

STORYBOARD

Episode 14

Lebensmittelklarheit

“Klar Tisch! Der Podcast von Lebensmittelklarheit.de”

Hinweis: Der Storyboard-Text kann an einigen Stellen vom gesprochenen Wort im Podcast abweichen.

Episode 14 Inhalt: Außer Haus Verpflegung

Episode Titel final: **Unverpackte Lebensmittel als Wundertüte: Warum das Essen außer Haus nicht immer hält was es verspricht**

Host: Nicole Schöppler, Referentin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Projekt Lebensmittelklarheit

Expertinnen: Daniela Krehl, stellvertretende Leiterin des Referats Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale Bayern

Position 1: Intro

Start Auftakt Opener mit Musik Verpackung & Audio Logo

Position 1 a: Anmoderation

Herzlich willkommen zu einer neuen Folge von **Klar Tisch!** – dem Podcast von **Lebensmittelklarheit.de**. Heute will ich hier gleich am Anfang mal ein bisschen Werbung in eigener Sache machen: Falls Sie es noch nicht wissen: Lebensmittelklarheit.de ist ein Portal für mehr Durchblick von der Verbraucherzentrale und es ist DIE Adresse im Netz, wenn's um die Kennzeichnung von Lebensmitteln geht. Zum Beispiel, wenn Werbeaussagen auf Produkten für Verwirrung sorgen oder wenn wichtige Angaben auf Lebensmitteln einfach fehlen. Solche Produkte können Sie und könnt Ihr melden auf Lebensmittelklarheit.de. Ja und auch hier im Podcast greifen wir regelmäßig die neusten Beschwerden auf. Wir nehmen die angesagten Marketingtricks der Unternehmen unter die Lupe und wir suchen natürlich auch nach Antworten, wie eine klarere und verständlichere Kennzeichnung denn aussehen könnte. Das war der kleine Werbeblock. Mein Name ist Nicole Schöppler und ich gehöre zum Team von Lebensmittelklarheit.

Position 1 b: Teaser Anmoderation Inhalte der Episode

Heute wollen wir über ein Thema sprechen, das für die meisten von uns zum ganz normalen Alltag gehört: Es geht um das „Essen außer Haus“. Für manche beginnt das schon am Morgen mit einem belegten Brötchen beim Bäcker. Oder spätestens mittags, wenn's in die Kantine geht – oder eben zum Imbiss oder ins Restaurant um die Ecke. Täglich essen Millionen Menschen in Deutschland außerhalb der eigenen vier Wände. Ja und einer aktuellen Umfrage zufolge wollen neun von zehn dieser Menschen auch gern außer Haus gesund und vollwertig essen. Nur leider ist es gar nicht so leicht zu erkennen, ob die Speisen denn tatsächlich gesund und vollwertig sind. Warum das so ist und in welche Fallen man da so tappen kann – das weiß meine Gesprächspartnerin heute: Ernährungsexpertin Daniela Krehl. Du bist stellvertretende Leiterin des Referats Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale Bayern und unterstützt das Projekt Lebensmittelklarheit fachlich. Ja und ich freue mich, dass Du heute hier im Podcast dabei bist – leider nicht hier in unserem Berliner Studio, dafür aber direkt aus München zugeschaltet. Herzlich willkommen, liebe Daniela!

Daniela: Hallo Nicole, ja ich freu mich auch wieder mal dabei zu sein.

Nicole: Und diese spannenden Fragen wollen wir heute zusammen klären:

- Warum erfahren wir bei unverpackten Speisen nicht unbedingt, was in ihnen steckt?
- Wie gesund sind Bowls und Salate, die als „healthy food“ angepriesen werden, wirklich?
- Und: in unserer Rubrik „Alles klar“ wollen wir die Frage klären: Wie viele Essensportionen werden täglich in Deutschland in der Gemeinschaftsverpflegung ausgegeben? Also in Kantinen, Schulen, Krankenhäusern und so weiter?

