klammern hinter der betreffenden Zutat oder als Sternchenverweis im Zutatenverzeichnis. · Bei fehlendem Zutatenverzeichnis steht der Hinweis an gut sichtbarer Stelle. Die Kennzeichnungspflicht gilt auch, wenn die gentechnische Veränderung nicht nachweisbar ist. <p>Zufällige, technisch unvermeidbare Verunreinigungen unter 0,9 % sind nicht kennzeichnungspflichtig. Weitere Ausnahmen: Fleisch, Milch und Eier von Tieren, die mit Futtermittel gefüttert wurden, das als „gentechnisch verändert“ gekennzeichnet wurde sowie Zusatzstoffe, die mit Hilfe gentechnisch veränderter Mikroorganismen hergestellt wurden.</p>

Bio-Lebensmittel

Bio-Produkte sind am EU-Bio-Logo und der Codenummer der Kontrollstelle zu erkennen.

Die Begriffe „bio“ beziehungsweise „öko“ sind gesetzlich geschützt. Sie dürfen nur verwendet werden, wenn die Produkte die Anforderungen der EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau erfüllen. Das bedeutet, dass beispielsweise im Pflanzenbau keine leicht löslichen mineralischen Dünger und keine chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmittel eingesetzt werden. Auch für die Tierhaltung gibt es Vorschriften zur Fütterung, medizinischen Behandlung und der Aufstallung. Bei der Lebensmittelverarbeitung ist die Zahl zulässiger Lebensmittelzusatzstoffe stark eingeschränkt. Nur 50 der insgesamt rund 320 zugelassenen Zusatzstoffe sind auch für Bio-Lebensmittel erlaubt. Der Einsatz gentechnischer Verfahren ist im Biobereich nicht zulässig.

Verschiedene Kennzeichnungsvarianten

Die Vorschriften zur Kennzeichnung von Bio-Produkten finden sich in den EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau.

Die Bio-Kennzeichnung im Überblick	
Kennzeichnung	Bedingung
Uneingeschränkte Werbung mit „Bio“ oder „Öko“	Grundsätzlich müssen 100 % der Zutaten landwirtschaftlichen Ursprungs aus dem ökologischen Landbau stammen. Im Rahmen von streng geregelten Ausnahmen dürfen bis zu 5 % der Zutaten in konventioneller Qualität verwendet werden, wenn es sie nicht in Bio-Qualität gibt. Wasser und Salz zählen nicht dazu, Hefe sowie einige Zusatzstoffe wie Lecithin schon. Zusatzstoffe für Bio-Lebensmittel müssen in der entsprechenden Verordnung aufgelistet sein.
Bei Erzeugnissen aus Jagd und Fischerei* (Wildfang) ist eine Bio-Auslobung nicht möglich, aber ein Verweis bei den weiteren Zutaten auf „bio“ im Sichtfeld der Bezeichnung und im Zutatenverzeichnis	Die Hauptzutat stammt aus Jagd oder Wildfang und die weiteren Zutaten aus Bio-Landwirtschaft. Der Gesamtanteil an ökologischen Zutaten muss in Prozent gekennzeichnet werden. Es sind nur Zusatzstoffe erlaubt, die für Bio-Lebensmittel gelistet sind.
Kennzeichnung einzelner Bio-Zutaten nur im Zutatenverzeichnis	Dieselbe Zutat darf nicht in bio- und nicht-bio-Qualität verwendet werden. Der Gesamtanteil ökologischer Zutaten muss in Prozent angegeben werden. Es sind nur Zusatzstoffe erlaubt, die für Bio-Lebensmittel gelistet sind.
*Fisch aus ökologischer Aquakultur darf Bio-Fisch genannt werden.	

Ist wirklich „bio“ drin, wo „bio“ drauf steht?

Die Herstellung von Bio-Lebensmitteln wird auf allen Produktionsstufen überwacht, beim Landwirt ebenso wie in der Verarbeitung oder im Handel. In Deutschland wird diese Aufgabe von staatlich zugelassenen Öko-Kontrollstellen wahrgenommen. Sie überprüfen risikoorientiert, mindestens aber einmal jährlich, ob ein Betrieb oder Unternehmen die Anforderungen der EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau erfüllt. Der Hinweis dafür, dass es sich bei einem Lebensmittel um ein kontrolliertes Bio-Produkt handelt, ist das EU-Bio-Logo und die Codenummer der Öko-Kontrollstelle, etwa „DE-ÖKO-123“. Die drei Ziffern stehen für die zuständige Kontrollstelle. Sie muss auf den Produktetiketten verpackter Ware angegeben sein.

„Bio“ bedeutet: 100 Prozent Bio

Bio-Lebensmittel bestehen fast immer zu 100 % aus Zutaten des ökologischen Landbaus. Wasser, Salz und bestimmte Zusatzstoffe gelten nicht als landwirtschaftliche Zutaten. Es dürfen generell nur diejenigen Zusatzstoffe verwendet werden, die in der entsprechenden Verordnung gelistet sind.

Folgende Angaben sollten nicht mit „Bio-Qualität“ verwechselt werden:

- Integrierte Produktion
- Regionale Erzeugung
- Umweltschonender Anbau
- Naturnah
- Vertragsanbau
- Kontrollierter Anbau
- Spritzmittelfrei
- Rückstandskontrolliert





Das EU-Bio-Logo



Vorverpackte Bio-Lebensmittel, die innerhalb der EU erzeugt wurden oder in der EU einen Verarbeitungsschritt durchlaufen haben, müssen das EU-Bio-Logo und die Kontrollstellenummer tragen. Zusätzlich muss die Herkunft des Erzeugnisses angegeben werden: Es wird unterschieden zwischen „EU-Herkunft“, „Nicht-EU-Herkunft“ und „EU-/Nicht-EU-Herkunft“. Bio-Lebensmittel aus Drittländern dürfen das EU-Bio-Logo mit entsprechender Herkunftsangabe ebenfalls tragen. Das deutsche sechseckige Bio-Siegel, die Bio-Zeichen der Anbauverbände und Handelsmarken dürfen zusätzlich verwendet werden. Für Lebensmittel, die nur einzelne Bio-Zutaten enthalten, ist die Verwendung der Logos nicht erlaubt (siehe auch Tabelle S. 48).

Verbandszeichen

Viele Öko-Betriebe in Deutschland sind in Anbauverbänden organisiert. Daher tragen viele Bio-Produkte auch ein Verbandszeichen

wie Bioland oder Demeter. Bio-Verbände besitzen eigene privatrechtliche Standards, deren Anforderungen in einzelnen Punkten über die Anforderungen der EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau hinausgehen. So schränken viele Anbauverbände die Verwendung von Zusatzstoffen noch weiter ein. Die Einhaltung der Richtlinien wird vom jeweiligen Verband kontrolliert oder von einer Kontrollstelle. Die Verbände leisten darüber hinaus einen wichtigen Beitrag zur Verbreitung, Innovation und Weiterentwicklung des ökologischen Landbaus. Solche Anbauverbände gibt es weltweit, etwa „AIAB“ in Italien.

Warenzeichen und Handelsmarken

Viele Supermarktketten haben in den letzten Jahren eigene Marken für Bio-Lebensmittel entwickelt. Dazu gehören zum Beispiel „REWE Bio“ oder „EDEKA-Bio“, „BioBio“ von Netto. Auch die Discounter Lidl und Aldi haben eigene Bio-Marken. Bio-Produkte von Reformwarenerstellern tragen ein grünes Blatt mit der Aufschrift „Bio“. Diese Produkte müssen nicht unbedingt aus Europa stammen, sie müssen aber ebenfalls die EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau erfüllen. Unter dem Verzeichnis der zertifizierten Unternehmen des ökologischen Landbaus (www.bioc.info) findet man regionale Bio-Betriebe.

Ein Verzeichnis der Bio-Betriebe und Unternehmen in Ihrer Region finden Sie unter www.bioc.info.

Label ökologischer Anbauverbände (Auswahl).
Mehr dazu unter www.label-online.de



Nahrungsergänzungsmittel – Nährstoffe für Gesunde

Nahrungsergänzungsmittel sehen Arzneimitteln häufig ähnlich, sind aber Lebensmittel, die in dosierter Form angeboten werden, meist als Tabletten, Kapseln oder auch als Pulver oder Flüssigkeit. Sie sollen die Ernährung von Gesunden lediglich ergänzen. Dafür enthalten sie Vitamine und Mineralstoffe oder andere Stoffe wie sekundäre Pflanzenstoffe. Aus der Tatsache, dass ein Nahrungsergänzungsmittel im Handel ist, können Käufer jedoch nicht schließen, dass es sich um ein sinn- oder wertvolles Lebensmittel handelt. Grundvoraussetzung für die Verkehrsfähigkeit der Produkte ist lediglich, dass die Stoffe in der empfohlenen Tagesverzehrmenge nicht gesundheitsschädlich sind. Die Verantwortung für die Einhaltung der lebensmittelrechtlichen Anforderungen trägt der Hersteller oder Importeur. Nahrungsergänzungsmittel benötigen keine Zulassung, sie müssen aber beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit, BVL, angezeigt werden. Das BVL leitet diese Anzeigen an die Überwachungsbehörden der Länder weiter, die ihrerseits die Einhaltung der lebensmittelrechtlichen Vorschriften überprüfen.



Hinweise auf krankheitenheilende oder schlankmachende Wirkungen oder die Behauptung, Deutschland sei ein „Vitaminmangel-Land“ und eine ausgewogene Ernährung sei nur mit Hilfe von Nahrungsergänzungsmitteln möglich, sind Verstöße gegen das gesetzliche Täuschungsverbot und das Verbot krankheitsbezogener Werbung. Die Ahndung solcher Verstöße erweist sich jedoch besonders beim Internet- und Versandhandel (Fernabsatz) als schwierig. Im Juli 2013 wurde daher für die Überwachung des Internethandels die Zentralstelle der Bundesländer „G@ZIELT“ eingerichtet. Die Überwachungsbehörden raten zu besonderer Vorsicht bei Produkten, die über das Internet oder über Postwurfsendungen vertrieben werden.