Opener mit Musik Verpackung & Audio Logo - Ausklang bis zu Pos. 2

Position 2: Themenblock 1

Nicole: Heute mal nicht selbst kochen, sondern lieber schnell was zu essen bestellen – der Gedanke kommt wahrscheinlich einigen bekannt vor. Kommt auch mir häufiger. Überhaupt liegt Essen „to go“ ja total im Trend. Denn das heißt ja nicht mehr wie früher, dass es unbedingt was Ungesundes, wie fettiges Fast Food, sein muss! Heute gibt's ja überall auch gesunde Bowls und Superfood-Salate im Angebot – sogar bei großen Fast-Food-Ketten. Ich hab es gerade schon gesagt: laut einer aktuellen Forsa-Umfrage, die der Verbraucherzentrale Bundesverband in Auftrag gegeben hat, ist für 90 Prozent der Verbraucher:innen gesundes und vollwertiges Essen auch beim Besuch im Restaurant oder

der Kantine wichtig. Ich kann das völlig nachvollziehen, ich gehöre also auch zu diesen 90 Prozent. Denn gerade weil man heutzutage so viel unterwegs isst oder Essen bestellt, ist es ja wichtig, dass es auch gutes Essen ist. Geht Dir das auch so, Daniela?

Daniela: Ja, ich stimme dir völlig zu. Noch vor 50 Jahren war das Mittagessen meist deutlich reichhaltiger und auf Sättigung ausgerichtet. Das kam einfach daher, weil viele Menschen noch körperliche Arbeit verrichteten. Heute arbeiten viele von uns im Büro. Ein unausgewogenes Mittagessen kann da schnell zu einem richtigen Mittagskoma führen. Ich persönlich kenne das auch: Ein schweres Essen am Mittag und ich bin am Nachmittag zu nichts mehr zu gebrauchen.

Nicole: Ja, das geht mir auch so. Aber es gibt ein Problem: Denn wir erfahren beim Essen außer Haus in den meisten Fällen gar nicht, ob die Speisen wirklich auch ausgewogen und vollwertig sind. Ihr in der Verbraucherzentrale Bayern habt da kürzlich einen ziemlich spannenden Marktcheck gemacht. Zu dem kommen wir gleich. Aber erstmal möchte ich gern wissen: Warum ist das so, Daniela?

Daniela: Generell gilt, was auf Lebensmittel draufstehen muss, ist EU weit geregelt. Seit 2011 gibt es die sogenannte Lebensmittelinformationsverordnung. Und in der steht: auf der Verpackung eines Lebensmittels muss eine Nährwerttabelle stehen. Die kennen vermutlich die meisten. Sie steht meist auf der Rückseite der Verpackung und dort findet man Angaben über die Nährwerte, wie Kalorien, Zucker, Protein und Fett. Und jetzt kommt das große Ärgernis für uns Verbraucher:innen: Von dieser Pflichtkennzeichnung ist lose Ware ausgenommen. Wenn ich mir also ein belegtes Brötchen beim Bäcker kaufe oder Wurstaufschnitt beim Metzger oder das Mittagessen im Restaurant oder der Kantine zu mir nehme, dann erfahre ich fast nichts über die inneren Werte dieses Essens.

Nicole: Was heißt denn „fast nichts“ konkret? Also, ich erfahre nichts über die Nährwerte, aber auch nichts über die Zutaten der Speisen?

Daniela: Ganz genau. Sobald Lebensmittel ohne Verpackung angeboten werden, dann muss der Anbieter keine Nährwerte und – bis auf wenige Ausnahmen – auch keine Zutaten angeben. Nicht unbedingt verbraucherfreundlich.

Nicole: Nee, eher nicht... Für die Verbraucher:innen wäre es natürlich gut zu wissen, was genau auch in unverpackt angebotenen Speisen drinsteckt. Jetzt hast du gerade von Ausnahmen bei den Zutaten gesprochen. Da will ich natürlich wissen, welche genau das sind. Aber ich würde sagen, die Frage schieben wir noch ein bisschen nach hinten. Denn das, was Du gerade erklärt hast, nämlich, dass bei loser Ware keine Nährwerte angegeben

werden müssen – das hat ja für einige Überraschungen gesorgt, als ihr kürzlich einen Marktcheck gemacht habt. Da habt ihr vermeintlich gesundes Essen zum Mitnehmen unter die Lupe genommen. Erzähl mal, was habt ihr genau untersucht?

Daniela: Ja genau, bei diesem Marktcheck haben wir uns Essen zum Mitnehmen mal genauer angeschaut und zwar solches, was eigentlich auf den ersten Blick einen ausgewogenen und gesunden Eindruck macht. Also zum Beispiel vegane Burger, asiatische Bowls oder Superfood-Salate.

Nicole: Ja, das klingt für mich doch total nach einer gesunden Ernährung.

Daniela: Ja, könnte man meinen. Sie sind auch beliebt – weil – wie du schon erwähnt hast, die überwiegende Mehrheit der Menschen bei einem Besuch im Restaurant oder in der Kantine wert auf gesundes vollwertiges Essen legt. Deswegen haben selbst große Fast-Food-Ketten und Kantinen in der letzten Zeit auf diesen Trend reagiert und ihre Angebotspalette erweitert. Plötzlich gibt es nicht nur Pommes, Schnitzel und süße Milchshakes auf der Speisekarte, sondern eben auch gesund klingende Gerichte, wie Bowls, Salate oder vegane Sandwiches. Es gibt in der Zwischenzeit sogar Franchise-Unternehmen, die sich auf vermeintlich gesunde Speisen spezialisiert haben. Die werden dann wild mit Werbeversprechen versehen, wie „feel good food“, „ganz natürlich“ oder dem Hinweis „ohne Zusatzstoffe“. Für uns war das ein Grund, mal zu überprüfen, wie ausgewogen sind diese Gerichte denn wirklich?

Nicole: Jetzt bin ich gespannt! Ich ahne nichts Gutes... Was ist dabei rausgekommen?

Daniela: Also wir haben uns ganz konkret EINEN Nährstoff „vorgeknöpft“, nämlich den Zucker. Das heißt, wir haben uns bei 16 vermeintlich gesunden To-go-Gerichten mal den Zuckergehalt ganz genau angeschaut. Und tatsächlich haben wir da teils wirklich überraschend hohe Werte gefunden. Ich kann dir sagen – ein angeblich gesunder Snack für die Mittagspause kann dabei schon einen erheblichen Teil der maximal empfohlenen Tageshöchstmenge an zugesetztem Zucker enthalten.

Nicole: Okay, maximal empfohlene Tageshöchstmenge – da musst Du mich und die Hörer:innen noch mal kurz abholen. Wie hoch war die nochmal?

Daniela: Also, die Weltgesundheitsorganisation, die WHO bzw. die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, auch DGE abgekürzt, empfehlen nicht mehr als 10 Prozent der Energiemenge am Tag über Zucker aufzunehmen. Das ist für einen durchschnittlichen Erwachsenen 50 Gramm, sprich rund 17 Würfelzucker.

Nicole: Aha, also 50 Gramm Zucker pro Tag sollten für einen Erwachsenen eigentlich die Obergrenze sein.

Daniela: Ja, besser wäre sogar noch weniger Zucker, nämlich die Hälfte, also nur 25 Gramm täglich. Denn wenn man zu viel Zucker zu sich nimmt, riskiert man, an ernährungsabhängigen Krankheiten zu erkranken, wie Diabetes Typ 2, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Adipositas, sprich Übergewicht.

Nicole: Ja, deshalb versuchen ja Viele sich gesund zu ernähren und holen sich dann eben eine „Feel-Good-Bowl“ zum Mittagessen – und nicht Pommes mit Ketchup oder Süßigkeiten! Aber auch das scheint ja nicht die Lösung zu sein... Wie viel Zucker habt Ihr denn in den gesund wirkenden Speisen gefunden? Und nach welchen Kriterien habt Ihr die überhaupt ausgesucht?

Daniela: Also, wir haben insgesamt 16 Speisen von verschiedenen Restaurantketten ausgesucht, die gesund klangen. Dabei haben wir darauf geachtet, dass die Mahlzeit wenig Fruchtanteil hat. Es wäre einfach nicht fair gewesen, wenn wir eine Bowl zum Beispiel mit Mango ausgesucht hätten. Mango enthält von Natur aus relativ viel Zucker und hätte das Ergebnis verfälscht. Wir haben also verschiedene Bowls und Salate berücksichtigt, aber auch gesund wirkende vegane oder vegetarische Burger und Sandwiches. Und das wirklich Überraschende daran war: In mehr als der Hälfte der Bowls und Salate steckten mehr als 20 Gramm Zucker pro Portion! Das sind pro Essen mindestens sieben (!) Zuckerwürfel. Der höchste Wert, den wir in einer Bowl gefunden haben, waren 27 Gramm Zucker, also ganze neun (!) Zuckerwürfel!