Für Nahrungsergänzungsmittel gelten grundsätzlich dieselben Kennzeichnungsvorschriften wie für alle übrigen vorverpackten Lebensmittel. Sie müssen die übliche Grundkennzeichnung tragen, wie Herstellerangabe, Füllmenge, Losnummer, Zutatenliste und Mindesthaltbarkeitsdatum. Zusätzlich sind folgende Hinweise vorgeschrieben:

- die Bezeichnung „Nahrungsergänzungsmittel“,
- die Nährstoffe und sonstigen Stoffe, die im Produkt enthalten und für dieses kennzeichnend sind,
- die empfohlene tägliche Verzehrmenge in Portionen des Erzeugnisses,
- ein Warnhinweis, dass die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge nicht überschritten werden darf,
- ein Hinweis darauf, dass Nahrungsergänzungsmittel nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden sollten,
- ein Hinweis darauf, dass die Produkte außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern sind.

Enthält ein Nahrungsergänzungsmittel Vitamine und Mineralstoffe, dann muss außerdem auf der Verpackung stehen, wie viel Prozent der Referenzmenge durch eine Portion gedeckt werden. Es müssen stets mindestens 15 Prozent dieser Menge enthalten sein.

Phytosterinangereicherte Lebensmittel – ein Beispiel für Novel Food

Lebensmittel mit Phytosterinzusätzen können für Personen mit überhöhtem Cholesterinspiegel sinnvoll sein. Für gesunde Verbraucher sind sie nicht geeignet.

Phytosterinangereicherte Produkte sind die bekanntesten Vertreter der Gruppe der „Neuartigen Lebensmittel“, auch Novel Food genannt. Darunter versteht man Lebensmittel, die in der EU vor dem 15. Mai 1997 noch nicht in nennenswerten Mengen verzehrt wurden und die unter eine bestimmte Lebensmittelkategorie fallen, die in der Novel Food-Verordnung genauer beschrieben wird. Solche Produkte müssen ein aufwändiges Zulassungsverfahren durchlaufen, um mögliche Gesundheitsrisiken zu vermeiden. Weitere Beispiele für Novel Food sind Noni-Saft, Algenöl oder Lebensmittel, die aus technisch hergestellten Nanomaterialien bestehen.

Lebensmittel mit Phytosterinen gibt es beispielsweise als Streichfett im Handel. Phytosterine können in einer bestimmten Konzentration einen Beitrag zur Senkung eines erhöhten Cholesterinspiegels leisten, sie können aber auch Nebenwirkungen haben, daher gelten erweiterte Kennzeichnungspflichten:

- der Hinweis „mit zugesetzten Pflanzensterinen/-stanolen“ im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung,
- die Menge der Zusätze in % oder g/100 g bzw. ml im Zutatenverzeichnis,



Frage zum Thema: Wo liegt der Unterschied zwischen Functional Food und Novel Food?

Antwort: Manche Lebensmittel sind beides, also sowohl ein funktionelles als auch ein neuartiges Lebensmittel, sprich „Novel Food“, zum Beispiel Produkte mit Phytosterinen. Sie brauchen eine Zulassung nach der Novel-Food- Verordnung. Der Begriff „Functional Food“ hingegen ist rechtlich nicht definiert, sondern eine wissenschaftliche Beschreibung einer Produktgruppe. Als „functional“ – oder zu Deutsch funktionell – werden Lebensmittel bezeichnet, die über ihren ernährungsphysiologischen Nutzen hinaus einen positiven Einfluss auf die Gesundheit haben. Dies ist bei Margarine mit Phytosterinen der Fall. Es gibt aber auch funktionelle Lebensmittel wie Probiotika, die nicht Novel Food sind, weil sie keine neuartigen Zutaten enthalten. (MG)

- der Hinweis „Das Erzeugnis ist nicht für Personen bestimmt, die ihren Cholesterinspiegel im Blut nicht zu kontrollieren brauchen“ und – im selben Sichtfeld – dass die Aufnahme von mehr als 3 g/Tag an zugesetzten Pflanzensterinen vermieden werden sollte,
- dass Patienten, die Arzneimittel zur Senkung des Cholesterinspiegels einnehmen, das Erzeugnis nur unter ärztlicher Aufsicht zu sich nehmen sollten,
- dass das Erzeugnis für schwangere und stillende Frauen sowie für Kinder unter fünf Jahren möglicherweise nicht geeignet ist,
- die Empfehlung, dass das Erzeugnis als Bestandteil einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung zu verwenden ist, zu der auch der regelmäßige Verzehr von Obst und Gemüse zur Aufrechterhaltung des Carotinoid-Spiegels zählt,
- die Definition einer Portionsgröße unter Angabe der Menge an Pflanzensterinen, die darin enthalten ist.

Phytosterinhaltige Lebensmittel können bei regelmäßigem Verzehr den beta-Carotin-Spiegel im Blut verringern.

Außerdem müssen nach der Health-Claims-Verordnung folgende Angaben auf den Verpackungen stehen (s. a. Seite 62):

- die tägliche Aufnahmemenge an Pflanzensterinen, die erforderlich ist, um eine gesundheitliche Wirkung zu erzielen,
- die Spannweite der Wirkung in Prozent, die Dauer, bis die Wirkung eintritt (2 bis 3 Wochen) und der Hinweis „Ein hoher Cholesterinwert gehört zu den Risikofaktoren für die koronare Herzerkrankung.“

Spezialvorschriften für ausgewählte Produktgruppen

Produktspezifische Vorschriften – vom Ei bis zum Babybrei

Neben den Kennzeichnungsvorschriften, die für alle vorverpackten Lebensmittel gelten, gibt es viele produktspezifische Regelungen. Hier einige Beispiele:

Das Fett im Käse

Bei Käse muss stets die Fettgehaltsstufe angegeben werden, zum Beispiel Doppelrahm-, Vollfettstufe oder der Fettgehalt in

der Trockenmasse (Fett i. Tr.). Diese Regelung wurde eingeführt, weil Käse bei der Lagerung Feuchtigkeit abgibt. Durch den Feuchtigkeitsverlust steigt der absolute Fettgehalt im Käse an. Um zu verhindern, dass bei Käse mit zunehmender Reife ständig der absolute Fettgehalt neu ermittelt und gekennzeichnet werden muss, wurde die Angabe des Fettgehaltes in der Trockenmasse verpflichtend, auch wenn diese Information für

Fettgehaltsstufen von Käse

- Magerstufe < 10 % Fett i. Tr.
- Viertelfettstufe 10 bis 19 % Fett i. Tr.
- Halbfettstufe 20 bis 29 % Fett i. Tr.
- Dreiviertelfettstufe 30 bis 39 % Fett i. Tr.
- Fettstufe 40 bis 44 % Fett i. Tr.
- Vollfettstufe 45 bis 49 % Fett i. Tr.
- Rahmstufe 50 bis 59 % Fett i. Tr.
- Doppelrahmstufe 60 bis 85 % Fett i. Tr.



Verbraucher nicht sonderlich aussagekräftig ist. Grob geschätzt beträgt der absolute Fettgehalt im Käse etwa die Hälfte des Fettgehalts in der Trockenmasse – bei „trockenerem“ Hartkäse etwas mehr, bei Frischkäse – wegen des höheren Wassergehaltes – etwas weniger. Ein Camembert mit 30 Prozent Fett i. Tr. enthält also rund 15 Prozent Fett absolut. Der Fettgehalt im feuchten Käse ergibt sich aus der Nährwerttabelle.

Das Fleisch in der Wurst

Bei Fleischerzeugnissen muss in der Zutatenliste angegeben werden, von welcher Tierart das verwendete Fleisch stammt. Auch der Begriff „Fleisch“ ist genau definiert: Steht in der Zutatenliste „Schweinefleisch“, dürfen nur 30 Prozent Fett und 25 Prozent Bindegewebe enthalten sein, bei Kaninchenfleisch liegen die Grenzen bei 15 Prozent Fett und 10 Prozent Bindegewebe. Fleisch von anderen Säugetieren als Schwein und Kaninchen darf jeweils bis zu 25 Prozent Fett und Bindegewebe aufweisen. Sobald mehr Fett oder Innereien enthalten sind, müssen diese Bestandteile in der Zutatenliste gesondert aufgeführt werden.

Eier geben Auskunft

Bei Eiern ist die Kennzeichnung so geregelt:

- Auf dem Ei steht der Erzeuger-Code; dieser Stempel enthält an erster Stelle eine Zahl für das Haltungssystem: 0 = ökologische Erzeugung (immer Freiland), 1 = Freilandhaltung, 2 = Bodenhaltung, 3 = Käfighaltung, danach folgt das Kürzel für den Erzeugerstaat, zum Beispiel DE für Deutschland sowie eine Zahlenkombination für den Legebetrieb.
- Auf der Verpackung muss neben der Bezeichnung wie „Frische Eier“, die Güte- und Gewichtsklasse, Angabe der Haltungsform, Name, Anschrift und Kennnummer der Packstelle stehen sowie das Mindesthaltbarkeitsdatum und der „Verbraucherhinweis: bei Kühlschranktemperatur aufbewahren – nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums durcherhitzen“ und die Anzahl der Eier in der Packung.

Öle – was ist kalt gepresst, was nativ?

Es gibt verschiedene Verfahren der Ölgewinnung, die sich auch auf die Kennzeichnung und die Verwendung von Speiseölen auswirken:

- **Herkömmliche Öle** wie Pflanzenöl, Speiseöl, Tafelöl, Salatöl ohne den Hinweis „nativ“ oder „kalt gepresst“ werden durch Extraktion mit anschließender Raffination gewonnen. Sie sind meist geruchsneutral und vielseitig verwendbar, auch bei hohen Temperaturen. Ausnahmen sind Öle mit hohem Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren wie Distelöl und Leinöl. Sie dürfen nicht hocherhitzt werden.
- **Native** Speisefette und -öle werden aus nicht vorgewärmter Rohware durch Pressen ohne Wärmezufuhr oder durch andere schonende mechanische Verfahren gewonnen.
- **Nicht raffinierte** Speisefette und Öle werden ebenfalls durch schonende mechanische Verfahren gewonnen, sie dürfen aber zusätzlich mit Wasserdampf behandelt und getrocknet werden. Tragen native oder nicht raffinierte Öle zusätzlich die Bezeichnung „**kalt gepresst**“ oder „**aus erster Pressung**“, so werden sie mit besonderer Sorgfalt bei der Auswahl der Rohstoffe durch Pressen ohne Wärmezufuhr unter möglichst schonenden Bedingungen gewonnen.