Nicole: NEUN Zuckerwürfel! In einem eigentlich gesund wirkenden Mittagessen! So viel steckt doch noch nicht mal in einem Stück Kuchen, oder?

Daniela: Naja, das kommt natürlich auf den Kuchen an. Aber ja, das sind schon erhebliche Mengen Zucker, die man so nicht in einem herzhaften Mittagessen erwarten würde...

Nicole: Aber warum steckt denn gerade in Bowls und Salaten so viel Zucker?

Daniela: Ausschlaggebend sind meist die Dressings bzw. Soßen. Aber es gibt noch eine für viele überraschende Zuckerquelle – nämlich der Reis. Bei den Bowls wird häufig Sushi-Reis verwendet. Der wird besonders zubereitet – er wird nämlich nach dem Kochen meist noch mit einer Zucker-Salz-Lösung übergossen und da schießt die Zuckermenge natürlich durch die Decke.

Nicole: Aha, das heißt also: Obacht, bei Soßen und Dressings und auch, wenn der Reis mit einer Zuckerlösung abgelöscht wird! Spannend! Und wie habt Ihr das eigentlich rausbekommen? Der Zuckergehalt muss ja nicht angegeben werden – hattest Du ja gesagt – habt ihr das dann im Labor analysiert?

Daniela: Nein, die Verbraucherzentralen haben leider keine eigenen Analysemöglichkeiten. Aber es gibt auch andere Wege: Wir haben die Webseiten der Restaurantketten durchforstet und gleichzeitig die Anbieter schriftlich befragt. Das waren insgesamt 17 Restaurantketten. Allerdings haben wir bei einem Anbieter keinerlei Nährwertangaben gefunden und auch auf unsere Anfrage hat er nicht reagiert. Das heißt, wir konnten dementsprechend auch nicht das von ihm angebotene Gericht in dem Marktcheck berücksichtigen. Positiv hervorheben kann ich, dass 15 von den 17 Anbietern auf ihren Webseiten über die Nährwerte ihrer Gerichte informieren. Obwohl sie das ja nicht müssten. Das war erfreulich – aber leider klingt es besser als es letztendlich war.

Nicole: Warum? Was war denn unerfreulich daran?

Daniela: Naja, bei der Suche nach den Nährwerten mussten wir uns häufig durch mehrere Seiten und Untermenüs klicken, um die entsprechende Information zu finden. Häufig gab es auch keine Gesamtübersicht in Form einer Liste, sondern wir mussten jedes einzelne Gericht anklicken. Das ist für die meisten im Alltag einfach viel zu zeitaufwändig – mal abgesehen davon, dass ein Vergleich von verschiedenen Gerichten fast unmöglich war.

Nicole: Das klingt tatsächlich umständlich. Und gab es auch Anbieter, die das besser gemacht haben?

Daniela: Ja, schon, aber genaugenommen waren es nur sechs Anbieter, die es wirklich gut gemacht haben. Alle sechs stellen auf ihrer Webseite eine übersichtliche Liste zur Verfügung. Ein Vergleich der einzelnen Produkte bezüglich der Nährwerte war damit wunderbar einfach. Also, richtig vorbildlich. Bei den anderen Anbietern waren die Nährwerte teilweise wirklich sehr versteckt. Nicht selten waren sie bei den Allergenangaben zu finden. So wird man vermutlich nur durch Zufall auf die Nährwerte stoßen.

Nicole: Ja, aber Du meinst ja, die Angabe ist freiwillig. Da kann es ja jeder Anbieter handhaben wie er möchte, oder?

Daniela: Ja, das stimmt. Deshalb haben wir auch zusätzlich noch alle 17 Restaurantketten schriftlich befragt. Neun Unternehmen haben geantwortet, und acht davon haben

angegeben, dass sie Nährwertinformationen in ihren Filialen bereitstellen. Allerdings konnten unsere Testkäufer:innen das nicht immer bestätigen. Bei drei der acht Anbieter, die angegeben hatten, dass sie ihre Nährwertinformationen vor Ort bereitstellen, konnten wir diese Informationen in den Filialen gar nicht finden – auch nicht auf Nachfrage. Das zeigt, dass es hier noch erheblich Verbesserungsbedarf gibt.

Nicole: Und am besten wäre es ja wahrscheinlich, wenn Nährwertangaben, auch wie bei verpackten Lebensmitteln, verpflichtend sind. Denn nur so können Verbraucher:innen ja auch erkennen, ob das als gesund angepriesene Gericht auch wirklich so gut ist.

Daniela: Ja, und besonders ärgerlich ist es ja, wenn Restaurantketten mit „healthy food“ werben und dann aber keinerlei Angaben zu Nährwerten machen. Wie der eine Anbieter, der selbst auf unsere Nachfrage nicht reagiert hat, aber dessen gesamtes Marketing auf gesunde und ausgewogene Ernährung ausgerichtet ist. So eine intransparente Kommunikation lässt natürlich Raum für Spekulationen, ob das Essen, das sie anbieten, wirklich so gesund ist.

Sound Design Rubrik - low

Position 3: Teaser auf Themenblock 2 (Pos. 5)

Nicole: Als Superfood-Salate oder „Healthy Food“ angepriesene Speisen müssen also nicht immer so gesund sein, wie es scheint. Aber wie könnte man das besser regeln? Die Antwort darauf gleich.

Sound Design Rubrik - highlight on

Position 4: Rubrik „Alles klar“

Nicole: Jetzt kommen wir aber erstmal zu unserer Rubrik „Alles klar“ – also zu unserem Quiz. Daniela, welche Frage hast Du mitgebracht?

Daniela: Ich würde Dir und auch unseren Hörer:innen gern eine Frage zum Mittagessen stellen. Was meinst du, wie viele Essensportionen werden täglich in Deutschland allein durch Kantinen, Mensen und die Gemeinschaftsverpflegung in Altersheimen, Krankenhäusern, Schulen, Kitas usw. ausgegebenen?

Nicole: Oh je, das ist wahrscheinlich richtig viel... Wenn wir jetzt mal von 84 Millionen Einwohnern in Deutschland ausgehen, würde ich sagen isst bestimmt mindestens jeder

Vierte in der Gemeinschaftsverpflegung. Ich tippe also auf mindestens 21 Millionen Portionen pro Tag. Nach oben lass ich Luft.

Daniela: Es ist eher die Luft nach unten, aber Du bist echt richtig gut muss ich sagen. Es ist tatsächlich auch nur ein Schätzwert. Also die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat eine Zahl zwischen 14,7 und 18,3 Millionen geschätzt. Und das zeigt halt, wie wichtig es ist, dass Verbraucher:innen ausreichend Informationen über die angebotenen Speisen bekommen, damit sie halt eine gesunde Entscheidung treffen können.

Nicole: Ja, da war ich ja gar nicht so schlecht. Aber das sind richtig, richtig viele. Das ist dann jeder Fünfte oder was haben wir da?

Daniela: Ja genau.

Sound Design Rubrik - Stinger

Position 5: Fragen Themenblock 2 (Pos. 5)

Nicole: Daniela, jetzt haben wir schon ganz viel über Zucker in vermeintlich gesunden Gerichten gesprochen und letztendlich erkennt man ihn im Zweifel nicht, weil die Kennzeichnung bei loser Ware eben nicht so streng geregelt ist, wie bei verpackten Lebensmitteln. Nährwertangaben müssen also nicht gemacht werden bei unverpackten Speisen, aber bei den Zutaten, da meinst Du vorhin, da gibt es ein paar Ausnahmen. Das möchte ich jetzt gern nochmal genau wissen: Einige Zutaten müssen also auch bei loser Ware angegeben werden? Welche?

Daniela: Ja, das ist richtig. Zum Beispiel Erdnüsse oder Sellerie. Sie gehören nämlich zu den Zutaten, die häufig allergische Reaktionen oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können. Solche Allergene müssen IMMER angegeben werden – egal ob ein Lebensmittel verpackt oder unverpackt ist. Und zwar, weil sie für Allergiker zum Teil lebensbedrohlich sind. Dabei handelt es sich um insgesamt 14 Stoffe. Neben den beiden genannten Beispielen gehört auch die Milch, das Getreideeiweiß Gluten, Eier und Soja zu den Zutaten, die gekennzeichnet werden müssen.