Öle mit dem Hinweis „nativ“, „nicht raffiniert“ oder mit der Qualitätsbezeichnung „kalt gepresst“ weisen im Gegensatz zu raffinierten Speiseölen ein arteigenes Aroma und einen deutlichen, artspezifischen Saat- oder Fruchtgeschmack auf. Sie sollten bevorzugt in der kalten Küche oder zum Dünsten verwendet werden. Für Olivenöl gelten besondere Kennzeichnungsbestimmungen (siehe S. 59).

Weitere Kennzeichnungsbestimmungen:

- Wird ein Pflanzenöl oder -fett als „rein“ bezeichnet – zum Beispiel „reines Pflanzenöl“ oder „reines Sonnenblumenöl“ –, dann muss es zu 100 Prozent aus dem genannten Rohstoff bestehen. Ansonsten darf es herstellungsbedingt bis zu drei Prozent Speiseöle oder -fette anderer Herkunft enthalten.
- Speiseöle mit einem Hinweis auf einen „hohen Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren“ müssen zu mindestens 45 Prozent mehrfach ungesättigte Fettsäuren enthalten.



Olivenöl ist in drei unterschiedlichen Qualitäten im Handel erhältlich. Diese Güteklassen müssen ergänzend zur Bezeichnung auf dem Etikett erläutert werden:

- „Natives Olivenöl extra“ ist das beste und wertvollste Olivenöl. Es dürfen keine Fehlattribute vorhanden sein. Es muss den Hinweis „erste Güteklasse – direkt aus Oliven, ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen“ tragen.
- „Natives Olivenöl“ entspricht weitgehend dem Olivenöl erster Güteklasse, darf aber minimale Fehlattribute aufweisen. Hier ist der Hinweis „direkt aus Oliven, ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen“.
- Mischungen aus raffiniertem und nativem Olivenöl tragen den Hinweis „enthält ausschließlich raffiniertes Olivenöl und direkt aus Oliven gewonnenes Öl“.

Olivenöl muss einen Hinweis zu seinen besonderen Aufbewahrungsbedingungen auf dem Etikett tragen (Schutz vor Licht und Wärme). Bei nativem Olivenölen extra und nativem Olivenöl ist die Herkunftsangabe Pflicht. Das gilt auch für Mischungen dieser Öle aus mehreren EU-Staaten und/oder Nicht-EU-Staaten. Zusätzlich darf das Erntejahr angegeben werden, sofern die Ernte zu 100 Prozent aus dem genannten Jahr stammt.

Obst und Gemüse

Mehr unter
www.ble.de,
Suchwort
„Normen“

Für frisches Obst und Gemüse gelten – mit wenigen Ausnahmen (z. B. Ingwer, Kartoffeln und andere stärkehaltige Knollen) – in der Europäischen Union Vermarktungsnormen (siehe auch S. 85). Die allgemeine Vermarktungsnorm fordert, dass Obst und Gemüse nur verkauft werden darf, wenn es in einwandfreiem Zustand, unverfälscht und von vermarktbarer Qualität ist. Die Vorverpackungen mit normpflichtigem Obst und Gemüse müssen diese Angabe tragen:

- Ursprungsland, in dem das Produkt geerntet wurde.

Falls das Erzeugnis einer speziellen Vermarktungsnorm unterliegt oder eine UNECE-Norm angewandt wird, müssen zusätzlich diese Angaben gemacht werden:

- Klasse (Extra, I oder II) soweit es die jeweilige Norm vorsieht,
- Sorte oder Handelstyp, z. B. bei Äpfeln, Orangen, Birnen und Tafeltrauben,
- Größenangabe.

Bei Zitrusfrüchten muss zusätzlich die Angabe der Konservierungsmittel oder sonstigen chemischen Stoffe erfolgen, die verwendet

wurden, um das Obst nach der Ernte zu behandeln. Bei Äpfeln, Birnen und Melonen muss das Wachsen gekennzeichnet werden. Auch allergene Zutaten müssen gekennzeichnet werden, beispielsweise bei Suppengrün mit dem Hinweis „enthält Sellerie“.



Baby- und Kleinkindkost

Lebensmittel, die speziell für Säuglinge beziehungsweise für Kinder bis zu drei Jahren bestimmt sind, müssen besondere Anforderungen in Bezug auf ihre Zusammensetzung, Schadstofffreiheit und Kennzeichnung erfüllen. Es gibt beispielsweise

- **Säuglingsanfangsnahrungen:** Sie decken den vollständigen Nährstoffbedarf eines gesunden Säuglings in den ersten Lebensmonaten bis zur Einführung von angemessener Beikost.
- **Folgenahrungen:** Sie sind für die besondere Ernährung von Säuglingen ab Einführung einer angemessenen Beikost bestimmt und stellen den größten flüssigen Anteil einer nach und nach abwechslungsreicheren Kost für diese Säuglinge dar.
- **Beikost für Kleinkinder:** Es handelt sich um Lebensmittel, die den besonderen Ernährungsanforderungen gesunder Säuglinge und Kleinkinder bis zum Alter von drei Jahren entsprechen und die zur Ernährung von Säuglingen während der Entwöhnungsperiode und zur Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern während der allmählichen Umstellung auf normale Kost bestimmt sind.

In der Werbung darf nicht der Eindruck entstehen, Flaschennahrung sei der Muttermilch gleichwertig oder gar überlegen. Säuglingsanfangsnahrung muss daher ergänzend zur allgemeinen Pflichtkennzeichnung einen gut sichtbaren Hinweis auf die Überlegenheit des Stillens gegenüber Flaschennahrung tragen. Diesem ist das Wort „wichtig“ voranzustellen. Es sind außerdem Erläuterungen zur Zubereitung, zu Verzehrsmengen und Entsorgung zubereiteter Säuglingsanfangsnahrungen vorgeschrieben.



Werbung und Wahrheit: Vorschriften für freiwillige Angaben

Die europäische Verordnung für gesundheits- und nährwertbezogene Angaben, die sogenannte Health-Claims-Verordnung, regelt, unter welchen Voraussetzungen Hersteller mit einem besonderen Nährwert werben dürfen bzw. unter welchen Bedingungen Gesundheitswerbung zulässig ist. Werbeaussagen zu Wellness hingegen fallen nicht unter die Health-Claims-Verordnung.



Werbung und Wahrheit: Vorschriften für freiwillige Angaben

Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben

Informationen
über zugelassene
oder abgelehnte
Claims finden
Sie unter [http://
ec.europa.eu/
nuhclaims/](http://ec.europa.eu/nuhclaims/)



Gesundheitsangaben für Lebensmittel – Health Claims

Lebensmittel liefern Nährstoffe, Kalorien, Ballaststoffe, Geschmacks- und Aromastoffe, sie wirken aber auch auf die Gesundheit. Vitamin C beispielsweise spielt eine wichtige Rolle im Immunsystem. Will nun der Hersteller eines Vitamin-C-haltigen Lebensmittels mit den gesundheitsförderlichen Wirkungen von Vitamin C auf seinem Produkt werben, dann ist dies nur möglich, wenn drei Voraussetzungen erfüllt sind:

- Die Aussage darf nicht irreführen, das heißt sie darf keine falschen Erwartungen wecken.
- Die gesundheitliche Wirkung muss durch wissenschaftliche Studien belegt sein, von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) überprüft und von der EU-Kommission zugelassen worden sein. Gesundheitsangaben, die das EU-Zulassungsverfahren nicht bestanden haben, sind für Lebensmittel verboten.
- Krankheitsbezogene Angaben, also Versprechungen in Bezug auf die Heilung, Linderung oder Verhütung von Krankheiten sind nicht erlaubt, denn Lebensmittel sind keine Arzneimittel. Die Aussage „Vitamin C schützt vor Husten“ wäre also unzulässig, gleich ob sie stimmt oder nicht.



Wussten Sie...
dass unsere
Omega 3-Fischstäbchen...
eine reiche Quelle von Omega 3 sind?
Die Omega 3-Fettsäure DHA hat viele positive Wirkungen
auf unseren Körper:

GEPRÜFT
Dieses Produkt ist ernährungs-
wissenschaftlich wertvoll.

UNTERSTÜTZT
UNSERE
GEHIRNFUNKTION

GUT FÜR
UNSERE AUGEN

REICHE
QUELLE
Omega 3

Unser Körper kann Omega 3-Fettsäuren nicht ausreichend selbst bilden. Daher müssen wir sie mit der Nahrung zu uns nehmen. Besonders wertvoll sind die in Fisch vorkommenden marinen Omega 3-Fettsäuren. Ernährungsexperten empfehlen deshalb 1–2 Fischportionen pro Woche. Eine Portion sind zum Beispiel fünf Omega 3-Fischstäbchen. Omega 3-Fischstäbchen unterstützen so eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung, die ebenso wichtig ist wie eine gesunde Lebensweise.

Im Gestrüpp der Zulassungsverfahren

Die Regel „Erlaubt sind nur Angaben, die zugelassen wurden“ klingt einfach. Doch ihre praktische Umsetzung ist schwierig: Noch immer steckt die EFSA mitten im Prozess der wissenschaftlichen Bewertung. Rund 250 Gesundheitsangaben wurden bislang zugelassen, rund 1.500 Anträge abgelehnt. Weitere 2.000 Anträge liegen ihr noch zur Prüfung vor, viele davon beziehen sich auf Wirkungen nicht-standardisierter Extrakte beispielsweise aus Soja, Artischocke und anderen Pflanzen sowie Probiotika. Das erschwert eine einheitliche Prüfung und erklärt – neben der unerwartet hohen Anzahl eingegangener Anträge – auch die Verzögerungen im Verfahren. Denn eigentlich sollte die Liste der zugelassenen Gesundheitsangaben längst fertig sein.

Health Claims in der Kritik

Unter den gesetzlich zugelassenen Gesundheitsangaben befinden sich Hinweise wie: „Weizenkleie trägt zur Erhöhung des Stuhlvolumens bei“, „Kupfer unterstützt den normalen Eisentransport im Blut“ oder „Zink trägt zur Erhaltung normaler Haare bei“. Auf den Verpackungen werben die Hersteller dann mit Aussagen wie „Weizenkleie unterstützt die Verdauung“ oder „normales Haar, Zink sei Dank“. Was genau „normales Haar“ oder „normaler Eisentransport“ bedeutet, wie Verbraucher diese Aussagen tatsächlich verstehen, und welche Rückschlüsse sie auf den allgemeinen Gesundheitswert des gesamten Produktes ziehen, das steht auf einem anderen Blatt.

Die Liste zugelassener Gesundheitsangaben wird in der VO (EU) Nr. 432/2012 laufend fortgeschrieben.

Ungeregelt ist bislang auch die Frage, ob Lebensmittel, die zum Beispiel reich an Zucker, Salz oder Fett sind, mit Gesundheitsangaben werben dürfen. Bislang gibt es keine Mindestanforderungen an die Nährwertprofile von Lebensmitteln mit Nährwert- und Gesundheitsangaben. Das heißt, auch Produkte mit hohem Zucker- oder Fettgehalt dürfen Gesundheitsangaben tragen. Derzeit sind also Hinweise wie „Zink trägt zur Erhaltung normaler Haare bei“ auch auf angereicherten Bonbons oder Keksen zulässig.

Lebensmittel, die mit Gesundheitsangaben beworben werden, müssen folgende Hinweise tragen:

- Angaben zur Menge des Lebensmittels, die verzehrt werden muss, um die positive Wirkung zu erzielen,
- einen Hinweis zur Bedeutung einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung und einer gesunden Lebensweise,
- gegebenenfalls müssen Personengruppen benannt werden, für die das Lebensmittel ungeeignet ist,
- einen Warnhinweis bei Produkten, deren übermäßiger Verzehr eine Gesundheitsgefahr darstellen könnte.

Nährwertbezogene Angaben – was heißt eigentlich fettarm?

Nährwertbezogene Angaben wie „zuckerfrei“, „energiereduziert“ oder „reich an ungesättigten Fettsäuren“ verleihen Lebensmitteln ein positives Image in Bezug auf ihren Nährwert. Deshalb gelten auch für sie spezielle Regelungen: Sie dürfen nur verwendet werden, wenn sie im Anhang der Health-Claims-Verordnung definiert sind und die dort festgelegten Anforderungen erfüllen. Die Aussage „fettarm“ setzt beispielsweise voraus, dass feste Lebensmittel nicht mehr als 3 Gramm Fett pro 100 Gramm enthalten.

**Zulässig ist nur, was in der
Verordnung steht**

Nicht zugelassene nährwertbezogene Angaben sind verboten. So sind Aussagen über einen niedrigen Cholesteringehalt derzeit nicht zulässig.



frei-von-Werbung

„Clean labeling“ ist in: Hersteller werben gerne damit, dass bestimmte negativ klingende Bestandteile in ihren Produkten nicht enthalten sind. Dazu gehören Hinweise wie „ohne Zusatzstoffe“, „ohne Zusatz von Zucker“, „glutenfrei“ oder „ohne Gentechnik“. Für diese „frei-von-Werbung“ gibt es keine einheitliche gesetzliche Bestimmung, denn es handelt sich um ganz unterschiedliche Angaben, die auch unterschiedlichen gesetzlichen Regelungen unterliegen. Grundsätzlich gilt auch in diesem Fall: Die Aussagen dürfen nicht in die Irre führen und es darf keine Werbung mit Selbstverständlichkeiten sein.



„zuckerfrei“ und „Ohne Zuckerzusatz“ sind zwei Paar Schuhe

Die Angabe „zuckerfrei“ darf verwendet werden, wenn ein Lebensmittel höchstens 0,5 Gramm Zucker pro 100 Gramm beziehungsweise Milliliter enthält. Das regelt die Health-Claims-Verordnung.

Sie bestimmt auch, wann „Ohne Zuckerzusatz“ auf der Packung stehen darf.

„Ohne Zuckerzusatz“ heißt nicht frei von Zucker. Denn viele Lebensmittel enthalten von Natur aus Zucker. Dieser Zusatzhinweis ist nicht verpflichtend. Der Hinweis „ohne Zuckerzusatz laut Gesetz“ bedeutet, dass „laut Gesetz“ auch keinem vergleichbaren Produkt Zucker zugesetzt werden darf.

Soja Drink Natur

„laktosefrei“: Nur bei Milchprodukten eindeutig

Der Hinweis „laktosefrei“ ist gesetzlich nicht geregelt. Die amtliche Überwachung akzeptiert die Angabe in der Regel, wenn ein Lebensmittel nicht mehr als 10 Milligramm Laktose pro 100 Gramm beziehungsweise Milliliter enthält. Für laktosefreie Milchprodukte allerdings gelten Spezialregelungen: Sie müssen vor der Markteinführung genehmigt werden und dürfen nicht mehr als 100 Milligramm Laktose pro 100 Milliliter enthalten.

rein pflanzlich
laktosefrei*
glutenfrei*

„glutenfrei“: gesetzlich klar geregelt

Wer an Zöliakie, einer chronischen Entzündung der Darmschleimhaut, erkrankt ist, braucht glutenfreie Lebensmittel. Hilfreich ist der Hinweis „glutenfrei“, der nur auf die Packung darf, wenn das Produkt nicht mehr 20 Milligramm Gluten pro Kilogramm enthält. Ursprünglich stand er nur auf Produkten, die aufgrund einer speziellen Rezeptur glutenfrei waren. Mittlerweile findet er sich allerdings auch auf vielen Lebensmitteln, die natürlicherweise kein Gluten enthalten, wie Käse oder Reiscracker. Eine Selbstverständlichkeit also, die nicht besonders hervorgehoben beworben werden darf.

„alkoholfrei“: Im Wein liegt fast die Wahrheit

Als „alkoholfrei“ bezeichneter Wein darf laut Gesetz bis zu 0,5 Volumenprozent Alkohol enthalten. Für alkoholfreies Bier gibt es keinen verbindlichen Grenzwert. Die amtliche Überwachung toleriert hier denselben Wert wie beim Wein, denn aus technologischen Gründen verbleiben in der Regel minimale Alkoholmengen im Getränk. Übrigens: Auch Obst- und Gemüsesäfte oder alkoholfreie Erfrischungsgetränke können wegen natürlicher Gärungsprozesse minimale Mengen Alkohol enthalten.

„ohne Farbstoffe“ und Co.: viel Wildwuchs, wenig Klarheit

Auf vielen Verpackungen finden sich auch Hinweise auf den Verzicht auf Konservierungsstoffe, Farbstoffe und Geschmacksverstärker. Dabei werden die gesetzlichen Grenzen mitunter weit ausgereizt: So ist beispielsweise der Zusatz von Konservierungs- oder Farbstoffen bei Produkten wie Fruchtsäften oder Konfitüren ohnehin verboten. Werbung mit Selbstverständlichkeiten ist auch nicht uneingeschränkt zulässig. Daher nutzen manche Hersteller Hinweise wie „ohne Farbstoffe, laut Gesetz“ und versuchen auf diese Weise dem Vorwurf zu entgehen, dass sie Selbstverständlichkeiten werblich hervorheben.

„ohne Gentechnik“: eine Regelung mit Ausnahmen

„ohne Gentechnik“-Lebensmittel dürfen ein besonderes nationales Logo tragen. Eine Liste zertifizierter Produkte finden Sie unter <http://www.ohnegentechnik.org/>.





Die Angabe „ohne Gentechnik“ darf nur unter bestimmten Voraussetzungen verwendet werden. Eine alternative Formulierung, etwa „gentechnikfrei“, ist nicht erlaubt. Je nachdem, ob ein Lebensmittel tierischen Ursprungs ist oder nicht, gelten unterschiedliche Anforderungen:

- Zur Erzeugung von Lebensmitteln tierischen Ursprungs wie Fleisch, Eier oder Käse sind Futtermittel, die als „gentechnisch verändert“ gekennzeichnet sind, verboten. Das Verbot gilt je nach Tierart für bestimmte Zeiträume des Lebenszyklus. Futtermittelzusätze wie Vitamine dürfen aber mithilfe gentechnisch veränderter Organismen (GVO) hergestellt werden. Gentechnisch hergestellte Impfstoffe dürfen ebenfalls verwendet werden.
- Für die Erzeugung von Lebensmitteln nicht-tierischen Ursprungs dürfen keine Zutaten oder Zusatzstoffe verwendet werden, die mithilfe von GMO hergestellt wurden.

Generell gilt: Steht die Angabe „ohne Gentechnik“ auf dem Etikett, dürfen keine GMO-Verunreinigungen nachweisbar sein.



Allgemeine Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln

- Preisangabe
- Lebensmittelzusatzstoffe
- Allergeninformationen



Allgemeine Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln



Auf dem Wochenmarkt oder in der Obst- und Gemüseabteilung, beim Bäcker und Metzger, an der Käse- oder Bonbontheke, in der Kantine und im Restaurant werden Lebensmittel unverpackt angeboten. Auch diese sogenannte lose Ware unterliegt Kennzeichnungsvorschriften. Sie sind jedoch weniger streng, da Informationen über ein Verkaufsgespräch weitergegeben werden können. Die Angabe einer Produktbezeichnung ist nicht vorgeschrieben, sie wird aber in den meisten Fällen trotzdem ausgewiesen. Auch bei loser Ware gilt: Täuschende Bezeichnungen und Angaben sind verboten.

Preisangabe

Die Angabe von Endpreis und Grundpreis des Produktes pro Maßeinheit wie Kilogramm oder Liter sind verpflichtend. Wenn die Ware auf Wunsch des Kunden abgewogen oder abgemessen wird, beispielsweise an der Käsetheke, reicht die Angabe des Grundpreises. Entfallen kann der Grundpreis, wenn die Ware pro Stück abgegeben wird oder der Endpreis identisch mit dem Grundpreis ist. Die Angaben müssen gut sichtbar, in leicht lesbarer und unverwischbarer Schrift gemacht werden, zum Beispiel auf einem Schild neben der Ware.



Lebensmittelzusatzstoffe

Wenn unverpackt angebotene Lebensmittel Zusatzstoffe enthalten, müssen diese kenntlich gemacht werden – mehr oder weniger ausführlich. Diese Pflicht gilt etwa in Bäckereien oder Fleischereien genauso wie in der Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung. Es kann zwischen zwei Kenntlichmachungsvarianten gewählt werden:

- **Kenntlichmachung in Kurzform:** Wird direkt mit einem Schild neben der Ware auf die Zusatzstoffe hingewiesen, müssen nur bestimmte Stoffe mit ihrem Klassennamen, also ihrem Verwendungszweck, deklariert werden. Zum Beispiel: „mit Süßungsmittel“ (s. Tabelle S. 77). Andere Zusatzstoffe und sonstige Zutaten müssen nicht angegeben werden.
- **Vollständige Zutateninformation:** Alternativ können alle Zutaten einschließlich der Zusatzstoffe und ihrer vollständigen Bezeichnung in einem Verzeichnis, zum Beispiel in Form eines Aushangs, Heftes oder auf einem Monitor, angegeben werden. Auf dieses Verzeichnis muss bei dem Lebensmittel oder mit einem Aushang hingewiesen werden.

In Gaststätten, Kantinen und anderen Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung kann die Kurzinformation über Zusatzstoffe auch über Fußnoten in der Speise-, Getränkekarte, auf Preislisten oder Aushängen erfolgen.

Zum Beispiel: „Rheinischer Heringsdipp¹⁾ mit Pellkartoffeln“,
Fußnote: „1): mit Konservierungsstoff“.

Heute:

Spargelcremesuppe³⁾

Rheinischer Heringsdipp¹⁾ mit Pellkartoffeln

Rote Grütze²⁾ mit Schlagsahne

1) mit Konservierungsstoff, 2) mit Farbstoff, 3) geschwefelt, 4) geschwärzt, 5) mit Antioxidationsmittel, 6) mit Konservierungsstoff, 7) enthält eine Phenylalaninquelle, 8) mit Geschmacksverstärker, 9) mit Phosphat

Kurzformen für die Kenntlichmachung von Zusatzstoffen bei loser Ware und in der Gemeinschaftsverpflegung

Angabe	Zusatzstoff
„mit Farbstoff“	bei Verwendung von Farbstoffen, zum Beispiel in Zuckerwaren und Bonbons
„Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen“	bei sechs Farbstoffen („Azo-Farbstoffen“) E102, E104, E110, E122, E124, E129
„mit Konservierungsstoff“ oder „konserviert“	beim Zusatz von Konservierungsstoffen zum Beispiel in Fleischsalat; anstelle des Begriffs „mit Konservierungsstoff“ kann auch der Hinweis „mit Nitritpökelsalz“ oder/und „mit Nitrat“ erfolgen, wenn Lebensmittel wie Wurstwaren Nitritpökelsalz und/oder Nitrat enthalten
„mit Antioxidationsmittel“	bei Verwendung von Antioxidationsmitteln zum Beispiel in Kaugummi
„mit Geschmacksverstärker“	zum Beispiel bei Verwendung von Glutamat in Suppen
„geschwefelt“	wenn mehr als 10 Milligramm Schwefeldioxid pro Kilogramm oder Liter enthalten sind, zum Beispiel bei Trockenfrüchten
„geschwärzt“	bei unreifen Oliven, die mit Eisenverbindungen geschwärzt wurden
„gewachst“	bei frischen Zitrusfrüchten, Melonen, Äpfeln und Birnen, deren Oberfläche mit Wachsen behandelt wurde
„mit Phosphat“	bei bestimmten Fleischerzeugnissen (zum Beispiel Brühwurst), die mit Phosphat schnittfest gemacht wurden
„mit Süßungsmittel/n“	bei Lebensmitteln, die Süßungsmittel, d. h. Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe, enthalten
„mit einer Zuckerart und Süßungsmittel/n“	bei Lebensmitteln, die neben Süßungsmitteln auch herkömmlichen Zucker enthalten
„enthält eine Phenylalaninquelle“	bei Lebensmitteln, denen das Süßungsmittel Aspartam zugesetzt wurde
„kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken“	bei Lebensmitteln, die mehr als 10 Prozent Zuckeraustauschstoffe enthalten

Darüber hinaus müssen noch folgende Behandlungsverfahren kenntlich gemacht werden:

Angabe	Anwendung
„konserviert mit Thiabendazol“	bei Zitrusfrüchten
„nach der Ernte behandelt“	wenn Kartoffeln zur Verlängerung der Haltbarkeit mit Chlorpropham, Imazalil oder Thiabendazol behandelt wurden

Allergeninformationen bei unverpackten Lebensmitteln

Allergene müssen immer erkennbar sein, ohne dass die Kundschaft aktiv nachfragen muss.

Seit Dezember 2014 müssen auch bei loser Ware, etwa beim Bäcker oder im Restaurant, die 14 Lebensmittel, die bei der europäischen Bevölkerung am häufigsten Lebensmittelallergien und Unverträglichkeiten auslösen, erkennbar sein – und zwar in schriftlicher Form. Nur im Ausnahmefall ist unter Auflagen eine mündliche Auskunft ausreichend. Die Information umfasst die 14 Hauptallergene und lässt praktisch keine Ausnahmen zu. Auch allergene Verarbeitungshilfsstoffe, zum Beispiel Hühnereiklar oder Casein, die als Klärungsmittel bei Wein eingesetzt werden können, müssen angegeben werden.



Die Allergeninformation muss gut sichtbar, deutlich und gut lesbar sein. Angegeben werden kann sie an unterschiedlichen Stellen:

- auf einem Schild auf dem Lebensmittel oder in dessen Nähe,
- auf einem Aushang in der Verkaufsstätte,
- über elektronische Informations-Terminals oder sonstige schriftliche Aufzeichnungen, sofern darauf per Aushang hingewiesen wird,
- in Restaurants, Kantinen, Imbissbuden und ähnlichen Einrichtungen in Speise- und Getränkekarten oder Preisverzeichnissen, wobei hier die Verwendung von Fußnoten erlaubt ist.

Sonderfall: Mündliche Auskunft

Unter bestimmten Voraussetzungen ist auch eine mündliche Auskunft durch einen kundigen Betriebsangehörigen möglich, der weiß, welche Zutaten und Verarbeitungshilfsstoffe verwendet wurden. In diesem Fall muss zusätzlich eine schriftliche Aufzeichnung aller Zutaten oder Verarbeitungshilfsstoffe vorliegen, die den Kunden auf Nachfrage sofort zur Verfügung gestellt werden kann. Bei dem Lebensmittel oder in der Verkaufsstätte muss gut sichtbar und deutlich lesbar darauf hingewiesen werden, dass die Allergeninformation mündlich erfolgt und dass eine schriftliche Aufzeichnung auf Nachfrage zugänglich ist.

Besondere Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln

- Gentechnik, Öko-Landbau und Bestrahlung
- Pflichtangaben für bestimmte Produktgruppen





Besondere Pflichtangaben bei unverpackten Lebensmitteln

Gentechnik, Öko-Landbau und Bestrahlung

Einige Herstellungs- und Behandlungsverfahren müssen auch bei loser Ware zusätzlich kenntlich gemacht werden. Die Hinweise müssen auf einem Schild auf oder neben dem Lebensmittel stehen. Bei Speisekarten ist es ausreichend, wenn die Angaben als Fußnoten erfolgen. So zum Beispiel bei Öko-Lebensmitteln: Weist ein Verkäufer auf „ökologische“ oder „biologische“ Erzeugung hin, muss er die Codenummer der Öko-Kontrollstelle angeben.

Auch gentechnisch veränderte oder bestrahlte Zutaten müssen bei loser Ware gekennzeichnet werden, auch wenn sie auf dem deutschen Markt praktisch nicht vorkommen. Der Hinweis lautet:

- Gentechnisch veränderte Lebensmittel oder Zutaten: „genetisch verändert“, „aus genetisch veränderten ... hergestellt“ oder „enthält genetisch veränderten ...“
- Bestrahlte Lebensmittel oder Zutaten: „bestrahlt“ oder „mit ionisierenden Strahlen behandelt“



Pflichtangaben für bestimmte Produktgruppen

Für eine Reihe von Lebensmitteln gibt es besondere Pflichtinformationen, die – neben der Preisangabe und dem Hinweis auf Zusatzstoffe und Allergene – auch bei unverpackter Ware nicht fehlen dürfen.

Lebensmittelgruppe	Pflichtangaben
Alle Obst- und Gemüsearten, für die Vermarktungsnormen (siehe S. 60) angewendet werden	<ul style="list-style-type: none"> • Ursprungsland • Klasse (Extra, I oder II), soweit das Erzeugnis einer geltenden Vermarktungsnorm unterliegt oder eine UNECE-Norm angewandt wird • Sorte oder Handelstyp, sofern in der Norm gefordert
Eier	<ul style="list-style-type: none"> • auf dem Ei: Erzeugercode, aus dem sich die Haltungsform und die Herkunft ergibt; diese Vorschrift gilt auch für den Verkauf auf dem Wochenmarkt • auf einem Schild oder Begleitzettel: Klasse und Gewichtsklasse, Name, Anschrift und Kennnummer der Packstelle, Mindesthaltbarkeitsdatum sowie „Verbraucherhinweis: bei Kühlschranktemperatur aufbewahren – nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums durcherhitzen“
Rindfleisch	<ul style="list-style-type: none"> • Referenznummer: Kennnummer des Tieres oder der Gruppe von Tieren, von denen das Fleisch stammt. • Hinweis: geboren in ..., gemästet in ..., geschlachtet und zerlegt in ..., handelt es sich nur um ein Land, genügt die Angabe der Herkunft, zum Beispiel „Herkunft: Deutschland“. • Europäische Schlachthofnummer (ES-Nr.) und Nummer des Zerlegebetriebes.
Fleischerzeugnisse	Zusätze anderer Lebensmittel wie Milch und Milcherzeugnisse, Eier und Eiprodukte, Pilze, Getreidekörner, Getreideerzeugnisse, Ölsaaten, Stärke, Gemüse, Obst, Kartoffeln und pflanzliches Eiweiß werden kenntlich gemacht, sofern deren Verwendung nicht verkehrsfähig ist.
Fleisch- und Fischerzeugnisse	Wird der Anschein erweckt, dass es sich bei einem solchen Erzeugnis um ein gewachsenes Stück handelt, das aber tatsächlich aus mehreren Stücken zusammengefügt ist, muss der Hinweis „aus Fleisch-(Fisch-)stücken zusammengefügt“ erfolgen.
Erzeugnisse der Fischerei und Aquakultur	Angabe von Handelsbezeichnung, Produktionsmethode und Fanggebiet (siehe S. 44).



Klassen sollen Qualität garantieren

Für frisches Obst und Gemüse gelten – mit wenigen Ausnahmen – in der Europäischen Union Vermarktungsnormen. Die allgemeine Vermarktungsnorm definiert für nahezu alle Erzeugnisse die Mindestanforderungen. Dazu gehört, dass die Erzeugnisse ganz und unbeschädigt, gesund (z. B. ohne Fäulnis), frisch, sauber (praktisch frei von sichtbaren Fremdstoffen) und frei von fremdem Geruch und/oder Geschmack sind. Früchte müssen genügend entwickelt und reif, dürfen jedoch nicht überreif sein. Für zehn Arten von Obst und Gemüse – das sind Äpfel, Zitrusfrüchte (nur Orangen, Mandarinen-Gruppe und Zitronen), Kiwis, Salate, Pfirsiche/Nektarinen, Birnen, Erdbeeren, Gemüsepaprika, Tafeltrauben und Tomaten – gelten spezielle Vermarktungsnormen. Für diese Erzeugnisse ist eine Einteilung nach Klassen und eine Größensortierung vorgeschrieben. Damit wird das Angebot für den Handel auch ohne Besichtigung der Ware vergleichbar.

Nähere Informationen finden Sie auf der Internetseite www.ble.de, Suchwort „Normen“

- **Klasse Extra:** Höchste Qualität – fehlerfreie Ware mit allen sortentypischen Eigenschaften (zum Beispiel Form, Entwicklung, Größe, Färbung).
- **Klasse I:** Gute Qualität – Ware mit sortentypischen Eigenschaften. Leichte Fehler sind zulässig; Aussehen, Qualität und Haltbarkeit dürfen dadurch jedoch nicht beeinträchtigt sein.
- **Klasse II:** Marktfähige Qualität – die Ware darf Fehler haben, muss aber die Mindesteigenschaften aufweisen.

Obst und Gemüse, das nicht die Mindesteigenschaften aufweist, zum Beispiel Blumenkohl mit schwarzen Flecken oder Avocado mit Faulstellen, darf nicht verkauft werden.



Marken, Siegel und Co.

Auf vielen Lebensmitteln prangen Symbole, minimalistische Grafiken oder kurze, prägnante Schriftzüge, die besonders ins Auge springen. Über 1.000 solch standardisierter Werbebotschaften in Form von Gütestempeln, Prüfzeichen, Qualitäts-Labeln sowie Eigenmarken sollen auf dem deutschen Markt sein. Sie stehen beispielsweise für ausgewählte Zutaten, umweltbewusste Herstellungsverfahren, faire Handelspraktiken oder geringe Transportwege. Und sie alle wecken den Eindruck, die ausgezeichneten Eigenschaften seien in besonderer Art und Weise geprüft und daher auch besonders aussagekräftig und verlässlich. Doch längst nicht alles was glänzt ist Gold: Viele Siegel und Marken erweisen sich bei näherem Hinsehen als reines Marketing. „Frischegarantie-Siegel“ oder „Vollkorn-Siegel“ sind Eigenkreationen der Anbieter.

Kriterien für ein „gutes Siegel“ sind:

- Anspruch, das heißt, die ausgelobten Eigenschaften gehen über den (gesetzlichen) Standard hinaus,
- Unabhängigkeit in Bezug auf die Entwicklung der Prüfkriterien und ihrer Kontrolle,
- Regelmäßigkeit der Kontrolle und Sanktionen im Falle von Verstößen sowie
- Transparenz in Bezug auf die Trägerschaft des Siegels, die Vergabekriterien und das Kontrollverfahren. Das Siegel muss sich von etablierten Zeichen deutlich unterscheiden.

Anhand dieser Kriterien hat der Bundesverband Verbraucher-Initiative e.V. rund 650 Siegel unter die Lupe genommen. Mehr dazu unter www.label-online.de.

Regional- und Herkunftszeichen

Bei Regional- und Herkunftszeichen handelt es sich oft um Initiativen der Bundesländer oder bestimmter Naturräume. Sie informieren über die Herkunft von Zutaten und/oder den Ort ihrer Verarbeitung, sind jedoch in ihren konkreten Anforderungen sehr unterschiedlich.

„Regionalfenster“

Das „Regionalfenster“ wurde 2014 vom Bundes-Ernährungsministerium (BMEL) als freiwilliges Kennzeichnungselement initiiert. Das Zeichen gibt Auskunft über die Herkunft der landwirtschaftlichen Zutaten, den Ort der Verarbeitung und bei zusammengesetzten Produkten über den Anteil regionaler Rohstoffe an dem Gesamtprodukt. Die räumliche Ausdehnung einer „Region“ muss eindeutig und nachvollziehbar sein und wird durch die Nutzer selbst festgelegt, z. B. nach Landkreisen, Bundesland oder einem Radius in Kilometern um eine Stadt. Die Vergabe erfolgt durch den „Regionalfenster e. V.“. Es gibt ein mehrstufiges Kontroll- und Sicherheitssystem. Weitere Informationen: www.regionalfenster.de

Länderzeichen

Länderzeichen sind eingetragene Marken der Bundesländer. Sie tragen meist den Slogan „Geprüfte Qualität [Bundesland]“. Für ihre Vergabe müssen bestimmte Anforderungen an die Herkunft und Qualität erfüllt werden. Es ist in der Regel nicht nötig, dass alle Rohstoffe aus dem Bundesland stammen. Vergabekriterien, Kontrollen und etwaige Sanktionen sind unterschiedlich.

Gesetzlich geschützte Bezeichnungen

Die Bezeichnungen von traditionellen Lebensmitteln oder besonderen Spezialitäten können europaweit geschützt werden. Auf diese Weise sollen überliefertes Wissen und Handwerkskunst erhalten und verhindert werden, dass Namen von Spezialitäten missbräuchlich verwendet und zum Beispiel Nürnberger Lebkuchen in Spanien hergestellt werden.

Diese EG-Gütezeichen gibt es:



Geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.)

Lebensmittel mit dieser Bezeichnung werden

- in einem bestimmten geografischen Gebiet,
- nach einem anerkannten und festgelegten Verfahren erzeugt, hergestellt und verarbeitet,
- zum Beispiel Allgäuer Emmentaler.

Gleichwertige Bezeichnungen sind das französische A.O.C. oder das italienische D.O.C.



Geschützte geografische Angabe (g.g.A.)

Bei dieser Angabe reicht es aus,

- wenn nur ein Verarbeitungsschritt, zum Beispiel die Endzubereitung, in dem genannten Gebiet erfolgte und
- es sich um ein Erzeugnis mit einem besonderen Renommee, zum Beispiel Lübecker Marzipan handelt.



Garantiert traditionelle Spezialität (g.t.S.)

Diese Bezeichnung bezieht sich nicht auf die Herkunft. Die Erzeugnisse können überall in der Europäischen Union hergestellt oder verarbeitet werden. Die Produkte zeichnen sich entweder

- durch eine traditionelle Zusammensetzung aus oder
- durch ein traditionelles Herstellungs- und/oder Verarbeitungsverfahren, zum Beispiel Mozzarella.

Informationen über alle eingetragenen Produktbezeichnungen finden Sie im Internet unter dem Suchwort DOOR-Datenbank („Database of Origin and Registration“).

Herstellungsweise, Umwelt und Klima

Fairer Handel

Bei „fair gehandelten“ Produkten wird darauf geachtet, dass die Menschen, die an der Herstellung des Produktes beteiligt sind, unter akzeptablen Bedingungen arbeiten und entlohnt werden. Es handelt sich um Produkte, deren Ursprungspflanzen in unseren Breiten nicht wachsen, wie Tee, Kaffee, Kakao (Schokolade), Orangen(saft) und Bananen. Außerdem wird auf eine umweltschonende Produktion geachtet. Damit ein Produkt das Fairtrade-Siegel tragen darf, müssen alle Zutaten, die unter Fairtrade-Bedingungen erhältlich sind, zu 100 Prozent Fairtrade-zertifiziert sein. www.transfair.org und www.fairtrade.de



Rainforest Alliance

Die Rainforest Alliance hat zusammen mit ihren Partnern einen Standard für nachhaltige Landwirtschaft entwickelt, der soziale, ökonomische sowie ökologische Aspekte berücksichtigt. Zu den zertifizierten Produkten zählen landwirtschaftliche Erzeugnisse, darunter: Bananen, Kaffee, Kakao, Zitrusfrüchte und Ananas. Sobald mindestens 30 Prozent des Produkts aus zertifiziertem Anbau stammen, darf das Siegel mit dem grünen Frosch auf der Verpackung geführt werden. Innerhalb von 5 Jahren muss dann der Prozentsatz auf 100 Prozent angehoben werden.



MSC

Der Marine Stewardship Council (MSC) hat Standards für einen nachhaltigen Fischfang entwickelt. Er besteht aus Vertretern von Umweltverbänden, Wissenschaftlern der Fischwirtschaft, der Industrie und dem Handel. Ihr Ziel ist es, die Überfischung der Bestände sowie die Zerstörung mariner Ökosysteme durch umweltschädliche Fischereimethoden zu verhindern. Zertifiziert werden Fische und Meeresfrüchte. Weitere Informationen: www.msc.org/de





Delfinschutz

Das Earth Island Institut (EII) hat Richtlinien für einen delfinsicheren Thunfischfang (SAFE) entwickelt, nach denen sich zertifizierte Importeure und Händler unter anderem verpflichten müssen, nur Thunfisch anzubieten, der nicht mit Treibnetzen oder durch das Setzen von Netzen um Delfinschulen gefangen wurde. Das internationale Programm wird in Deutschland von der Gesellschaft zur Rettung der Delphine e. V. umgesetzt. Mehr Informationen: www.delphinschutz.de



Stop-Climate-Change

Das Label „Stop-Climate-Change“ wurde 2007 von der AGRA-TEG GmbH und der Gesellschaft für Ressourcenschutz mbH entwickelt. Es kennzeichnet klimaneutral hergestellte Produkte, darunter Bananen, Säfte und Würstchen. Emissionen sollen weitmöglich reduziert werden, unvermeidbare Emissionen werden durch den Kauf von Emissionsrechten neutralisiert. Die Kontrolle erfolgt durch akkreditierte Zertifizierungsstellen. Mehr Informationen: www.stop-climate-change.de

Besondere Wahl der Zutaten



Halal

Halal-Siegel kennzeichnen unter anderem Lebensmittel, bei deren Herstellung die islamischen Reinheits- und Speisegebote berücksichtigt wurden. Diese Produkte tragen zum Beispiel geschützte Halal-Markenzeichen. Bei der Prüfung werden neben der Einhaltung muslimischer Standards häufig auch eine artgerechte Tierhaltung und sozial-ethische Aspekte berücksichtigt.



V-Label

Das „grüne V“ wurde von der Schweizerischen Vereinigung für Vegetarismus initiiert. Es kennzeichnet Produkte, die ohne Zutaten getöteter Tiere hergestellt wurden. Je nach Kategorie – ob eifrei und/oder milchfrei oder gänzlich vegan – sieht das Siegel zusätzliche Anforderungen und Textelemente vor. Weitere Informationen: www.v-label.de

glutenfrei-Siegel

Das Logo wird von der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG) vergeben. Es kennzeichnet Produkte, die weniger als 20 Milligramm Gluten pro Kilogramm enthalten, also laut Gesetz als glutenfrei gelten. Lebensmittel, die von Natur aus glutenfrei sind, dürfen das Logo nicht tragen. Für die Nutzung müssen Hersteller einen Lizenzvertrag mit der DZG abschließen. Sie verpflichten sich darin unter anderem dazu, ihre Produkte regelmäßig auf Gluten analysieren zu lassen. Weitere Informationen: www.dzg-online.de



Testergebnisse

Stiftung Warentest

Die Stiftung Warentest führt vergleichende Produkttests auf wissenschaftlicher Basis durch. Bei Lebensmitteln werden dabei unter anderem der Geschmack, die Zusammensetzung, der Schadstoffgehalt und die mikrobiologische Qualität, die Kennzeichnung und die Verpackung geprüft und bewertet. Prüfmuster werden anonym im Handel eingekauft, die Analytik erfolgt durch externe unabhängige Labore. Die Ergebnisse werden in der werbungsfreien Zeitschrift „test“ veröffentlicht. Nach Abschluss eines Lizenzvertrages dürfen Hersteller mit dem Testurteil werben. Dabei fallen Gebühren an. Weitere Informationen: www.test.de



ÖKO-TEST

Bei ÖKO-TEST stehen Schadstoffbelastungen sowie die mikrobiologische Qualität im Mittelpunkt der Untersuchungen. In die Bewertung fließen außerdem die ökologische Qualität der Verpackung und mitunter die Kennzeichnung ein. Die Ergebnisse werden im ÖKO-TEST-Magazin veröffentlicht. Hersteller dürfen gegen eine umsatzabhängige Gebühr mit den ÖKO-TEST-Urteilen werben. Weitere Informationen: www.oekotest.de



Reklamation und Information

Die Kennzeichnung ist eine wichtige Entscheidungsgrundlage beim Lebensmittelkauf. Umso wichtiger ist es, dass sie vollständig ist und den Tatsachen entspricht. Sollte das einmal nicht der Fall sein, haben Sie ein Recht auf Umtausch, zum Beispiel

- wenn die Kennzeichnung falsch oder unvollständig ist, die Ware verdorben ist, obwohl das Mindesthaltbarkeitsdatum noch nicht überschritten wurde,
- das Lebensmittel Mängel hat, die Sie beim Kauf noch nicht gesehen haben, zum Beispiel angefaulte Früchte am Boden einer Obstschale,
- die angegebene und die tatsächliche Füllmenge deutlich voneinander abweichen.

Erste Anlaufstelle bei Beanstandungen sollte der Verkäufer bzw. der Geschäftsführer im Laden sein. Die Ware muss nicht mehr originalverpackt sein, hilfreich ist allerdings der Kassenzettel, denn im Zweifel müssen Sie beweisen, wann und wo Sie den Artikel gekauft haben. Wenn Ihnen im Geschäft nicht weitergeholfen wird, obwohl die Reklamation berechtigt ist, sollten Sie den Fall an anderer Stelle melden: Entweder beim Hersteller selbst, bei einer Verbraucherzentrale, die es in vielen Städten gibt, oder bei der amtlichen Lebensmittelüberwachung. Die Adresse der zuständigen Überwachungsbehörde erhalten Sie bei Ihrer Stadt- bzw. Kreisverwaltung.

Im Jahr 2008 trat das Verbraucherinformationsgesetz in Kraft. Mit dem Gesetz bekommt jedermann das Recht, bei den zuständigen Behörden Informationen zu Lebensmitteln und Futtermitteln sowie Gegenständen des täglichen Bedarfs und Kosmetika zu erfragen. Dieser Anspruch gilt nicht nur bei Gefahren oder Risiken für die Gesundheit und Sicherheit, sondern umfasst auch alle anderen wichtigen Bereiche wie Kennzeichnung, Herkunft, Beschaffenheit oder Herstellung der Erzeugnisse, soweit diese Informationen den Behörden vorliegen. Für einfache Auskünfte werden Gebühren in Höhe von fünf bis zu 25 Euro erhoben, Informationen über Rechtsverstöße sind kostenfrei.

Mehr dazu unter www.vig-wirkt.de



Stichwortverzeichnis

Allergene	7, 8, 10, 18, 19, 22, 24, 25, 60, 78, 79, 83	A
Allergenkennzeichnung	24, 94	
Anbauverbände	50	
Aromen	18, 20, 22	

Babybrei	56	B
Beanstandung	92	
Bestrahlung	47, 82	
Bio-Lebensmittel	43, 48, 51, 94	
Bio-Logo	48, 49, 50	

Cholesterin	32, 54, 55, 67	C
Claims-Verordnung	55, 62, 64	

Delphinschutz	90	D
---------------------	----	----------

EG-Gütezeichen	88	E
Eier	24, 39, 42, 47, 57, 71, 83	
EU-Bio-Logo	43, 48, 49, 50	
Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit	64	

Fairer Handel	89	F
Fertigpackung	10, 93	
Fische	44, 83, 88	
Füllmenge	10, 11, 12, 34, 36, 53, 92	
Functional Food	55	

GDA	32	G
Gemüse	16, 23, 28, 31, 35, 42, 55, 60, 74, 83, 85	
Gentechnik	47, 68, 70, 82, 94	
gesundheitsbezogene Angaben	64, 93, 94	
Grundpreis	10, 37, 74	
Güteklasse	59	
Gütezeichen	42, 91	
GVO	71	

H	Halal	90
	Haltbarkeit	20, 27, 28, 46, 77, 85
	Handelsmarken	50, 51
	Herkunft	18, 20, 39, 42, 50, 58, 59, 83, 87

I	Identitätskennzeichen	38
	Imitate	14

K	Kalorien	64
	Käse	12, 14, 18, 29, 39, 56, 57, 69, 71, 74
	Kennzeichnungspflicht	22, 24, 29, 47, 54, 79
	Klasse	19, 31, 57, 60, 75, 83, 85
	Krankheitsbezogene Angaben	64

L	Leitsätze	12
	Losnummer	38, 39, 53
	Lebensmittelinformationsverordnung	7, 12, 30, 32, 94

M	Mängel	92
	Mengenkennzeichnung	16
	Mindesthaltbarkeitsdatum	26

N	Nahrungsergänzungsmittel	31, 47, 52, 53
	Nährwertbezogene Angaben	62, 66, 67
	Nährwertkennzeichnung	7, 30, 31
	Neuartige Lebensmittel	21, 54, 55
	Novel Foods	21, 54, 55

O	Obst	23, 28, 31, 35, 36, 42, 55, 60, 69, 74, 83, 85
	Öko-Kontrollstellenummer	50
	Öko-Lebensmittel	82
	Öle	4, 18, 58
	Olivener Öl	43, 58, 59

Pflichtangaben	4, 7, 11, 32, 40, 42, 43, 73, 74, 80, 82, 83, 93	P
Preis	10, 14, 34, 37, 74, 76, 79, 83	
Rindfleisch	42, 43, 83	R
Schutzgase	46	S
Stiftung Warentest	91	
Stop-Climate-Change	90	
Süßungsmittel	46, 75, 77	
Tiefkühlkost	27, 28	T
Traditionelle Spezialitäten	42, 88	
Überwachung	7, 12, 38, 39, 52, 53, 69, 92	U
Ursprungsbezeichnung	91	
Verarbeitungshilfsstoffe	22, 78, 79	V
Verbraucherinformationsgesetz	92	
Verbrauchsdatum	7, 10, 26, 28, 39	
Verkehrsbezeichnung	12, 48	
Vermarktungsnormen	60, 83, 85	
Vitamine	32, 52, 53, 71	
V-Label	90	
Warenzeichen	51	
Wurst	14, 29, 42, 57, 77, 89	W
Zuckeraustauschstoffe	46, 77	Z
Zusatzstoffe	46, 75, 77	
Zutaten	16, 18, 89, 94	

Medien

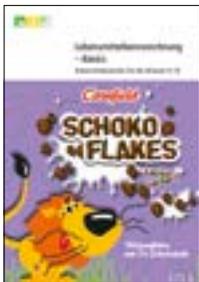


Lebensmittelkennzeichnung – kurz und knapp – 10er-Pack

Blicken Sie noch durch im Kennzeichnungsdschungel? Der Karikaturist Nik Ebert führt mit zehn bunten Karikaturen durch die Welt der Lebensmittelkennzeichnung – kurz, knapp und humorvoll. Damit Sie sich künftig besser auskennen! Auf manchen Verpackungen herrscht ein regelrechter Informationsdschungel. Doch es gibt klare Regeln: Sieben Angaben müssen grundsätzlich auf jeder Fertigpackung stehen und in Zukunft werden es noch mehr. Ab 2016 müssen alle Produkte Nährwertangaben tragen. Auch für die Werbung mit Bio und gesundheitsbezogenen Angaben gibt es eindeutige Vorschriften. Die Kompaktinformation eignet sich für einen entspannten Einstieg in ein kompliziertes Thema und damit gleichermaßen für Verbraucher, Schüler oder Multiplikatoren.

Kompaktinfo Print, DIN lang (10,5 x 21 cm)

Bestell-Nr. 391, 4. Auflage 2015, 2,00 €



Lebensmittelkennzeichnung – Basics

Welche Angaben müssen eigentlich auf Lebensmitteletiketten stehen, was ist erlaubt, was ist verboten? Mit Hilfe von imaginären Schokoflakes erarbeiten sich die Schülerinnen und Schüler die Grundelemente der Lebensmittelkennzeichnung. Sie unterscheiden zwischen Pflichtangaben und Werbung und bekommen vielfältige Möglichkeiten, das Gelernte anzuwenden. Die Unterrichtseinheit eignet sich für die Klassen 9 und 10 in den Fächern Hauswirtschaft, Ernährungslehre, Arbeitslehre/Wirtschaft, Mensch und Umwelt. Der Zeitbedarf liegt bei einer Doppelstunde mit Optionen zur Vertiefung.

Unterrichtsmaterial Print, DIN A4 (21 x 29,7 cm), 28 Seiten, 1 Ablaufplan für den Unterricht, 5 Arbeitsblätter mit Lösungen, 5 Seiten Lehrerinformationen, 2 Folien, 3 Kopiervorlagen

Bestell-Nr. 3612, 3. Auflage 2016, 4,50 €

Infektionsschutz im Lebensmittelbereich

Viele Krankheitserreger können durch Lebensmittel übertragen werden. Um Infektionen zu vermeiden, muss jeder, der mit Lebensmitteln umgeht, erstmalig vor Tätigkeitsaufnahme und dann alle zwei Jahre zum Infektionsschutz belehrt werden. Das Heft erläutert die gesetzlichen Grundlagen und Schulungsinhalte. Wesentliche Inhalte sind Tätigkeits- und Beschäftigungsverbote und die Auskunftspflichten des Mitarbeiters, wenn er z. B. erste Anzeichen einer Krankheit bemerkt. Das Heft erläutert, wie sich eine Übertragung von Krankheitserregern durch einfache Hygienemaßnahmen vermeiden lässt. Steckbriefe zu Krankheitsbildern, der häufigsten Durchfallerreger und der durch Lebensmittel übertragbaren Infektionskrankheiten runden das Heft ab.

Heft Print, DIN A5 (14,8 x 21 cm), 32 Seiten
Bestell-Nr. 1500, 6. Auflage 2014, 2,00 €



Wichtige Bestimmungen des Lebensmittelrechts für Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung

Die Broschüre erklärt die wichtigsten lebensmittelrechtlichen Prinzipien, geht auf den Gesundheitsschutz beim Umgang mit Bedarfsgegenständen ein und stellt die spezifischen Hygienevorschriften vor. Denn Gastronomen und Leiter von Großküchen müssen sich an das deutsche Lebensmittelrecht halten. Auch die Bestimmungen zu produktübergreifenden Vorschriften, etwa zu Preis- und Nährwertangaben oder den Warmhaltetemperaturen für Speisen, werden berücksichtigt. Darüber hinaus sind die Regelungen für besonders empfindliche Lebensmittel, wie Hackfleisch oder Fisch, enthalten. Wer in der Gastronomie oder Gemeinschaftsverpflegung arbeitet, verschafft sich mit dieser Broschüre einen fundierten Überblick über alle aktuellen Regelungen.

Broschüre Print, DIN A4 (21 x 29,7 cm), 84 Seiten
Bestell-Nr. 3747, 10. Auflage 2017, 6,50 €



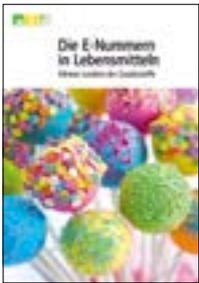


Kennzeichnungsvorschriften für Gemeinschaftsverpflegung und Gastronomie

Wer Speisen und Getränke an Gäste abgibt, unterliegt einer Sorgfaltspflicht, die die gesetzlich geregelte Kennzeichnung umfasst. Das Heft erläutert die Vorschriften und zeigt ihre einfache und sinnvolle Umsetzung. Beispiele aus dem Alltag veranschaulichen die Inhalte. Die Liste reicht von Zusatzstoffen über Bio-Lebensmittel und die Kennzeichnung „ohne Gentechnik“ bis hin zu speziellen Zutaten für Fleisch und den gesundheitsbezogenen Angaben. Veränderungen für die Nährwert- und Allergen Kennzeichnung durch die Lebensmittelinformationsverordnung verdeutlichen Text und Abbildungen. Eine kurze Einführung in das Lebensmittelrecht und der Weg zum Aufbau eines einfachen Rezeptinformationssystems vervollständigen die praxisnahen Hilfestellungen.

Heft Print, DIN A4 (21 x 29,7 cm), 32 Seiten

Bestell-Nr. 1578, 7. Auflage 2017, 3,00 €



Die E-Nummern in Lebensmitteln – Lexikon der Zusatzstoffe

Was verbirgt sich hinter Begriffen wie Emulgator, Verdickungsmittel, Farbstoff? Welche Zusatzstoffe dürfen in Bio-Lebensmitteln drin sein? Das Heft informiert darüber, was wie gekennzeichnet werden muss. Und die Liste aller „E“-Nummern fehlt auch nicht. Viele Verbraucherinnen und Verbraucher stehen ratlos vor dem riesigen Warenangebot. Stabilisatoren, Verdickungsmittel oder Emulgatoren: wofür das wohl alles gut ist? Das Heft informiert über Sinn und Zweck der Zusatzstoffe in Lebensmitteln. Wer eine möglichst zusatzstofffreie Ernährung wünscht, findet darin die Liste der „E“-Nummern, die für Bio-Produkte zugelassen sind. Auch die neue Allergen Kennzeichnung ist enthalten und natürlich eine Liste aller zugelassenen Zusatzstoffe.

Heft Print, DIN A5 (14,8 x 21 cm), 64 Seiten

Bestell-Nr. 1135, 19. Auflage 2014, 3,00 €

Impressum

1140/2017

Herausgeberin

Bundesanstalt für Landwirtschaft
und Ernährung (BLE)
Präsident: Dr. Hanns-Christoph Eiden
Deichmanns Aue 29
53179 Bonn
Telefon: 0228-6845-0
www.ble.de, www.bzfe.de

Text

Dr. Christina Rempe, Berlin
Gesa Maschkowski, BLE
Lebensmittelrechtliche Beratung:
Prof. Dr. Moritz Hagenmeyer,
Hamburg,
Dr. Ulrike Bickelmann, BLE
Antworten auf Verbraucherfragen:
Dr. Maike Groeneveld (MG)
Christof Meinhold (CJM)
Claudia Thienel (CT)

Redaktion

Gesa Maschkowski, BLE

Visuelle Konzeption und Satz

Cleaves Communication
MediaPartner
Im Finkenschlag 5
53340 Meckenheim

Überarbeitung

Arnout van Son, 53347 Alfter

Fotos

© Kurhan/Fotolia: Titelbild
© Boggy/Fotolia: S. 84
BLE, Bonn, Dominic Menzler:
S. 59, S. 81
BLE, Bonn, Thomas Stephan:
S. 6, S. 82
Fisch-Informationszentrum: S. 45
Imageshop: S. 21
MEV: S. 8–9; Milch & Markt:
S. 10–11;
Peter Meyer, BLE: S. 4–5, S. 17,
S. 26, S. 34, S. 40–41, S. 50,
S. 56–57, S. 72–73
Dr. Christina Rempe: alle übrigen

Druck

MKL Druck GmbH & Co. KG
Graf-Zeppelin-Ring 52
48346 Ostbevern
Dieses Produkt wurde in einem
klimaneutralen Druckprozess
mit Farben aus nachwachsenden
Rohstoffen hergestellt. Das
Papier besteht zu 100 % aus
Recyclingpapier.

Nachdruck und Vervielfältigung
– auch auszugsweise – sowie
Weitergabe mit Zusätzen,
Aufdrucken oder Aufklebern nur
mit Zustimmung der BLE
gestattet.

Alle Angaben erfolgen ohne
Verpflichtung oder Garantie
der BLE. Sie übernimmt keine
Haftung für eventuell vorhandene
Unrichtigkeiten.

18. Auflage
978-3-8308-1185-5



einfach einkaufen

www.ble-medien-service.de



Foto: © pressmaster - Fotolia.com

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) ist das Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen in Deutschland. Wir informieren kompetent rund ums Essen und Trinken. Neutral, wissenschaftlich fundiert und vor allem ganz nah am Alltag. Unser Anspruch ist es, die Flut an Informationen zusammenzuführen, einzuordnen und zielgruppengerecht aufzubereiten.

www.bzfe.de



Bestell-Nr.: 1140, Preis: 4,00 €