Nicole: Stimmt, auf verpackten Lebensmitteln werden die Allergene ja immer hervorgehoben in der Zutatenliste. Entweder in Großbuchstaben oder in gefetteter Schrift. Wie ist das dann aber bei unverpackter Ware, wo es in der Regel ja gar kein Zutatenverzeichnis gibt?

Daniela: Die Information kann auf ganz unterschiedliche Weise erfolgen. Manchmal ist direkt bei der Ware ein Schild. Es ist aber auch in Ordnung, wenn man mit einem Aushang oder einer anderen schriftlichen Information, wie zum Beispiel einem ausliegenden Ordner die Kundschaft informiert. Das Unternehmen kann allerdings auch durch sein Personal mündlich die Auskunft geben. Eigentlich egal wie, viel wichtiger ist, dass die Information leicht zugänglich ist. Das bedeutet, im Verkaufsraum muss deutlich darauf hingewiesen werden, wo die Kund:innen die Information über die Allergene bekommen.

Nicole: Okay, Allergene müssen also auch bei loser Ware angegeben werden. Und sonst aber nichts?

Daniela: Na ja doch, es gibt schon noch eine Stoffgruppe, die teilweise kennzeichnungspflichtig ist – nämlich die der Zusatzstoffe. Also Substanzen, die aus technologischen Gründen in Lebensmitteln eingesetzt werden. Dazu gehören zum Beispiel Konservierungsstoffe, Farbstoffe und andere Zusatzstoffe, die die Haltbarkeit, das Aussehen oder den Geschmack von Lebensmitteln verbessern sollen. Aber leider ist die Kennzeichnungspflicht im Gegensatz zu verpackter Ware sehr lückenhaft. Sprich, bei einigen reicht es aus, wenn die Zusatzstoffklasse genannt wird. Dann steht also zum Beispiel nur „mit Konservierungsstoff“ oder „mit Farbstoff“. Um welchen Konservierungsstoff oder Farbstoff es sich genau handelt, erfahren wir nicht. Und bei anderen Zusatzstoffklassen, wie Emulgatoren, Säuerungsmittel oder Verdickungsmittel fällt diese Pflicht sogar ganz weg. Die fehlenden oder ungenauen Angaben können aber für Menschen, die auf bestimmte Zusatzstoffe empfindlich reagieren, echt problematisch sein.

Nicole: Okay, wenn ich also irgendwo unterwegs etwas zu essen kaufe, was unverpackt angeboten wird – sei es der Döner im Brot oder die Pizza beim Italiener oder das Brötchen beim Bäcker oder die Fetakäse-Paste auf dem Markt oder die Kugel Eis in der Eisdiele und so weiter – dann erfahre ich zwingend nur zwei Dinge zu den Zutaten: Erstens, ob da Allergene drin sind und zweitens ob bestimmte Zusatzstoffe bzw. Zusatzstoffgruppen drin sind.

Daniela: Ja, so ist es. Und weil Du gerade das Eis in der Eisdiele genannt hast: Das ist ein sehr schönes Beispiel, wo ich nur sehr lückenhaft erfahre, ob Zusatzstoffe eingesetzt worden sind. Ob die Kugel Eis Farbstoffe enthält, erfahre ich zwar noch, aber nicht welcher Farbstoff konkret eingesetzt worden ist. Und völlig im Dunkeln bleibt, ob hochwertige Zutaten, wie Sahne oder Eigelb verwendet worden sind oder, ob anstatt dessen günstige Emulgatoren oder Stabilisatoren drinstecken, damit das Eis schön cremig wird.

Nicole: Aha, da kann also auch getrickst werden, weil die Kennzeichnungspflichten bei unverpacktem Eis eben weniger streng sind. Bei Eis, das in einer Verpackung verkauft wird, müssen natürlich alle Zutaten draufstehen. Also, ich muss schon sagen, diese Unterscheidung zwischen verpackt oder unverpackt, die wirkt schon etwas seltsam auf mich. Und sie macht ja auch Probleme, wie Euer Marktcheck der vermeintlich gesunden To-Go-Gerichte zeigt, in denen in Wahrheit ja sehr viel mehr Zucker steckt als man vermuten würde. Was müsste sich denn da ändern, dass man das besser erkennen kann?

Daniela: Also, wir sind der Meinung, dass dieser Zustand derzeit nicht verbraucherfreundlich ist. Daher fordern wir eine verpflichtende Nährwertkennzeichnung in der Systemgastronomie, in Kantinen und in Mensen analog zu verpackten Lebensmitteln.

Nicole: Okay, aber nicht für alle Restaurants oder Imbisse? Sondern nur für ausgewählte und für Kantinen und Mensen? Erklär bitte nochmal kurz, was genau man unter Systemgastronomie versteht.

Daniela: Das sind alle Restaurantketten. Die Gemeinsamkeit der sogenannten Systemgastronomie ist, dass sie feste Rezepturen haben. Das führt dazu, dass der Hamburger einer bestimmten Kette bei dir in Berlin genauso schmeckt, wie bei mir in München. Meist sind es Franchise-Unternehmen. Die Restaurantbetreiber bestellen die genormte Ware, sprich beim Hamburger die Buns, die Patties und die Soßen direkt beim Anbieter. Außerdem ist es klar definiert, wieviel Fleisch, Soße und Tomaten auf jeden einzelnen Hamburger gehören. Deshalb können die Unternehmen die Nährwerte sehr leicht ermitteln.

Nicole: Ja, und wenn das so leicht ist, dann kann man das doch bitte auch ganz transparent mit uns, also den Kund:innen, teilen!

Daniela: Genau, denn nur mit dieser Information ist eine einfache und gesunde Wahl für uns Verbraucher:innen überhaupt möglich. Ohne diese Angaben verlassen sich halt viele auf die Werbeversprechen der Unternehmen. Und da passiert es schnell, dass man ein Produkt wählt, das eigentlich gar nicht so „healthy“ ist, wie uns suggeriert wird.

Nicole: Tja, das hat ja euer Marktcheck gezeigt.

Daniela: So ist es!

Start Auftakt Musik Sound Design Verpackung

Position 6: Moderatives Ende

Nicole: Und damit sind wir auch schon am Ende unserer Folge zum Außer-Haus-Essen bzw. zur Kennzeichnung von unverpackten Lebensmitteln. Ich werde mir auf jeden Fall bei meiner nächsten gesund wirkenden Bowl mal ganz genau anschauen, ob die nicht vielleicht auch eine heimliche Zuckerbombe ist. Oder es zumindest versuchen, das herauszufinden. Ich bin gespannt, ob mir das gelingt. Ja, und falls Sie oder Ihr Euch auch über eine fehlende Kennzeichnung auf einem Lebensmittel wundert oder Euch über eine unklare Aufmachung ärgert – dann schreibt uns! Auf Lebensmittelklarheit.de könnt Ihr solche Produkte melden oder auch Fragen stellen! Gemeinsam sorgen wir so für mehr Klarheit und Wahrheit!

+ Abmoderation Teaser/ Cliffhanger nächste Folge:

Nicole: Und auch in der nächsten Podcast-Folge werden wir wieder spannende Fragen rund um die Lebensmittelkennzeichnung klären. Ich hoffe, Ihr seid dann wieder mit dabei!

Jetzt noch ein großes Dankeschön an Dich liebe Daniela. Ich fand's wieder mal sehr spannend mit Dir! Und ein großes Dankeschön natürlich auch an Sie und Euch fürs Zuhören! Wir freuen uns, wenn Euch auch diese Folge unseres Podcasts gefallen hat. Empfiehlt uns gern weiter, abonniert „Klar Tisch! Den Podcast von Lebensmittelklarheit.de“ oder hinterlasst gern auch eine positive Bewertung in eurer Podcast-App. Uns kann man auf allen gängigen Podcast-Plattformen hören und natürlich auch auf Lebensmittelklarheit.de. Und dort findet ihr auch noch mehr Infos zur Kennzeichnung unverpackter Lebensmittel!

Position 7: Outro

Closer Musik Verpackung & Audio Logo

Metadaten

Episode Titel:

Episode Beschreibung:

Keywords: