

Knack•Punkt

Aktuelles für Multiplikatoren im Bereich Ernährung



Schwerpunkt

**Zeitgemäß und zukunftsfähig? –
Nutztierhaltung und Fleischkonsum in Deutschland**

Foto: Angela Clausen

Kurzmeldungen

WHO-Ziel „Weniger Salz“ wird verfehlt

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

**Bundesprojekt zu Ernährungsarmut in Deutschland geplant
Ewigkeits-Chemikalien auch in Lebensmittelbedarfsgegenständen**

Aus Wissenschaft und Praxis

Ernährungsempfehlungen zu Long- und Post-COVID

Recht und Gesetz

Entwicklungen in der EU und Herausforderungen in Krisenzeiten

Bücher und Medien

Gesund und abwechslungsreich essen mit wenig Geld: (Wie) geht das?

Seite	
3	Editorial
	Kurzmeldungen
3	Neues Salz mit Selen
3	WHO-Ziel „Weniger Salz“ wird verfehlt
3	Nutri-Score: Neue Bewertung ab 2024
	Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen
4	Baustein des Wandels: „MehrWertRevier“ weist Wege zu Klima- und Ressourcenschutz im Alltag
4	Mehr Einsatz im Kampf gegen Antibiotikaresistenzen gefordert
5	Bundesprojekt zu Ernährungsarmut in Deutschland geplant
5	WBAE-Stellungnahme Ernährungsarmut veröffentlicht
6	Ganz schön bunt und doch so „grün“
7	Gut Essen macht stark
8	Ewigkeits-Chemikalien auch in Lebensmittelbedarfsgegenständen
9	Kinderernährung im Fokus
	Schwerpunkt
10	Nutztierhaltung und Fleischkonsum in Deutschland
	Aus Wissenschaft und Praxis
14	GrünZeit: Neuauflage der App für heimisches Obst und Gemüse am Start
14	Gute Alternativen nach Einwegplastik-Verbot gesucht
14	EFSA: Bedenken wegen Nitrosaminen in Lebensmitteln
15	Ernährungsempfehlungen zu Long- und Post-COVID
15	Marktbeobachtung: Nahrungsergänzungsmittel gegen Long-COVID?
16	COVID-19 und Long-COVID
	Recht und Gesetz
17	Entwicklungen in der EU und Herausforderungen in Krisenzeiten
	Bücher und Medien
18	Gesund und abwechslungsreich essen mit wenig Geld: (Wie) geht das?
	Quellenverzeichnis
	Termine
	Internet
20	Interessantes im Netz

Achtung!

Namen, Adressen, Telefonnummern, Mailadressen – vieles ändert sich im Laufe der Zeit. Hat sich bei Ihnen auch etwas geändert? Dann teilen Sie es uns doch bitte mit, damit Sie auch weiterhin regelmäßig den **Knack•Punkt** bekommen und die Newsletter nicht verloren gehen. Kurze Mail (→ knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw) oder Anruf (☎ 0211 / 3809 - 121) genügt, damit wir und Sie auf der Höhe der Zeit sind. Informationen zum Datenschutz entnehmen Sie bitte unseren Hinweisen im Internet unter → www.verbraucherzentrale.nrw/datenschutz.

Juni 2023 • Heft 3 • 31. Jahrgang

Herausgeberin:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Mintropstraße 27
40215 Düsseldorf

Fachliche Betreuung und Koordination:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bereich Ernährung und Umwelt

Redaktion:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bernhard Burdick (verantwortlich)
Angela Clausen (AC)
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121, Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw

Texte:

Angela Clausen (AC)¹, Nora Dittrich (ND)¹,
Dr. Kerstin Etzenbach (KEE)¹, Sabine Klein (Kn)¹,
Silvia Monetti (Mon)¹, Ruth Rösch (RR)²,
Nicole Schlaeger (Schl)¹, Andrea Schneider (AnS)¹,
Elisabeth van Thiel (EVT)¹, Frank Waskow (WF)¹

¹ Verbraucherzentrale NRW e.V.

² Fachjournalistin für Ernährung, Düsseldorf

Vertrieb und Abonnentenbetreuung:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Claudia Weinfurth
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121
Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (6 Hefte) Inland 18,00 €, Ausland 26,00 € inklusive Versand, gegen Rechnung. Der Bezugszeitraum des Abonnements beträgt zwölf Monate und verlängert sich auf unbestimmte Zeit, wenn der Abonnementvertrag nicht mit einer Frist von einem Monat gekündigt wird. Die Kündigung des Abonnementvertrags hat in Textform zu erfolgen. Die vollständigen Bezugsbedingungen sind nachzulesen unter

→ www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt oder können bei uns angefordert werden.

Nächste Ausgabe:

August 2023, Redaktionsschluss 15. Juli 2023

Die Verbreitung unserer Informationen liegt uns sehr am Herzen. Trotzdem müssen wir uns vor Missbrauch schützen. Kein Text darf ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeberin abgedruckt werden.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Herausgeberin wieder.

Gestaltung, Satz, Druck:

Verbraucherzentrale NRW e.V.

Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier – ausgezeichnet mit dem Blauen Engel.

ISSN 1866-6590

Liebe Leser:innen,

mehr als 320 europäische Forschende haben einen Bericht zum Nutri-Score veröffentlicht, sich darin für den verpflichtenden Nutri-Score in Europa ausgesprochen und die EU-Kommission aufgefordert den Nutri-Score einzuführen. Das könnte noch einmal ein gewichtiges Argument für diese Art der bewertenden Lebensmittelkennzeichnung liefern, geht doch das Gerücht, dass die Lebensmittelwirtschaft es geschafft hätte, Europa den Nutri-Score auszureden. Dabei wurde gerade erst eine verbesserte Berechnungsformel beschlossen (s.u.). Auch spannend: die europäische Lebensmittelsicherheitsbehörde EFSA hat erste Neubewertungen bzw. Überarbeitungen der Tolerable Upper Limits für einige Mikronährstoffe wie Selen, Vitamin B₆ und Vitamin D veröffentlicht bzw. zur Diskussion gestellt. In allen Fällen sind die Werte jetzt niedriger. Diese Arbeiten bilden die Basis für die hoffentlich im nächsten Jahr zu erwartenden – und seit 2004 überfälligen – Höchstmengen für die Anreicherung von Lebensmitteln incl. Nahrungsergänzungsmitteln

mit diesen Nährstoffen. Außerdem hat die EFSA Bedenken hinsichtlich Nitrosaminen in Lebensmitteln geäußert (S. 14). Die Ewigkeits-Chemikalien PFAS werden uns auch im Lebensmittelbereich wohl noch lange beschäftigen, erst einmal geht es darum, möglichst schnell umfangreiche Beschränkungen durchzusetzen (S. 8).

Die WHO wiederum hat sich nicht nur zu Süßstoffen geäußert, sondern auch konstatiert, dass das in 2013 formulierte Ziel der Mitgliedsländer, bis 2025 den Salz- bzw. Natriumkonsum um 30 % zu reduzieren, wohl verfehlen dürften, darunter auch Deutschland.

Wir berichten von diversen Veranstaltungen wie dem Lebensmittelrechtstag (S. 17), dem Kinderernährungstag (S. 9) und der Süßwarenmesse (S. 6) sowie von einem geplanten Projekt zu Ernährungsarmut (S. 5). Im Zuge dessen haben wir uns einige Spar-Kochbücher angeschaut und rezensiert (S. 18f).

Nicht zuletzt begleitet uns Corona immer noch, wir stellen Ihnen u. a. die neue Patientenleitlinie zu Long-Covid vor (S. 15f).



Last but not least: Aktuell wird das neue Tierhaltungsgesetz intensiv diskutiert, wir liefern Ihnen die Fakten rund um Nutztierhaltung und Fleischkonsum in Deutschland (S. 10ff).

Eine spannende Lektüre wünscht
die Redaktion

Kurzmeldungen

Neues Salz mit Selen

Seit Ende April ist ein neues Salz auf dem Markt, welches nicht nur mit Jod (2.000 µg/100 g), sondern auch mit Selen (550 µg/100 g) angereichert ist. Es wurde unter Mitwirkung von Ernährungsexpertinnen auf Basis wissenschaftlicher Evidenz speziell für Menschen entwickelt, die flexitarisch, vegetarisch oder vegan essen. 2 g Salz enthalten 40 µg Jod (27 % NRV) und 11 µg Selen (20 % NRV). (AC)

→ www.bad-reichenhaller.de

WHO-Ziel „Weniger Salz“ wird verfehlt

Bis 2025 wollten die Mitglieder der WELTGESUNDHEITSORGANISATION (WHO) den Salz- bzw. Natriumkonsum um 30 % reduzieren, so das in 2013 formulierte Ziel. Dieses dürfte nach einem aktuellen WHO-Bericht verfehlt werden. Bis heute hätten nur neun Länder klare und umfassende Vorschriften für die Reduzierung von Natrium, nämlich Brasilien, Chile, Litauen, Malaysia, Mexiko, Saudi-Arabien, Spanien, Tschechien und Uruguay.

Die WHO führt Deutschland als Land mit nur freiwilligen Empfehlungen auf. Die Reduktion des Salzverzehr gilt als eine der kostengünstigsten Möglichkeiten, die Gesundheit zu verbessern und die Belastung durch nichtübertragbare Krankheiten zu verringern, da eine große Zahl kardiovaskulärer Ereignisse und Todesfälle bei sehr geringen Gesamtkosten des Programms verhindert werden können. Die WHO fordert die Mitgliedstaaten auf, unverzüglich zu handeln und die schädlichen Auswirkungen eines übermäßigen Salzkonsums abzumildern, zum Beispiel durch veränderte Rezepturen von verarbeiteten Lebensmitteln sowie eine deutlich sichtbare Nährwertkennzeichnung auf der Vorderseite von Verpackungen. (AC)

→ <https://extranet.who.int/nutrition/gina/en/scorecard/sodium>

Nutri-Score: Neue Bewertung ab 2024

Der Nutri-Score-Lenkungsausschuss, der für die übergreifende Koordination und Entwicklung auf internationa-

ler Ebene verantwortlich ist, hat die Überarbeitung vorerst abgeschlossen und weiteren Vorschlägen des wissenschaftlichen Gremiums zur Anpassung des Algorithmus zugestimmt. Für Getränke mit geringem Zuckergehalt, gesüßte Milchgetränke sowie Getränke mit Süßungsmitteln (bekommen Negativpunkte) hielt das Gremium Anpassungen für notwendig. In Deutschland treten die aktualisierten Benutzungsbedingungen am 31. Dezember 2023 in Kraft. Bis Ende 2025 gilt dann eine Übergangsfrist für bereits registrierte Unternehmen zur Umstellung der Kennzeichnung auf ihren Produkten. Das bedeutet aber gleichzeitig, dass der Nutri-Score für Verbraucher:innen für eine zweijährige Übergangszeit nicht wirklich vergleich- und somit nutzbar ist. (AC)

Quelle: Pressemitteilung Nr. 45 des BMEL vom 24.04.2023

→ www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelkennzeichnung/freiwilligangaben-und-label/nutri-score/nutri-score-coen-berichte.html

Baustein des Wandels: „MehrWertRevier“ weist Wege zu Klima- und Ressourcenschutz im Alltag

Das Rheinische Revier ist im Umbruch: Nach dem beschlossenen Ausstieg aus der Braunkohle soll der Weg zu einer umwelt- und klimaverträglichen Entwicklung der Modellregion eingeschlagen werden. Ein Baustein dafür ist ressourcenschonender Konsum. Das jetzt gestartete Projekt „MehrWertRevier“ der VERBRAUCHERZENTRALE NRW unterstützt Verbraucher:innen bei bewussten Konsumentscheidungen, fördert das Engagement von Initiativen für Nachhaltigkeit und bringt Bürger:innen und Forschung zusammen, um einen klimafreundlichen Alltag zu stärken. „MehrWert“ bedeutet dabei einen Gewinn im doppelten Sinne – für mehr Lebensqualität in der Region und für mehr Umwelt- und Klimaschutz.

Das Projekt wird über das Förderprogramm *Kommunale Modellvorhaben zur Umsetzung der ökologischen Nachhaltigkeitsziele in Strukturwandelregionen (KoMoNa)* durch die Bundesregierung und das Land NRW gefördert. Bis Ende 2025 setzt es zwischen Aachen und Neuss, Euskirchen und Mönchengladbach vielfältige Angebote rund um einen nachhaltigen Konsum um. Inhaltlich geht es um Ressourcenschonung, Ernährung, Mobilität und Energie. Ausgehend



Foto: Verbraucherzentrale NRW / Matthias Dollt

gen für nachhaltiges Handeln im Alltag. Die ersten Stationen der Ausstellung sind im Mai und Juni 2023 Düren und Neuss, in der zweiten Jahreshälfte folgen Euskirchen und Mönchengladbach.

Die zahlreichen Bildungsangebote im Projekt richten sich insbesondere an junge Menschen in Kitas und Schulen. Darüber hinaus werden im Rahmen von drei Bürgerwissenschaftsprojekten gemeinsam mit Forschenden Fragestellungen rund um Energie, Mobilität und Ernährung erkundet.

Die Teilnehmenden helfen mit, neue Erkenntnisse zu gewinnen, und können so einen Beitrag zur Forschung leisten. Partner ist das von der HEINRICH-HEINE-UNIVERSITÄT DÜSSELDORF koordinierte INSTITUT FÜR VERBRAUCHERWISSENSCHAFTEN.

Zudem unterstützt das Projekt nachhaltige Verbraucherinitiativen im Rheinischen Revier wie Gemeinschaftsgärten, Reparatur-Cafés oder Foodsharing-Gruppen durch Workshops, Fachwissen und Vernetzungstreffen.

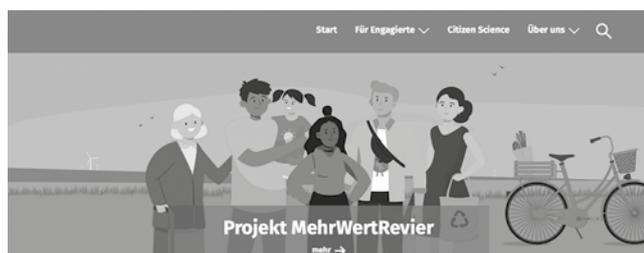
Die im Projekt Mitarbeitenden setzen Angebote und Aktionen um und kooperieren dabei mit vielen Akteur:innen im gesamten Rheinischen Revier.

→ www.mehrwertrevier.nrw



Foto: Verbraucherzentrale NRW / Matthias Dollt

von den Standorten Düren, Bergheim, Mönchengladbach und Dormagen werden die Angebote um Nachhaltigkeitsthemen in den neun Beratungsstellen der VERBRAUCHERZENTRALE NRW im Rheinischen Revier damit nun erheblich gestärkt. Mitmachaktionen und eine Wanderausstellung mit dem Titel „Einfach machen“ vermitteln Wissen und konkrete Anregun-



Mehr Einsatz im Kampf gegen Antibiotikaresistenzen gefordert

Die BUNDESÄRZTEKAMMER (BÄK) und der Europaabgeordnete der CDU/EVP für NRW, Dr. PETER LIESE, haben von der Politik ein Verbot von Reserveantibiotika in der Tiermedizin (s. **Knack•Punkt** 6/2022, S. 10ff) gefordert.

„Die Bundesärztekammer hat vor kurzem wieder den Dialog mit der Bundestierärztekammer aufgenommen, um gemeinsam einen vernünftigen Kompromiss zu finden“, sagte BÄK-Präsident Dr. KLAUS REINHARDT. „Wir sollten versuchen, einen Weg zu finden, Reserveantibiotika auch im Veterinärbereich nicht mehr prophylaktisch einzusetzen.“

Dafür müsse sich auch die Gesellschaft Gedanken darüber machen, ob die Tierhaltung noch zeitgemäß sei – sowohl im Hinblick auf den Klimawandel als auch im Hinblick auf das Tierwohl. „Wenn wir uns von der Massentierhaltung in ihrer heutigen Form verabschieden würden, könnte auch der Einsatz von Reserveantibiotika in der Tiermedizin deutlich reduziert werden“, so REINHARDT.

LIESE seinerseits betonte: „Wir brauchen einen anderen Umgang mit Antibiotika: sowohl in der Tier- als auch in der Humanmedizin.“ Er sieht aber auch die Notwendigkeit neuer Substanzen, da es ja bereits Resistenzen gibt. Für Europa will die EU-Kommission jetzt Anreizsysteme für die Entwicklung neuer Antibiotika schaffen. Unter den derzeitigen Bedingungen können Pharmahersteller mit Antibiotika kein Geld verdienen, da neue Antibiotika ja als Reservemittel betrachtet und nur im Notfall verordnet würden.

Quelle: www.aerzteblatt.de/nachrichten/140841/Mehr-Einsatz-im-Kampf-gegen-Antibiotikaresistenz vom 07.02.2023

(AC)

Verbraucherzentralen suchen Kooperationspartner

Bundesprojekt zu Ernährungsarmut in Deutschland geplant

Die Preise für Lebensmittel steigen seit dem Sommer 2021 besonders stark an. Im März 2023 betrug die Lebensmittelteuerung im Vorjahresvergleich über 22 Prozent. [1] Durch die ebenfalls gestiegenen Lebenshaltungskosten, insbesondere die hohen Energiepreise, sind immer mehr Menschen von Armut und auch von Ernährungsarmut betroffen (s. **Knack•Punkt** 2/2023, S. 14f). Laut FAO-Daten [2], die in der aktuellen Stellungnahme des WISSENSCHAFTLICHEN BEIRATS FÜR AGRARPOLITIK, ERNÄHRUNG UND GESUNDHEITLICHEN VERBRAUCHERSCHUTZ beim BMEL „*Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen*“ (s. Kasten) zitiert werden, leiden rund 3 Millionen Menschen in Deutschland unter Ernährungsarmut. Bereits 2022 waren über 14 Millionen Mitbürger:innen (17 % der Bevölkerung) von Armut gefährdet oder betroffen [3,4]. Gruppen mit niedrigem sozioökonomischen Status sind häufiger von sozialer Ausgrenzung bedroht und vulnerabler gegenüber Ernährungsarmut. Sie weisen oft ungünstigere Ernährungsmuster auf und leiden häufiger

unter ernährungsmitbedingten Krankheiten [5,6]. Übergewicht, Fettleibigkeit und Mikronährstoffmangel sind weit verbreitet [7]. Bei der Schaffung von gesunden und nachhaltigen Ernährungsumgebungen steht Deutschland im internationalen Vergleich im unteren Mittelfeld [8]. Nach wie vor wird von politischer Seite vor allem die individuelle Ernährungsverantwortung eingefordert – während es Millionen Menschen an den finanziellen Mitteln für eine gesunde Ernährung mangelt [9]. Die aktuelle Situation erfordert dringende Maßnahmen gegen Ernährungsarmut und für mehr soziale Teilhabe.

Aktueller Marktcheck

→ www.verbraucherzentrale.nrw/aktuelle-meldungen/lebensmittel/marktcheck-lebensmittelpreise-in-nordrheinwestfalen-83167

Neues Angebot der Verbraucherzentralen

2024 soll ein vom Bundesernährungsministerium gefördertes Projekt der VERBRAUCHERZENTRALEN starten. Das

Ziel wird sein, von Ernährungsarmut gefährdete oder betroffene Menschen zu unterstützen, eine gesündere Ernährung mit wenig Geld umzusetzen. Dafür werden die VERBRAUCHERZENTRALEN lokale Institutionen und Multiplikator:innen an wichtigen Schnittstellen ansprechen. Vorgesehen sind drei Ansätze: Train-the-Trainer, Integration von Bildungs- und Aktionsangeboten in bereits bestehende Strukturen (u.a. Familienbildungsstätten, Stadtteiltreffs, Bildungseinrichtungen u.Ä.) sowie aufsuchende Ernährungsberatung. Erste Maßnahmen werden 2023 in einer Pilotphase konzipiert und erprobt. Sie umfassen Workshops und Informationsmaterialien für Multiplikator:innen sowie Einkaufstrainings, Aktionen und Materialien (z.B. Info-Karten mit Tipps für den Einkauf, die optimale Lagerung von Lebensmitteln, Rezepte, Speiseplanung) für Verbraucher:innen. Die Aktionen werden zusammen mit lokalen Akteur:innen gestaltet und umgesetzt.

Die VERBRAUCHERZENTRALEN suchen noch Partner für die laufende Pilotphase und das geplante Projekt. Wenn Sie Anknüpfungspunkte in Ihrer Arbeit sehen und Interesse haben, dann melden Sie sich gerne bei silvia.monetti@verbraucherzentrale.nrw (Mon)

Quellen: S. 19

WBAE-Stellungnahme Ernährungsarmut veröffentlicht

Am 21. März 2023 hat der WISSENSCHAFTLICHE BEIRAT FÜR AGRARPOLITIK, ERNÄHRUNG UND GESUNDHEITLICHEN VERBRAUCHERSCHUTZ beim BMEL (WBAE) in Berlin die Stellungnahme „*Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen*“ an Bundesminister Cem Özdemir übergeben. Darin analysieren die 18 Wissenschaftler:innen die Ernährungssituation von armutsgefährdeten Haushalten während der Pandemie und leiten Empfehlungen an die Politik für ähnliche Krisensituationen sowie für Probleme ab, die durch die Pandemie offensichtlicher geworden sind:

- In Deutschland sind rund drei Millionen Menschen von Ernährungsarmut betroffen. Während der Pandemie hat sich das Problem für armutsgefährdete Haushalte noch verschärft, da wichtige Essensangebote – wie die Kita- und Schulverpflegung und Angebote durch karitative Organisationen (Tafeln, warmer Mittagstisch) – zeitweise weggebrochen sind.
- Andere Länder haben hier schnellere sowie weitreichendere Maßnahmen ergriffen, um erforderliche Essensangebote weiterhin zu gewährleisten. In Deutschland wurde das Problem weitgehend vernachlässigt.
- Insgesamt empfiehlt der Beirat zwei Bündel von Maßnahmen, um die materiellen und sozialen Aspekte von Ernährungsarmut gemeinsam in den Blick zu nehmen. Die soziale Komponente der Ernährungsarmut und ihre Konsequenzen für die soziale Teilhabe werden in Deutschland noch zu wenig berücksichtigt.
- Ein Maßnahmenbündel umfasst Maßnahmen während einer Pandemie oder ähnlichen Krisen, um Essensangebote durch die Kita- und Schulverpflegung, die Tafeln und weitere Akteure sicherzustellen.
- Eine zentrale Empfehlung des zweiten Bündels bezieht sich auf das Bürgergeld. Der Regelsatz reicht nach wie vor nicht für eine gesundheitsfördernde Ernährung aus und sollte entsprechend erhöht werden. Darüber hinaus sollte für den zentralen Bereich der Kinderernährung ein Systemwechsel zu einer integrativen und beitragsfreien Kita- und Schulverpflegung erfolgen, die den DGE-Qualitätsstandards entspricht und gemeinsames Essen ermöglicht. (Schl)

→ www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/ernaehrungsarmut-pandemie.pdf

Internationale Süßwarenmesse 2023 in Köln

Ganz schön bunt und doch so „grün“

Inmitten der Debatte um Werbebeschränkungen für ungesunde Lebensmittel hatte auch dieses Jahr wieder die *ISM*, die weltweit führende Fachmesse für Süßwaren und Snacks, allerhand zum Naschen zu bieten. Statt wie sonst im Januar fand die Messe 2023 im April gemeinsam mit der *ProSweets Cologne* statt. Mehr als 25.000 Fachbesuchende informierten sich über das Angebot der insgesamt 1.274 Ausstellenden aus 71 Ländern.

Vegane und umweltfreundliche Leckereien

Sie sind als Trend in diesem Jahr ganz vorne dabei. So finden sich neben den konventionellen Produkten in bunter Aufmachung immer wieder – häufig in brauner Farbgebung gehaltene oder mit Blättern verzierte – Verpackungen, die sofort suggerieren sollen: Diese Nascherei ist „grün“. Mit gut sichtbaren Werbebotschaften zur Verpackung aus Papier oder der klimaneutralen Herstellung erscheint das Image besonders umweltfreundlich. Doch zeigen Studien des Portals *Lebensmittelklarheit* und von *MehrWert NRW* im Jahr 2022 [1,2], dass viele Verbraucher:innen fälschlicherweise annehmen, „klimaneutral“ sei gleichbedeutend mit „weniger Treibhausgasausstoß“. Nur 10 % der Befragten wussten, dass die vermeintliche Klimaneutralität in Wahrheit bedeutet, dass die Hersteller zum Ausgleich Minderungszertifikate aus Klimaschutzprojekten kaufen.

Preise für Süßwaren stark verteuert

Die Preise für Süßwaren sind in Deutschland stärker gestiegen als in anderen europäischen Ländern. Das zeigt eine Analyse von *NIELSEN IQ* im Auftrag des Branchenverbandes *SG NETWORK*. Untersucht wurden Preise in Super- und Verbrauchermärkten zwischen Januar 2022 und Januar 2023. Demnach verteuerte sich der Süßwarenkorb in Deutschland um 11,8 %. Europaweit kletterten die Preise um 9,7 %. (AC)

Quelle: *Fries T: In Deutschland steigen Süßwarenpreise stärker. Lebensmittelzeitung 16/2023, 21.04.2023*

Bewusstes Knabbern soll mit zahlreichen Chips aus Weizen, Kichererbsen, Reis, Kochbananen oder Maniok möglich sein. Gebacken oder gepufft, als „Protein“-Chips oder durch Fitness-Popcorn werden Menschen mit einem aktiven Lebensstil angesprochen. Ergänzt wird dieses Angebot durch Riegel, Schokoladencremes und Shakes, die ein Plus an Protein versprechen. Dabei ist zusätzliches Protein in derartigen Produkten laut der *DEUTSCHEN GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG* [3] nicht nötig. Häufig handelt es sich um hochverarbeitete Produkte, die massiv beworben werden und deren positives Image sich deutlich im hohen Preis widerspiegelt.

Neuartige Zutaten

Muskelaufbau verspricht auch ein besonders hartes Fitness-Kaugummi, mit dem die Gesichtsmuskulatur gestärkt und dadurch die Kieferpartie geformt werden soll. Auch weitere Kaugummis mit angeblichem Zusatznutzen wurden auf der Messe vorgestellt. Vitamine und Zink sollen in Form von „Relax“-Kaugummis in Verbindung mit Lavendel oder Bachblüten eine beruhigende Wirkung hervorrufen, wohingegen die Zugabe von Koffein oder Guarana mehr Energie geben soll. Mit Cola- und Ananas-Extrakt sowie afrikanischer Schwarzbohne (*Griffonia simplicifolia*, neuartig, bisher nur in Nahrungsergänzungsmitteln zugelassen [4]) soll ein „Weight-Loss“-Kaugummi das Hungergefühl kontrollieren und den Stoffwechsel anregen. Nicht selten erinnern die Verpackungen der Kaugummis eher an Medikamente als an Lebensmittel. Diese Aufmachung findet sich auch im Bereich der CBD-Produkte wieder, die auf der Vorderseite teilweise prominent mit einer Milligramm-Angabe des CBD-Gehaltes werben.

Ob Energy Drink, Bier, Kaffee, Tee, Gummibärchen oder „Space Cake“: Die Produktpalette mit CBD-Anreicherung ist groß, aber das Angebot beschränkte sich insgesamt eher auf einzelne Anbieter. Auch CBD ist bisher eine unzulässige Lebensmittelzutat [4] (siehe Link).

Süße Verführungen für Kinder

Die Produkte für Kinder zeigen sich zunächst im üblichen Gewand, bunt und mit den liebsten Comicfiguren und Superhelden. Der Trend geht jedoch in Form von „Candy Toys“ einen Schritt weiter. Die Kombination aus Spielzeug und Verpackung fällt durch große Figuren auf, bei denen die Süßigkeiten durch Knopfdruck oder Drehung herausgegeben werden – Lollys stecken in kleinen Roboterfiguren, mit bunten Einhörnern wird „Unicorn-Spray“ versprüht. An einigen Produkten sind weitere Spielereien angebracht, beispielsweise in Form eines Mini-Ventilators für unterwegs. Die Stände der Hersteller sehen auf den ersten Blick mitunter aus wie Spielwarengeschäfte. Mit Gelstiften



Foto: Verbraucherzentrale NRW

und „Slime-Writern“ sollen Kinder andere Süßigkeiten bemalen und diese durch das (meist saure) Jelly-Topping aufpeppen. Dadurch erhalten die Süßwaren nicht nur eine Portion Extra-Zucker, sondern auch weitere Zusatzstoffe. Für die knallbunte Farbe kommen oft Azofarbstoffe zum Einsatz, die im Verdacht stehen, bei Kindern zu Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen zu führen [5].

Immerhin kommt die „süße Naschwatte“ ohne Farbstoffe aus. Sie besteht aus Oligofruktose und beinhaltet 90 % weniger Zucker als herkömmliche Zuckerwatte. Dafür gewann der Hersteller beim *New Product Showcase Award* den ersten Platz für das innovativste Produkt der Messe. (EvT)

Quellen: S. 19

→ www.klartext-nahrungsergaenzung.de/node/37660

Mehr gesundheitliche Chancengleichheit im Quartier

Gut Essen macht stark

Seit Anfang 2019 gibt es das bundesweite Projekt „Gut Essen macht stark: Mehr gesundheitliche Chancengleichheit im Quartier“. Es wird im Rahmen der ressortübergreifenden Strategie „Soziale Stadt – Nachbarschaft stärken, Miteinander im Quartier“ durch das BUNDESMINISTERIUM FÜR WOHNEN, STADTENTWICKLUNG UND BAUWESEN gefördert.

Das Projekt wendet sich an Einrichtungen für Kinder und Jugendliche in den Quartieren, mit dem Ziel, deren Ernährungs- und Konsumkompetenzen zu stärken. Es leistet damit einen Beitrag zur Gesundheitsförderung und zu mehr Integration und Teilhabe von Kindern und Jugendlichen aus sozial benachteiligten Familien und/oder mit Migrationshintergrund an der Gemeinschaftsverpflegung sowie an Ernährungsbildungsaktionen.

Einzelne Fokusquartiere werden bis Mitte 2024 in fast allen Bundesländern intensiv durch Ernährungsfachkräfte der Verbraucherzentralen vor Ort betreut, um die Ernährungs- und Konsumkompetenz der Kinder und Jugendlichen in den Quartieren zu stärken. Dazu gehört die Teilnahme an Runden Tischen, die Betreuung von Kitas und die Durchführung eines Bildungsangebotes an weiterführenden Schulen und Jugendfreizeiteinrichtungen.

Fokusquartier NRW

Wichlinghausen ist ein historisch gewachsener Stadtteil im Stadtbezirk

Wuppertal-Oberbarmen. Im Fokusquartier Oberbarmen Wichlinghausen arbeitet die VERBRAUCHERZENTRALE NRW (VZ NRW) seit Ende 2022 eng mit Netzwerkpartnern zusammen. Federführend ist hier das VierZwoZwo QUARTIERBÜRO Sozialer Zusammenhalt vor Ort. Durch mehrere Netzwerktreffen konnten bereits in 2022 für das Jahr 2023 Kitas, Schulen und sonstige Bildungseinrichtungen für das Projekt gewonnen werden.

Aktionen in Kitas

Seit Januar 2023 begleitet die VZ NRW mehrere Kitas im Quartier gezielt auf ihrem Weg, das Thema „Essen und Trinken“ verstärkt in ihrem Bildungs- und Erziehungsprozess zu integrieren und das Verpflegungsangebot zu verbessern.

Vom Teamcoaching, der Erstellung eines Verpflegungskonzeptes, über ein interkulturelles Elterncafé zum Thema „Kinderlebensmittel“, eine Zuckerausstellung im Foyer und Ernährungsbildungsangebote für die Kinder – alle Angebote werden mit jeder Kita individuell abgestimmt. Als „Kümmerer“ unterstützt die VZ NRW die Kitas intensiv, neue Prozesse anzustoßen und umzusetzen. Besonders das Handlungsfeld der Elternkommunikation wird in fast allen Einrichtungen intensiv bearbeitet.

Lernort Grundschule

Nach dem Motto „Ernährungsbildung schmeckt“ bietet das Bildungsangebot „Geschmacksparcours“ Grundschu-

len alles Nötige, um den Kindern auf eine sehr kindgerechte Art viel über gesunde Ernährung zu vermitteln. Beim Würfelspiel „PowerKauer auf Gemüsejagd“ beschäftigen sich Grundschul Kinder spielerisch mit Produktion, Transport und dem jahreszeitlichen Angebot von heimischen und exotischen Gemüse- und Obstsorten.



Foto: Verbraucherzentrale NRW

Zwei Grundschulen in Wichlinghausen werden in Kürze mit den Bildungsangeboten starten, weitere folgen.

Ernährungsbildung digital

Vierzehn Klassen an weiterführenden Schulen aus Oberbarmen Wichlinghausen haben sich bisher für das neue interaktive Bildungsangebot „Check Dein Essen!“ der VZ NRW angemeldet. Es greift Fragen wie „Woher kommt mein Essen?“ oder „Welche Auswirkungen hat meine Ernährung auf das Klima?“ sowohl in analoger Variante als auch in digitaler Form auf. Dafür nutzen die Schüler:innen schul-eigene Geräte oder arbeiten an ihren eigenen Handys. Dieses Bildungsangebot knüpft an die Lebenswelt der Jugendlichen an, vermittelt praxisnahes Alltagswissen und stärkt die Konsumkompetenz der Schüler:innen. Jugendliche werden angeregt, über ihr Kauf- und Essverhalten nachzudenken. Dabei steht besonders die Chancengleichheit im Fokus. (AnS)

→ www.verbraucherzentrale.de/gut-essen-macht-stark-64646

→ www.staedtebaufoerderung.info/DE/Programme/SozialerZusammenhalt/sozialerzusammenhalt_node.html



Foto: Verbraucherzentrale NRW

Per- und polyfluorierte Alkylverbindungen (PFAS)

Ewigkeits-Chemikalien auch in Lebensmittelbedarfsgegenständen

Sie verschmutzen nicht nur dauerhaft Wasser und Boden, sondern reichern sich auch über Lebensmittel bzw. Lebensmittelbedarfsgegenstände im Menschen an: Fluorchemikalien (Per- und polyfluorierte Alkylverbindungen, kurz PFAS). Sie werden als Ewigkeits-Chemikalien betitelt, weil sie sehr langlebig sind und in der Natur kaum abgebaut werden.

Was sind PFAS?

PFAS ist die Abkürzung für Poly- und Perfluoralkylsubstanzen. Es handelt sich dabei um mehrere tausend chemisch hergestellte Verbindungen. Allen PFAS gemeinsam ist grob gesagt, dass sie extrem stabile Kohlenstoff-Fluor-Bindungen enthalten. PFAS werden oft auch als PFC (Poly- und Perfluorcarbone) bezeichnet. Diese Substanzen werden vielfältig in Produkten eingesetzt, unter anderem weil sie fett-, schmutz- und wasserabweisend wirken.

Hauptquellen: Lebensmittel und Trinkwasser

Laut BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR) [1] werden diese Chemikalien hauptsächlich über Lebensmittel und das Trinkwasser aufgenommen. Weitere Quellen sind die Außen- und Innenraumluft, Hausstaub und der Kontakt mit Verbraucherprodukten, die PFAS-haltige Chemikalien enthalten. Gestillte Kinder können PFAS über die Muttermilch aufnehmen.

Im Lebensmittelbereich werden PFAS eingesetzt

- als Antihaft-Beschichtung auf Pfannen, Raclette, Waffeleisen, Sandwichmakern, Backformen, Bactrennfolien etc.,
- in Schüsseln aus Zuckerrohr (Bagasse),
- auf fettabweisenden Verpackungen z.B. für Gebäck, Pommes frites,
- in Mikrowellen-Popcorn-Verpackungen.

Kennzeichnung und Werbung

Ob ein Produkt PFAS enthält, lässt sich in der Regel nicht erkennen, da es in den meisten Produktbereichen keine Kennzeichnungspflicht für diese Ewigkeits-Chemikalien gibt. Hier einige Tipps und Hinweise.

Antihftbeschichtungen: Meistens sind PFAS enthalten, wenn antihftbeschichtete Pfannen, Backformen etc. nicht über ca. 200 °C oder nicht leer erhitzt werden sollen. Auch wenn die Beschichtung nur mit Holz- oder Kunststoffpfannenwendern und keinen scharfen, spitzen Gegenständen in Kontakt kommen soll, wurden höchstwahrscheinlich PFAS eingesetzt. Denn diese Antihft-Beschichtungen sind kratzempfindlich und zersetzen sich bei hohen Temperaturen.

Vorsicht bei ungewöhnlichen Materialeigenschaften: Papier, Pappe, Stoff oder andere Materialien wie Zuckerrohr saugen Wasser und Fett auf. Wenn Öl auf der Oberfläche dieser Materialien runde Tropfen bildet, dann kann dies ein Hinweis auf den Einsatz von PFAS sein. Diverse Backpapiere waren laut einer Untersuchung von ÖKO-TEST im Jahr 2021 jedoch nicht mit PFAS, sondern mit Silikonen behandelt (s. **Knack•Punkt** 6/2021, S. 7).

Hersteller werben häufig mit „PFOA/PFOS-frei“ z.B. auf Pfannen und Textilien. Das bedeutet jedoch nur, dass zwei bestimmte Einzelstoffe von mehr als 10.000 PFAS nicht enthalten sind, deren Einsatz mittlerweile sowieso verboten ist [2]. Im Gegenteil: Die Werbung ist oft ein Hinweis darauf, dass das Produkt PFAS enthält. Werbeaussagen wie „frei von PFAS“, „frei von PFC“ oder „fluorfrei“ umfassen dagegen tatsächlich die gesamte Stoffgruppe mit ihren mehr als 10.000 Stoffverbindungen.

PFAS sind auch ein gesundheitliches Problem

PFAS sind extrem stabil und werden daher als Ewigkeits-Chemikalien bezeichnet. Sie sind quasi nicht abbaubar und reichern sich in der Umwelt, in Mensch und Tier an. Das trifft auf

Kinder und Erwachsene in Industrieländern wie Deutschland zu, und selbst in den entlegensten Bergregionen oder in Eisbären sind diese Chemikalien schon nachweisbar.

Bisher ist nur von einem kleinen Teil der PFAS bekannt, welche gesundheitlichen Schäden sie bewirken können. Oftmals werden sie von Mensch und Tier nur langsam abgebaut und ausgeschieden, sodass sie sich im Körper sogar anreichern können. Studien an größeren Bevölkerungsgruppen weisen darauf hin, dass bestimmte PFAS die Leber, das Hormon- und Immunsystem schädigen und den Fettstoffwechsel stören, die Wirkung von Impfungen verschlechtern, ein geringeres Geburtsgewicht zur Folge haben, die Fruchtbarkeit verringern oder Krebs erzeugen können. [3]

Warum sind Beschränkungen und Verbote von PFAS notwendig?

Wegen der Hinweise auf Gesundheitsgefahren ist ein Verbot dringend erforderlich, vor allem weil alle der deutschlandweit mehr als 1.000 untersuchten Kinder (GerES V-Studie) mit bestimmten PFAS belastet waren. Ein erheblicher Teil der Kinder wies so hohe Blutwerte auf, dass eine Gesundheitsgefährdung nicht mehr sicher ausgeschlossen werden kann. Als Ursachen wurden in dieser Studie Muttermilch, kontaminiertes Trinkwasser und Imprägniersprays identifiziert. Auch im Blut von Erwachsenen sind in Europa PFAS nachweisbar [4].

Zusammen mit vier weiteren EU-Staaten setzt sich Deutschland inzwischen für ein Verbot der PFAS [5] ein. Konkret sollen rund 10.000 Substanzen nicht mehr eingesetzt werden dürfen, es sei denn es handelt sich um Anwendungen, die z.B. für den Klimaschutz unverzichtbar sind.



Weitere Informationen zu PFAS finden Sie im Internetartikel. (KEE/AC)

Quellen: [1] BfR (2020): Fragen und Antworten zu per- und polyfluorierten Alkylsubstanzen (PFAS), Stand: 21.09.2020, https://www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_per_und_polyfluorierten_alkylsubstanzen__pfas_-

242936.html ♦ [2] <https://echa.europa.eu/de/hot-topics/perfluoroalkyl-chemicals-pfas> ♦ [3] Duffek A et al. (2020): Per- and polyfluoroalkyl substances in blood plasma – Results of the German Environmental Survey for children and adolescents. *International Journal of Hygiene and Environmental Health* 228, July, 113549. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2020.113549> ♦ [4] www.hbm4eu.eu/hbm4eu-substances/per-polyfluorinated-compounds/ ♦ [5] <https://echa.europa.eu/de/-/echa-publishes-pfas-restriction-proposal> [alle abgerufen am 24.04.2023]

↗ www.verbraucherzentrale.nrw/node/81811

2. FKE-Ernährungstag

Kinderernährung im Fokus

Das FORSCHUNGSDEPARTMENT KINDERERNÄHRUNG (FKE) der UNIVERSITÄTSKINDERKLINIK BOCHUM führte am 6. Mai 2023 zum zweiten Mal einen Kinderernährungstag durch. Gut 50 Teilnehmende aus den Bereichen Ernährung, Pädiatrie und Gesundheitswesen informierten sich über neuere Studien und tauschten sich über vielfältige Themen aus, unter anderem Phenylketonurie, die Ernährung Frühgeborener, Nährstoffe wie Fluorid und Jod sowie *Public Health Nutrition*.

Privatdozent Dr. MARTIN WEBER, Kinder- und Jugendarzt bei der WHO EUROPA in Athen, stellte Daten zur Ernährung und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Europa vor. Dem COSI-Bericht (*European Childhood Obesity Surveillance Initiative*) zufolge liegt die Prävalenz von Fettleibigkeit in Europa bei 13 % bei Jungen und 9 % bei Mädchen. In südeuropäischen Ländern wie Zypern, Griechenland, Italien oder Spanien sind insgesamt sogar mehr als 40 % der Kinder übergewichtig.

Der aktuelle Report zur WHO-Initiative *HBSC (Health Behavior in School-aged Children)* zeigt, dass die COVID-19-Pandemie spürbare Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen in aller Welt hat. Eine finnische Studie kam zu dem Ergebnis, dass sich vor allem die psychische Gesundheit von Mädchen weiter verschlechtert hat. Die letzte *HBSC*-Erhebung erfolgte 2021/2022.

Dr. KATHRIN SINNINGEN, stellvertretende Leiterin des FKE-BOCHUM, zeigte, warum Muttermilch als „Power Food“ für Säuglinge gilt. Neben den bekannten Vorteilen des Stillens und

Inhaltsstoffen der Muttermilch lag der Fokus auf Humanen Milch-Oligosacchariden (HMO), von denen bisher über 200 identifiziert sind, pro- und anti-inflammatorischen Zytokinen und Muttermilch-Stammzellen. Das FKE forscht derzeit u.a. an der Beeinflussung von Immunfunktionen durch veränderte Proteinspiegel der Mutter im Verlauf der Stillzeit. Diese lassen sich möglicherweise durch Ernährung und Bewegung beeinflussen. Fazit dieses Vortrages: „*Muttermilch ist einzigartig, aber noch nicht vollständig entschlüsselt*“. Das FKE möchte dazu beitragen, dass sich das ändert.

NELE HOCKAMP (MSc Ernährungswissenschaft, Doktorandin) erläuterte anhand von Daten aus der SINA-Studie (*Stillen in NRW – Klinische Geburtshilfe und Corona*), wie die Stillförderung in Geburtskliniken auch unter den Kontaktbeschränkungen der Pandemie funktionieren konnte. Letztere hatten sogar einen positiven Effekt: Mütter und das Stationspersonal nahmen die Besuchseinschränkungen auf Entbindungsstationen durchaus als positiv wahr (mehr Ruhe). Damit das Stillen gelingt, sollten die Kliniken entsprechende Unterstützung bieten. Eine zu frühe Entlassung aus dem Krankenhaus kann den nachhaltigen Stillerfolg gefährden, weil die Mutter dann möglicherweise zu früh auf sich allein gestellt ist. Rund die Hälfte der befragten Mütter berichteten über Stillprobleme in den ersten zwei Wochen zu Hause.

Einen Blick in die Zukunft bot Prof. Dr. ANETTE BUYKEN, Lehrstuhlinhaberin für *Public Health Nutrition* an der UNIVERSITÄT PADERBORN und Mitglied des WISSENSCHAFTLICHEN BEIRATS FÜR AGRARPOLITIK, ERNÄHRUNG UND GESUNDHEITLICHEN VERBRAUCHERSCHUTZ (WBAE) beim BUNDESMINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT (BMEL). Sie erläuterte unter anderem Bedarfe und Handlungsoptionen zur Verbesserung der Ernährung von Kindern und Jugendli-

chen. Public-Health-Maßnahmen mit Relevanz für Kinder und Jugendliche sind zum Beispiel Überarbeitungen im Nutri-Score (Modifikationen für feste Lebensmittel und Getränke) und die *Reformulierungsstrategie Deutschland* mit Senkung des Zuckeranteils in Erfrischungsgetränken, Frühstückscerealien für Kinder und Kinderjoghurts.

Auch Steuersenkungen für „gesündere“ Alternativen, Nudging in Mensen und die geplante Regulierung von an Kinder gerichtete Werbung können zu einem besseren Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen beitragen. Das Beispiel Chile zeigt deutlich positive Effekte bei Werbebeschränkungen: So hat sich die Werbeexposition im Fernsehen bei Kindern und Jugendlichen aus mittleren und niedrigen sozialen Schichten in Santiago de Chile seit der Regulierung etwa halbiert. Auch das Einkaufsverhalten änderte sich: Statt Lebensmittel mit ungünstigem Nährstoffprofil landeten vermehrt Lebensmittel mit günstigen Nährstoffprofil im Einkaufskorb.

Ein Systemwechsel in der Kita- und Schulverpflegung wäre ebenfalls eine geeignete Stellschraube, zumal Kitas und Schulen für Kinder und Jugendliche wichtige Orte des Lernens und der sozialen Integration sind. Eine qualitativ hochwertige Verpflegung durchzusetzen und evidenzbasiert schrittweise beitragsfrei zu stellen – das wäre sicherlich gut investiertes Geld für eine gesündere Zukunft. Die geschätzten Kosten dafür liegen bei ca. 5,5 Milliarden Euro pro Jahr zusätzlich, das entspricht ca. 4 % der jährlichen öffentlichen Bildungsausgaben. Es wäre wünschenswert, dass diese Empfehlung auf fruchtbaren Boden fällt.

Fazit von Prof. Dr. THOMAS LÜCKE, Direktor der UNIVERSITÄTSKINDERKLINIK BOCHUM, am Ende der Veranstaltung: „*Wir haben alle noch Hausaufgaben zu machen. Da ist noch viel Musik drin – wir müssen alle aktiv werden!*“ (RR)

Zeitgemäß und zukunftsfähig?

Nutztierhaltung und Fleischkonsum in Deutschland

Der Fleischkonsum der Deutschen ist zu hoch. Was die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) im Hinblick auf eine gesundheitsförderliche Ernährung seit Jahrzehnten bemängelt, bekommt im Zuge der Klimakrise zusätzliche Relevanz. Die Erzeugung tierischer Produkte verbraucht nicht nur deutlich mehr Ressourcen, sondern verursacht auch deutlich höhere Treibhausgasemissionen als bei pflanzlichen Nahrungsmitteln. Wissenschaftliche Veröffentlichungen betonen die Reduktion des Fleischkonsums als wichtige Maßnahme zur Minderung der Treibhausgasemissionen [1]. Zudem hat sich die gesellschaftliche Einstellung zu Tieren stark gewandelt und die Art und Weise der Nutztierhaltung steht seit Jahren massiv in der gesellschaftlichen Kritik. Sind Art und Umfang der Nutztierhaltung in Deutschland in der derzeitigen Form noch zeitgemäß und zukunftsfähig?



Foto: Angela Clausen

Seit den Mangeljahren in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts ist der Fleischverzehr (einschließlich Fleischerzeugnisse) pro Person und Jahr in Deutschland rasant angestiegen: von ca. 26 kg in 1950, über 56 kg in 1975 auf 66 kg im Jahr 1985. Ab den 1990er-Jahren pendelte er sich dann auf 60 kg ein, mit leichten Schwankungen (+/- 2 kg). Längst hatte das Image von Fleisch stark gelitten: Aus dem Überkonsum im Zuge des gewachsenen Wohlstands resultierte ein starker Anstieg von ernährungsmitbedingten Krankheiten. Fleischskandale und Tierseuchen erschütterten das Verbrauchervertrauen und die Kritik an den Umweltfolgen und Haltungsbedingungen in der intensiven Nutztierhaltung wurde immer lauter. Dennoch setzte ein Rückgang des Fleischverzehrs erst 2019 ein. Das gestiegene Nachhaltigkeitsbewusstsein der Bevölkerung schlug sich schließlich auch im Einkaufsverhalten nieder. Seit 2018 (61 kg) ist der Fleischverzehr bis 2022 auf 52 kg gesunken. In 2022 ist er mit 8,1% besonders stark gesunken [30]. Dieser Trend wird sich in Deutschland und den wohlhabenden Industrieländern voraussichtlich fortsetzen [2].

Dennoch ist der Fleischverzehr weiterhin viel zu hoch, vergleicht man ihn mit den DGE-Empfehlungen von 300-600 g Fleisch und Wurst pro Woche bzw. 16-31 kg/Jahr. Das gilt erst recht, wenn nicht nur die Gesundheitsaspekte, sondern auch die planetaren Grenzen betrachtet werden, wie in der *Planetary Health Diet* der EAT-LANCET-KOMMISSION [3]. Der Wis-

SENSCHAFTLICHE BEIRAT FÜR AGRARPOLITIK, ERNÄHRUNG UND GESUNDHEITLICHEN VERBRAUCHERSCHUTZ BEIM BMEL (WBAE) drängt auf eine generelle Verringerung des Konsums tierischer Produkte [4]. Auch Milchprodukte tragen erheblich zum CO₂-Fußabdruck der Ernährung in Deutschland bei. Dabei gilt: Je höher der Fett- und Trockenmassegehalt, umso höher die Umweltbelastung aufgrund des höheren Milchbedarfs für die Herstellung. Tatsächlich ist auch der Milchkonsum zuletzt auf ein historisches Tief gesunken, von 2020 49,7 Liter pro Jahr [35] auf 46,1 kg pro Kopf in 2022 [36]. Der Pro-Kopf-Verbrauch von Käse ist allerdings konstant geblieben [35].

Ein niedrigerer Konsum tierischer Produkte kann gleichzeitig zu mehr Tierwohl beitragen, welches laut WBAE (neben Gesundheit, Sozialem und Umwelt) eines der „vier zentralen Ziele einer nachhaltigeren Ernährung“ ist. Das gilt vor allem, wenn die vorherrschende Intensivhaltung der Nutztiere, die häufig mit Tierschutzproblemen einhergeht, im Rahmen einer umfassenden Nutztierstrategie extensiviert und tiergerechter gestaltet wird.

Tierschutzdefizite in der Nutztierhaltung

Züchterische und technische Entwicklungen haben zu einer starken Intensivierung und Erhöhung der Produktivität in der landwirtschaftlichen Tierhaltung geführt. Im Kampf um Anteile im internationalen Markt verfolgt die deutsche Fleisch- und Milchwirt-

schaft die Strategie möglichst niedriger Preise [14]. Dazu kommt die hohe Nachfragemacht der großen Handelsketten in Deutschland, die ebenfalls mit Niedrigpreisen (aktuell nur bei Milch und Butter) ihre Marktposition sichern wollen. Da Fleisch lange Zeit fast ausschließlich als austauschbare Massenware über den Preis verkauft wurde, spielten Fragen von Qualität, Tierwohl und Fairness kaum eine Rolle. Die Leidtragenden sind die Landwirte, die unter einem enormen Kostendruck stehen, deren Arbeitskräfte und Tiere sowie die Beschäftigten in der Fleischindustrie und nicht zuletzt die Umwelt.

Die Sicht der Menschen auf die (Nutz-)Tiere hat sich in den letzten Jahrzehnten stark gewandelt und damit der Tierschutz an Bedeutung gewonnen. 2002 wurde Tierschutz als Staatsziel in das Grundgesetz (Art. 20a) aufgenommen. Deutsche und EU-Bürger:innen vertreten mit großer Mehrheit die Meinung, dass der Tierschutz von Nutztieren verbessert werden muss [15]. Auch Agrarexperten des WISSENSCHAFTLICHEN BEIRATS FÜR AGRARPOLITIK BEIM BMEL (WBA) sehen „erhebliche Defizite vor allem im Bereich Tierschutz, aber auch im Umweltschutz“ [16] und fordern eine grundlegende Neuausrichtung der Nutztierhaltung, damit diese hierzulande eine Zukunft hat.

Das Tierschutzgesetz gibt vor, dass Tiere ihrer Art und ihren Bedürfnissen entsprechend angemessen zu ernähren, zu pflegen und verhaltensgerecht unterzubringen sind. Ihre Möglichkeit zu artgemäßer Bewegung

darf nicht so eingeschränkt werden, dass ihnen Schmerzen, vermeidbare Leiden oder Schäden zugefügt werden [17]. Diese Formulierungen klingen gut, sind aber vage und werden sehr uneinheitlich interpretiert.

In der Tierschutz-Nutztierhaltungsverordnung [18] gibt es für einige Tierarten konkretere Vorgaben insbesondere zu den Anforderungen an die Ställe (z.B. Flächenangebot, Bodengestaltung). Diese führen aber nicht zwangsläufig zu einer verhaltensgerechten Unterbringung und zu Tierwohl. Ein großer Teil der Nutztiere in Deutschland wird unter stark eingeschränkten Bedingungen gehalten und Schmerzen, Leiden und Schäden sind weit verbreitet (s. **Knack•Punkt** 5/2019, S. 10ff). Wie groß das Ausmaß der Gesundheits- und Verhaltensprobleme ist, ist nicht bekannt. Systematische Erhebungen und Auswertungen aus der Praxis der Tierhaltung dazu gibt es weder in Deutschland noch in der EU. Das lässt reichlich Spielraum für Behauptungen, Widersprüche und Polemik von allen Seiten.

Erhebliche Tierschutzprobleme gibt es auch beim Transport (v.a. beim Export von Lebendtieren) und bei der Schlachtung. Fachleute halten die Weiterentwicklung der Vorschriften für nötig, beispielsweise die Anpassung der Vorgaben zur Schlachtierbetäubung an den Stand der Technik. Kritisiert werden auch – ebenso wie im Bereich der Tierhaltung – Defizite in der Umsetzung der Vorschriften und in der Überwachung. Der WBA fordert daher die verbesserte Ausstattung der zuständigen Behörden mit sachkundigem Personal und technischen Hilfsmitteln.

Verbraucherwünsche und Verbraucherverhalten

Laut *BMEL-Ernährungsreport 2022* [5] bezeichnen sich 44 % der Befragten als flexitarisch, 8 % essen vegetarisch und 1 % vegan. Als Motive dafür werden je nach Studie meist an erster Stelle der Tierschutz, dann gesundheitliche Gründe sowie Umwelt- und Klimaschutz genannt [6]. Bei jungen Menschen steht eher der Klimaschutz an erster Stelle. Mit zunehmendem Alter wird das Gesundheitsmotiv relevanter.

Zu einer nachhaltigen Ernährung gehört für mehr als die Hälfte der

Deutschen, weniger Fleisch zu essen. Tierwohl wird als einer der wichtigsten Aspekte von nachhaltigen Lebensmitteln angesehen [7]. Viele sehen die aktuellen Tierhaltungsbedingungen kritisch, insbesondere aufgrund der zahlreichen Medienberichte [8]. In einer repräsentativen Befragung 2015 gab mehr als jeder Dritte an, beim Fleischverzehr zumindest ab und zu ein schlechtes Gewissen zu haben [9]. Dennoch blieb die konsumierte Menge lange konstant. Mehr als die Hälfte der Deutschen sagten 2016, dass es ihnen schwerfallen würde, weitgehend auf Fleisch zu verzichten [10]. Der zuletzt sinkende Fleischkonsum [30] legt allerdings nahe, dass sich hier etwas bewegt.

Als Kompromiss gilt vielfach: „Wenn Tiere für unser Essen sterben müssen, sollen sie vorher gut gelebt haben“ [11]. Und dafür sind die Verbraucher:innen laut vieler Umfragen in den letzten Jahren mehrheitlich bereit, mehr Geld beim Fleischeinkauf auszugeben. Das Problem: Bisher gibt es für Fleisch keine gesetzlich geregelte Tierwohl- oder Tierhaltungskennzeichnung. In der Aufmachung und Werbung der Fleischangebote sind „ländliche Idylle“ und „Tierwohl“ sehr präsent – doch was davon ist glaubwürdig und was reines Marketing? Im Zweifel treffen viele dann doch ihre Kaufentscheidung nach dem Preis.

Dieses quasi „Marktversagen“ [12] – Kauf- und Mehrzahlungsbereitschaft für tiergerechter erzeugte Lebensmittel einerseits, Kaufverhinderung durch Intransparenz andererseits – hatte die EU-KOMMISSION bereits 2005 in ihrer ersten Eurobarometer-Befragung zum Tierschutz festgestellt und konstatiert, dass eine Tierschutzkennzeichnung Verbraucher:innen dabei helfen würde, sich für tierfreundlichere Produkte zu entscheiden [13].

Bio: Nachhaltige Tierhaltung und -fütterung

Die Begriffe „Bio“ und „Öko“ sind seit 1992 rechtlich geschützt durch die EU-Öko-Verordnung. Zwar steht in der ökologischen Tierhaltung nicht der Tierschutz im Mittelpunkt, sondern vielmehr die Schonung von Natur und Umwelt. Dennoch beinhalten die Rechtsvorschriften Kriterien, die

den Tieren artgemäßere Lebensbedingungen gewähren als in der üblichen konventionellen Haltung. Das umfasst mehr Platz für die Tiere, Auslauf im Freien, Ställe mit Einstreu und ohne Vollspaltenböden. Sogenannte „nicht kurative Eingriffe“ (z.B. Kupieren der Schweineschwänze) sind verboten. Die Tiere werden weniger intensiv gefüttert und wachsen dadurch langsamer. Die geringeren Milch- und Eierleistungen sind für die Tiere gesundheitsschonender.

Freiland-Nischenprodukte bei Geflügel

Daneben gibt es eine kleine Nische im konventionellen Geflügelfleischangebot mit gesetzlich definierten, extensiven und damit tierfreundlicheren Haltungsformen: Die „Freilandhaltung“ und die „Bäuerliche Freilandhaltung“ (unbegrenzter Auslauf) gemäß den EU-Vermarktungsnormen für Geflügelfleisch [19].

Tierschutzlabel „Für mehr Tierschutz“ des Deutschen Tierschutzbunds

Seit Anfang 2013 bietet der DEUTSCHE TIERSCHUTZBUND Hilfestellung beim Einkauf von Fleisch aus tiergerechter Erzeugung (s. **Knack•Punkt** 2/2012, S. 6f). Mit dem Label „Für mehr Tierschutz“ [20] wurde das Grundkonzept



in die Praxis umgesetzt, das im Rahmen des Gutachtens „*Perspektiven für ein Europäisches Tierschutzlabel*“ [21] erarbeitet worden war. Das Label gibt es in zwei Varianten: Die „Einstiegsstufe“ (ein Stern) beinhaltet deutlich mehr Tierschutz als der gesetzliche Mindeststandard, aber noch kein sehr hohes Tierschutzniveau. Wesentliche Kriterien sind mehr Platz, eine abwechslungsreichere Umgebung im Stall, kürzere Transportdauer und schonende Schlachtung. Das Label der „Premiumstufe“ (zwei Sterne) kennzeichnet ein hohes Tierschutzniveau. Über die Kriterien der Einstiegsstufe hinaus haben die Tiere

noch mehr Platz im Stall und können zwischen verschiedenen Klimazonen wählen – durch Auslauf im Freien oder nach außen offene Stallbereiche.

Initiative Tierwohl

In der INITIATIVE TIERWOHL [22] haben sich 2015 Unternehmen und Verbände aus Land- und Fleischwirtschaft sowie des Lebensmitteleinzelhandels zusammengeschlossen mit dem



Ziel, die Haltungsbedingungen für möglichst viele Rinder, Schweine, Hähnchen und Puten zu verbessern (s. Knack•Punkt 5/2015, S. 10ff). Die Anforderungen an die Tierhaltung sind bewusst kaum höher gesetzt als der gesetzliche Mindeststandard, damit viele Tierhalter:innen teilnehmen können. Im Wesentlichen haben die Tiere etwas mehr Platz (z.B. Schweine: plus 10 %) und etwas mehr Beschäftigungsmaterial als gesetzlich vorgeschrieben. Mittlerweile werden in Deutschland 90 % der Hähnchen und Puten und 50 % der Mastschweine nach den Kriterien der INITIATIVE TIERWOHL gehalten [23].

„Haltungsform“-Kennzeichnung

Angesichts der – trotz vollmundiger Versprechen – Untätigkeit der Politik führten mehrere Handelsunterneh-



men 2019 die gemeinsame vierstufige Kennzeichnung „Haltungsform“ [24] für verpacktes Frischfleisch ein. Dabei handelt es sich nicht um eine Tierwohlskennzeichnung, sondern um eine Einordnung der bestehenden Haltungs-

formen und Fleischprogramme in Kategorien. Mittlerweile wird zum Teil auch unverpacktes Fleisch an den Bedienungstheken der teilnehmenden Supermärkte mit der „Haltungsform“ ausgelobt. Seit 2022 findet man die Kennzeichnung gelegentlich auch bei Milch und Milchprodukten. Haltungsform 1 „Stallhaltung“ steht für die Haltung nach den gesetzlichen Mindestanforderungen beziehungsweise für die branchenübliche Haltung. Stufe 2 „Stallhaltung-Plus“ bietet geringfügig mehr Platz im Stall (z.B. Schweine: plus 10 %) und zusätzliches Beschäftigungsmaterial; in diese Stufe ist die „Initiative Tierwohl“ einzuordnen.

Der Sprung zur Haltungsform 3 „Außenklima“ ist deutlich größer als von Stufe 1 zu Stufe 2: Das Platzangebot im Stall ist nochmals vergrößert und die Tiere haben Kontakt mit dem Außenklima, beispielsweise durch eine nach außen offene Stallseite oder in einem überdachten Außenbereich am Stall. In der Haltungsform 4 „Premium“ haben die Tiere tatsächlich Auslauf im Freien und außerdem den meisten Platz im Stall. Mit Haltungsform 4 kann neben Biofleisch auch konventionell erzeugtes Fleisch gelabelt werden, wenn die Tierhaltung die Anforderungen erfüllt. Nach Auffassung der VERBRAUCHERZENTRALEN stehen einzig die Haltungsformen 3 und 4 für eine deutlich verbesserte Tierhaltung.

Positiv: Aktuell haben viele Händler das Ziel ausgegeben, in ihrem Frischfleisch-Sortiment keine Haltungsform 1 mehr anzubieten. LIDL will ab 2025 nur noch Fleisch und Wurst der Haltungsformen 2-4 anbieten [31], ALDI ab 2030 nur noch Fleisch der Haltungsform 3-4 [32].

REWE [33] hat bereits 2019 sämtliches Eigenmarken-Geflügelfrischfleisch auf Haltungsformstufe 2 und besser umgestellt, Frischfleisch vom Schwein und Rind sollen bis spätestens Ende 2025 folgen. EDEKA [34] bietet Fleisch

mit Tierwohlskennzeichnung und mit dem Sternesiegel des Tierschutzbundes an, dazu diverse Markenfleischprogramme, die der Haltungsform-Stufe 4 entsprechen.

Aber: Neben den beschriebenen Initiativen gibt es im Fleischangebot weiterhin eine unüberschaubare Vielfalt von Marken und Werbung mit vermeintlich hohem Tierwohl. Denn leider sind die Begriffe „tiergerecht“, „artgerecht“, „Tierwohl“ und so weiter nicht rechtsverbindlich definiert. Folglich darf jede Form der Tierhaltung, die nicht gegen die gesetzlichen Mindestanforderungen verstößt, so oder ähnlich bezeichnet werden.

Empfehlungen zur Neuausrichtung einer integrierten Agrar und Ernährungspolitik

Der WBA hatte mit seinem Gutachten 2015 [25] ein umfangreiches Maßnahmenpaket für eine zukunftsfähige, gesellschaftlich akzeptierte Nutztierhaltung vorgelegt. Auch das KOMPETENZNETZWERK NUTZTIERHALTUNG [28], der WBAE [4] sowie die ZUKUNFTSKOMMISSION LANDWIRTSCHAFT [29] haben Vorschläge zum Umbau der Nutztierhaltung gemacht. Im Hinblick auf die Tierhaltung sehen alle genannten Organisationen und Initiativen großen Handlungsbedarf zur Verbesserung des Tierwohls und betonen die Relevanz einer staatlichen Tierwohlskennzeichnung. Der WBAE wies zudem darauf hin, dass die Kennzeichnung breite Anwendung finden müsse, insbesondere auch bei verarbeiteten Fleischprodukten und in der Außer-Haus-Verpflegung.

Dennoch gibt es bis heute keine konkreten Fahrpläne, keine klaren Rahmenbedingungen und keine gesicherte Finanzierung des Umbaus. Dabei drängt die Zeit nicht nur für Millionen Nutztiere, sondern auch für die Landwirtschaft. Die schwierige wirtschaftliche Situation und die Unsicherheit, wie es mit der Nutztierhaltung weitergeht, führen dazu, dass viele Tierhalter:innen aufgeben. Bei aller Kritik an den Verhältnissen in Deutschland ist aus gesellschaftlicher Sicht nicht gewollt, dass sich die Tierhaltung ins Ausland verlagert, wo die Tierwohl- und Umweltbedingungen unter Umständen noch problematischer sind.

Entwurf für ein Tierhaltungskennzeichnungsgesetz

Das BMEL legte Mitte 2022 den Entwurf eines Tierhaltungskennzeichnungsgesetzes [26] vor, welches Mitte 2023 – also eigentlich jetzt – in Kraft treten soll. Von der lange angekündigten staatlichen Tierwohlkennzeichnung ist leider keine Rede mehr. Stattdessen soll es vor allem um den Platz im Stall, Beschäftigungsmaterialien und in den höheren Stufen – wie bei der „Haltungsform“-Kennzeichnung des Handels – um Außenklimakontakt oder Auslauf gehen. Verhaltens- und gesundheitsbezogene Kriterien fehlen.

BMEL: Fragen und Antworten zur Einführung einer verpflichtenden staatlichen Tierhaltungskennzeichnung

→ www.bmel.de/SharedDocs/FAQs/DE/faq-tierhaltungskennzeichnung/FAQList.html

Die Kennzeichnung gilt zunächst nur für die Mast und nur für Schweine. Aus Sicht der VERBRAUCHERZENTRALE NRW (VZ NRW) muss jedoch die gesamte Prozesskette betrachtet werden: von der Haltung der Elterntiere über die Geburt bis zur Schlachtung. Dies und die notwendige Erweiterung der Kennzeichnung auf weitere Nutztierarten ist vom Bundesminister für



Ernährung und Landwirtschaft Cem Özdemir zwar angekündigt, dürfte aber erfahrungsgemäß dauern.

Anders als bei der vierstufigen Haltungsform-Kennzeichnung des Handels ist eine fünfte Stufe für Bio-Fleisch vorgesehen. Nach Meinung der VZ NRW gehört Bio aber in die vierte Stufe, da die ökologische Produktion mit dem EU-Bio-Siegel bereits eindeutig gekennzeichnet ist.

Transparenz zur Tierhaltung wird es damit vorerst nur bei unverarbeitetem Fleisch im Handel geben. Damit haben Verbraucher:innen beim Einkauf verarbeiteter Fleischprodukte und beim Essen außer Haus weiterhin keine Anhaltspunkte, wie die Tiere gehalten wurden.

Positiv ist zu bewerten, dass die Kennzeichnung der Tierhaltungsstufe verpflichtend sein soll. Dennoch muss nicht das komplette Frischfleischangebot mit der Haltungsstufe gekennzeichnet werden, denn für importierte Produkte darf die Bundesregierung das nicht vorschreiben. Die nationale Tierhaltungskennzeichnung kann daher nur eine Übergangslösung sein. Mittelfristig ist eine verbindliche europäische Kennzeichnung notwendig, die Transparenz über das gesamte Angebot schafft.

Fazit

Der aktuelle Entwurf für eine Tierhaltungskennzeichnung fällt stark hinter den Ankündigungen der ursprünglich angestrebten Tierwohlkennzeichnung zurück. Es wäre einfacher und besser gewesen, die Haltungsformkennzeichnung des Handels zur Verpflichtung zu machen – das hätte viel Zeit, Arbeit und Geld gespart. (Kn, WF)

Quellen: [1] u. a. iPcc (2022/2023): 6. iPcc-Sachstandsbericht, ar6, <https://www.de-ipcc.de/358.php>; [3] S. 3; [4] S. 4 ♦ [2] Deutscher Fleischer-Verband (DFV): Zahlen zum Fleischverzehr: Jahrbücher 2018–2022 ♦ [3] Eat-Lancet-Commission: The Planetary health Diet. 2019. <https://eatforum.org/eat-lancet-commission/eat-lancet-commission-summary-report/> ♦ [4] Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBae): Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten – WBae-Gutachten. 2020. www.bmel.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2020/139-gutachten.html ♦ [5] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL): Deutschland, wie es isst. Der BMEL-Ernährungsreport 2022. www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsreport2022.html ♦ [6] Lebensmittelzeitung (Lz): Fleischskeptiker in jeder Altersgruppe; Yougov Online-Umfrage für die Lebensmittelzeitung; 20.09.2021. www.lebensmittelzeitung.net/industrie/nachrichten/lz-exklusivstudie-fleischskeptiker-in-jeder-altersgruppe-161532 ♦ [7] EU-Kommission: Special Eurobarometer 505: Making our food fit for the future – citizens' expectations. 2021 ♦ [8] Handelsverband Deutschland (HDe): Konsummonitor Nachhaltigkeit. 2021. <https://einzelhandel.de/component/attachments/download/10577> ♦ [9] Versicherungsbote, 24.09.2015. Die Deutschen sind Fleischesser – und haben deshalb ein schlechtes Gewissen. Repräsentative Befragung im Auftrag der Hannoverschen Lebensversicherung. www.versicherungsbote.de/id/4828925/umfrage-Fleisch-Vegetarier-hannoversche-lebensversicherung-ag ♦ [10] Nestlé: So klimafreundlich is(s)t Deutschland – Die Nestlé Studie „Klima und Ernährung“ 2021. <https://www.nestle.de/unternehmen/publikationen/nestle-studie/klimastudie> ♦ [11] Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (vzbv) (2016): Wie wichtig ist Verbrauchern das Thema Tierschutz? <https://www.vzbv.de/sites/default/files/downloads/Tierschutz-Umfrage-Ergebnisbericht-vzbv-2016-01.pdf> ♦ [12] Deimel I et al. (2010): Perspektiven für ein europäisches Tierschutzlabel; Göttingen 2010. https://www.uni-goettingen.de/de/document/download/ed8b4cd2c4539e79a054e10363699107.pdf/Endbericht_6%201%20_Kurzfassung%20extern.pdf ♦ [13] EU-Kommission (2005): Special Eurobarometer 229: Attitudes of consumers towards the welfare of farmed animals ♦ [14] Spiller A, Busch G (2021): Wie Tiere zu Fleisch werden. Transformationsherausforderungen der Fleischwirtschaft. Politik und Zeitgeschichte/bpb.de. www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/fleisch-2021/344832/wie-tiere-zu-fleisch-werden ♦ [15] EU-Kommission (2016): Special Eurobarometer 442: Attitudes of Europeans towards animal Welfare. <https://data.europa.eu/doi/10.2875/884639> ♦ [16] Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik (WBa) (2015): Wege zu einer gesellschaftlich akzeptierten Nutztierhaltung. Gutachten des Wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik beim BMEL. www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/GutachtenNutztierhaltung.pdf ♦ [17] Tierschutzgesetz § 2. www.gesetze-im-internet.de/tierschg/_2.html ♦ [18] Tierschutz-Nutztierhaltungsverordnung (TierSchNutzV). Anforderungen an das Halten von Kälbern, Legehennen, Masthühnern, Schweinen und Kaninchen. www.gesetze-im-internet.de/tierschnutzv/BjNR275800001.html ♦ [19] Verordnung (EG) Nr. 543/2008 mit Durchführungsvorschriften zur VO (EG) Nr. 1234/2007 hinsichtlich der Vermarktungsnormen für Geflügelfleisch; konsolidierte Fassung ♦ [20] www.tierschutzlabel.info ♦ [21] siehe [12], S. 12 ♦ [22] <https://initiative-tierwohl.de> ♦ [23] <https://initiative-tierwohl.de/initiative/zahlen-und-fakten> ♦ [24] www.haltungsform.de ♦ [25] siehe [15], S. 16 ♦ [26] www.bmel.de/DE/themen/tiere/tierschutz/tierhaltungskennzeichnung/tierhaltungskennzeichnung.html ♦ [27] Grafik „Fleischverzehr in Deutschland pro Kopf 1950 bis 2021“: Verbraucherzentrale NRW mit Daten des Deutschen Fleischer-Verbands (DFV): Geschäftsbericht 2013 und Jahrbücher 2018–2022 ♦ [28] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) (2020): Empfehlungen des Kompetenznetzwerks Nutztierhaltung. Berlin 2020. https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Tiere/Nutztiere/200211-empfehlung-kompetenznetzwerk-nutztierhaltung.pdf ♦ [29] Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL): Zukunft Landwirtschaft. Eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Empfehlungen der Zukunftskommission Landwirtschaft. Berlin 2021, www.tierwohl-staerken.de/aktuelles/news-details/zukunftskommission-landwirtschaft-ueberreicht-abschlussbericht-an-die-bundeskanzlerin ♦ [30] Statistisches Bundesamt, Pressemeldung vom 08.02.2023, www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/02/PD23_051_413.html ♦ [31] https://unternehmen.tidl.de/pressreleases/2021/210707_haltungsform-wurst ♦ [32] www.aldi-sued.de/de/nachhaltigkeit/tierwohl.html ♦

Fortsetzung S. 19



GrünZeit: Neuauflage der App für heimisches Obst und Gemüse am Start

Wer beim Einkauf von Gemüse, Obst, Salaten und Kräutern lange Transportwege vermeiden und lieber vom heimischen Anbieter kaufen möchte, muss wissen, wann diese Lebensmittel bei uns Saison haben. Mit der App *GrünZeit* der VERBRAUCHERZENTRALE SCHLESWIG-HOLSTEIN haben Verbraucher:innen einen digitalen Saisonkalender direkt auf ihrem Smartphone. Die beliebte kostenlose und werbefreie App gibt es ab sofort als Neuauflage für iOS- und Android-basierte Geräte.

Gute Alternativen nach Einwegplastik-Verbot gesucht

Das Verbot von Einwegplastik hat die Nachfrage nach nachhaltigen Alternativen stark ansteigen lassen. Im Markt sind innovative Lösungsansätze erhältlich, doch nicht alle sind sinnvoll.

Plastikfreies Einweg-Besteck ist nicht nur für Salat to go und Imbissbuden, sondern auch zum Beispiel bei Eisdielen nötig. Unter anderem werden „essbare Besteckalternativen“ angeboten, die teilweise Pflanzenfasern enthalten. Meist handelt es sich dabei um Ballaststoffe aus Lebensmitteln wie Kartoffeln, Erbsen, Möhren oder Zitrusfrüchten. Einige verwenden jedoch auch Weizenhalme, Kakaoschalen oder Fasern aus Kaffeekirschen. Hierbei könnte es sich um neuartige Lebensmittelzutaten handeln, die zunächst einer Zulassung bedürfen. Unter Umständen handelt es sich jedoch auch um einen (nicht zugelassenen) Zusatzstoff – zumindest dann, wenn die Pflanzenfasern zu technologischen Zwecken und nicht zu Ernährungszwecken („essbar“) eingesetzt werden. Werden sie aus ernährungsphysiologischen Gründen eingesetzt, müssten die Anforderungen an „Ballaststoffquelle“ (3 g / 100 g oder $\geq 1,5$ g / 100 kcal) erfüllt sein. Als Lebensmittel bräuchte dieses Besteck auf jeden Fall eine Nährwert- und Allergenkennzeichnung. [1]

Einweg-Trinkhalme aus Papier und Pappe sollen Trinkhalme aus Plastik ersetzen. Die Wahrscheinlichkeit, dass diese Alternativen Schadstoffe enthalten, ist jedoch groß wie verschiedene Untersuchungen des CHEMISCHEN VETERINÄRUNTERSUCHUNGSAMT STUTTGART (CVUA STUTTGART) [2] und des KANTONALEN UNTERSUCHUNGSLABORS ST. GALLEN [3] zeigen. In mehr als der Hälfte der Produkte wurden Chlorpropanole an die Flüssigkeit abgegeben, Mineralöle oder Photoinitiatoren freigesetzt. Die Trinkhalme mit den höchsten Übergängen wurden in Asien hergestellt. Chlorpropanole und Mineralöle können krebserregend wirken. Auch eine

gemeinsame Studie mehrerer europäischer Verbraucherverbände [4] ergab, dass ein Teil der untersuchten Pappstrohhalme krebserzeugende Chlorpropanole in Mengen enthielt, die die Empfehlungen des BUNDESINSTITUTES FÜR RISIKOBEWERTUNG [5] überschritten.

Diese Schadstoffe sind technisch vermeidbar. Etwa die Hälfte der untersuchten Strohhalme veränderte auch den Geschmack des Getränks. Nicht zuletzt sind Einwegprodukte aus Papier nicht ressourcenschonend. Besser geeignet – wenn überhaupt nötig – sind wiederverwendbare Trinkhalme aus dickem Glas oder Edelstahl.

Quellen: [1] Schorb S et al. (2023): Fasern in aller Munde? Pflanzenfasern in essbaren Besteckalternativen. Stand: 21.02.2023, www.ua-bw.de/pub/beitrag.asp?subid=2&Thema_ID=2&ID=3740&lang=DE&Pdf=No ♦ [2] Köhler M; Richter L: Papiertrinkhalme – Die unbedenkliche Alternative zu Kunststoff? Update mit Ergebnissen aus 2020, Stand: 01.04.2021, www.cvuas.de/pub/beitrag.asp?subid=1&Thema_ID=3&ID=3255&Pdf=No&lang=DE ♦ [3] www.foodpackagingforum.org/news/contamination-found-in-paper-straws, Stand: 30.07.2019 ♦ [4] <https://www.beuc.eu/press-releases/eu-needs-rules-chemicals-coffee-cups-straws-and-other-paper-food-packaging-consumer>, Stand: Juli 2019 ♦ [5] <https://www.bfr.bund.de/cm/343/alternativen-zu-kunststoff-trinkhalmen-welche-materialien-sind-geeignet.pdf>, Stand: 27.05.2021 [alle abgerufen am 03.05.2023]

EFSA: Bedenken wegen Nitrosaminen in Lebensmitteln

Die EUROPÄISCHE LEBENSMITTELSICHERHEITSBEHÖRDE EFSA hat im vergangenen Jahr einen Bericht zu Nitrosaminen in Lebensmitteln vorgestellt, welcher bis Oktober 2022 zur öffentlichen Konsultation vorlag.

In der jetzt veröffentlichten Stellungnahme kommt sie zu dem Schluss, dass die ernährungsbedingte Exposition gegenüber Nitrosaminen mit großer Wahrscheinlichkeit für alle Altersgruppen auf ein Gesundheitsrisiko hinweist – selbst unter Berücksichtigung der vorhandenen Unsicherheiten (basiert auf tierexperimentellen Studien, fehlende epidemiologische Humanstudien). Zehn in Lebensmitteln enthaltene Nitrosamine sind karzinogen und genotoxisch. Nitrosamine wurden in unterschiedlichsten Lebensmitteln nachgewiesen, wobei Fleisch und Fleischerzeugnisse die für die Aufnahme bedeutsamste Lebensmittelgruppe sind. Aber auch alkoholische Getränke, Kakao, verarbeiteter Fisch und Gemüse, Getreide, Milch und Milchprodukte oder fermentierte, eingelegte und gewürzte Lebensmittel können Nitrosamine enthalten. Hier gibt es aber noch Wissenslücken. Auf Basis des EFSA-Gutachtens muss nun die EU-KOMMISSION gemeinsam mit den nationalen Behörden erörtern, welche Risikomanagementmaßnahmen zu ergreifen sind. Das BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG hat sich bereits geäußert.

Quellen: www.efsa.europa.eu/de/news/nitrosamines-food-raise-health-concern, Stand: 28.03.2023 ♦ www.bfr.bund.de/cm/343/nitrosamine-in-lebensmitteln-efsa-veroeffentlicht-neue-stellungnahme-zu-gesundheitlichen-risiken.pdf, Stand: 11.03.2023 [alle abgerufen am 03.05.2023]

→ www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_nitrat_und_nitrit_in_lebensmitteln-187056.html

Ernährungsempfehlungen zu Long- und Post-COVID

Auf Initiative des BERUFSVERBANDS OECOTROPHOLOGIE E.V. (VDOE) finden Betroffene und Interessierte seit Februar 2023 in der dritten Fassung der Patientenleitlinie der ARBEITSGEMEINSCHAFT DER WISSENSCHAFTLICHEN MEDIZINISCHEN FACHGESELLSCHAFTEN E.V. (AWMF) zu Long- und Post-COVID konkrete Ernährungsempfehlungen und Hinweise, wie Patient:innen zu einer qualifizierten Ernährungsberatung und -therapie kommen. Mit Stand August 2022 ist auch die Long/Post-COVID-Living-Guideline für Fachpersonal erhältlich.

Die erste Fassung der S1-Leitlinie wurde im Sommer 2021 durch Expert:innen verschiedener Fachgesellschaften – damals ohne Beteiligung der Ernährungswissenschaft – erstellt und im Herbst 2022 aktualisiert. Die Patientenversion soll Betroffenen sowie deren Angehörigen und Nahestehenden einen Überblick über aktuelle Aspekte der Erkrankung geben und ein Ratgeber sein, wo Hilfe zu bekommen ist.

Wenn die Erkrankung lange anhält

Bei ungefähr 10% der an COVID-19 Erkrankten halten die Beschwerden

länger als vier Wochen an. Dieser Zustand wird als „Long-COVID“ bzw. „Post-COVID“ (ab der zwölften Woche) bezeichnet. Ob es sich bei dem Long/Post-COVID-Syndrom um eine eigenständige Erkrankung handelt, ist noch nicht geklärt.

Post-COVID-Beschwerden sind individuell sehr unterschiedlich. Das ist nicht verwunderlich, da COVID-19 die Körperorgane wie Lunge, Herz, Gehirn, Nerven und Muskeln sowie das Immunsystem sehr unterschiedlich betreffen kann. Das macht es schwierig, die Erkrankung zu erkennen und zu erfassen. In den sozialen Netzwerken berichten immer wieder Betroffene von Odysseen auf der Suche nach Hilfe und der Erfahrung, dass ihre Beschwerden von Ärzt:innen und dem sozialen Umfeld nicht ernst genommen werden.

Vielfältige Beschwerden

Müdigkeit, Ein- und Durchschlafstörungen sowie schnelle bzw. ausgeprägte Erschöpfung nach körperlicher oder geistiger Anstrengung („Fatigue“) sind häufige Beschwerden. Auch Denk- und Konzentrationsstörungen, Atemnot, Husten, Ver-



dauungsbeschwerden, schmerzende Augen, Haarausfall und psychische Probleme werden genannt. Betroffene fühlen sich häufig in ihrer Leistungsfähigkeit und bei der Bewältigung ihres Alltags eingeschränkt.

Unter Long- und Post-COVID leiden nach aktuellen Erkenntnissen überwiegend junge Erwachsene – Frauen etwas häufiger als Männer. Es erkranken aber auch Kinder und Ältere.

Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll?

Die Leitlinie setzt sich in einem Kapitel kritisch mit der Diskussion um Vitamine und Spurenelemente auseinander, vor allem Vitamin D und C. In zahlreichen Studien wird derzeit untersucht, ob und unter welchen Voraussetzungen Patient:innen, die akut an COVID-19 leiden, vom Einsatz von Nährstoffpräparaten profitieren können. „Über ihre Anwendung wird von Ihren Ärzten entsprechend der aktuellen wissenschaftlichen Empfehlungen

Marktbeobachtung: Nahrungsergänzungsmittel gegen Long-COVID?

Erst sollten sie gegen SARS-Cov2 helfen, jetzt werden teure Bundles mit Nahrungsergänzungsmitteln (NEM) gegen Long-COVID angeboten. Wirknachweise sind Fehlanzeige. Aber es klingt gut, wenn individuelle Zusammenstellungen je nach Symptomlage angeboten werden. Tatsächlich orientieren sich die Anbieterempfehlungen an den vorhandenen Symptomen oder vielmehr an den zugelassenen gesundheitsbezogenen Aussagen. Sie leiden an Müdigkeit und Erschöpfung, Problemen mit Nervensystem oder Psyche? Dann gibt es passende Claims für diverse B-Vitamine. Bei kognitiven Einschränkungen empfehlen sich Zink, Eisen und Jod. Sie haben eher Muskel- oder Gelenkschmerzen? Dann sind Magnesium, Kalium, Calcium oder auch Vitamin D immer eine gute Wahl. Und eine Hochdosisinfusion mit Vitamin C für Selbstzahler in Heilpraktiker- oder Arztpraxis ist nicht nur „eine schnelle Hilfe nach üppigen Feiern mit Kater, Kopfweh und Übelkeit“, sondern bestimmt auch in diesem Fall. Längst nicht alles, was da so angeboten wird, erschließt sich so einfach: Brokkolisprossenpulver, Weihrauch, echter Schwarzkümmel, Luteolin... Eine Apotheke empfiehlt die tägliche Einnahme eines NEM mit „sucrosiomaalen Mineralstoffen, Vitaminen, Aminosäuren und Pflanzenextrakten“. Es würde die Schilddrüse pushen, die Mitochondrien (Zellkraftwerke) vermehren, die Durchblutung erhöhen und dank Ginseng und Carnitin auch noch aufbauend wirken. Von Vitamin D werden einfach mal 10.000 I.E. (= 250 µg) empfohlen. Der von der EFSA ermittelte Tolerable Upper Intake Level (UL) beträgt (noch) 100 µg/Tag.

Natürlich ist nichts dagegen zu sagen, wenn aus medizinischer Sicht Extra-Nährstoffe empfohlen werden, weil tatsächlich ein Mangel beim einen oder anderen Nährstoff festgestellt wurde. Aber: NEM sind für Kranke nicht die richtige Wahl, dafür gibt es entsprechende Arzneimittel (die oft andere Stoffverbindungen enthalten, z.B. Benfotiamin anstelle von z.B. Thiaminhydrochlorid) oder auch ergänzende bilanzierte Diäten (FSMP) zur Diättherapie. Nicht zuletzt müssen NEM von den Patient:innen selber bezahlt werden. Uns vorliegende Zusammenstellungen von bis zu zehn NEM belaufen sich auf gut 100-300 € pro Monat. Und es kann doch nicht sein, dass eine endotheliale Dysfunktion festgestellt wird – und das mit Arginin aus dem Drogeriemarkt behandelt werden soll? (AC)

Quellen: Marktbeobachtung der VZ NRW im Internet und sozialen Medien (Mai 2023) ♦ www.efsa.europa.eu/de/efsajournal/pub/2813

entschieden“, heißt es in der Leitlinie. Ob das in der Realität tatsächlich immer der Fall ist, bleibt dahingestellt.

Von einer Eigenmedikation mit Nahrungsergänzungsmitteln nach einer akuten COVID-19-Infektion rät die Leitlinie ab, da es bislang keine Daten gibt, die einen klaren Vorteil durch die Einnahme von Vitamin D, C oder Spurenelementen belegen. Daher sollte gemeinsam mit den behandelnden Ärzt:innen überprüft werden, ob ein Nährstoffmangel vorliegt.

Ernährungsempfehlungen

„Die Ernährung muss den jeweilig aktuellen Symptomen und der individuellen Konstitution der betroffenen Person angepasst werden. Eine ernährungstherapeutische Begleitung ist dringend zu empfehlen, um den Heilungsprozess bestmöglich zu unterstützen und eine Mangelernährung zu vermeiden“, heißt es. Die wichtigsten Empfehlungen:

→ Häufige kleine Mahlzeiten (5-6 pro Tag), um eine Überlastung des Verdauungstraktes zu vermeiden.

- BMI 19-25 erhalten bzw. anstreben.
- Gemüsebetonte mediterrane Ernährung.
- Obstverzehr auf max. 250 g/Tag beschränken und Früchte in kleinen Portionen (bis 100 g) mit einer Proteinquelle wie Quark, Käsewürfel oder Mandeln kombinieren, um die Verträglichkeit zu erhöhen.
- Täglich Nüsse und Ölsaaten, Hülsenfrüchte und Vollkornprodukte nach individueller Verträglichkeit.
- Mageres Fleisch, Fisch, Ei und Milchprodukte als sinnvolle Ergänzung, um Proteinversorgung von 60-80 g pro Tag zu erreichen.
- Pflanzliche Öle mit hohem Gehalt an ungesättigten Fettsäuren.
- Täglich 1,5 g bis 3 g EPA und DHA durch fettreichen Fisch und angereicherte Speiseöle.
- Zu große Kohlenhydratportionen und Süßwaren vermeiden, da dies Entzündungen fördern und Verdauungsstörungen verursachen kann.

Unverträglichkeiten meist vorübergehend

Viele Betroffene berichten, dass sie seit der Infektion bestimmte Lebensmittel nicht mehr oder schlechter vertragen. Solche Unverträglichkeiten sind jedoch keine echten Unverträglichkeiten, sondern spiegeln eher eine vorübergehende Störung im Darmmikrobiom und in der körpereigenen Abwehraktivität der Darmschleimhaut durch die COVID-19-Erkrankung wider. Hier ist eine qualifizierte Begleitung im Rahmen einer Ernährungsberatung oder -therapie sicher sinnvoll. Ein eigener Abschnitt „Wie erhalte ich eine ärztliche Notwendigkeitsbescheinigung für die Ernährungstherapie?“ weist schließlich darauf hin, dass gesetzliche Krankenkassen und die Beihilfe die Kosten einer ernährungstherapeutischen Beratung in der Regel bezuschussen, wenn diese von qualifizierten Ernährungsfachkräften durchgeführt werden. (RR)

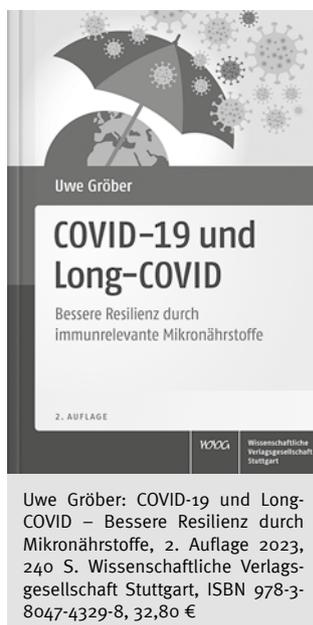
Quellen: S. 19

→ www.awmf.org/service/awmf-aktuell/post-covid/long-covid

U. Gröber

COVID-19 und Long-COVID

Impfstoffe, Hygienevorkehrungen, soziale und räumliche Distanzierungsmaßnahmen, Corona-Apps und Bewegungseinschränkungen (Lockdown) – es wurde eine Menge aufgeboren gegen die COVID-19-Pandemie, was für viele Menschen tiefgreifende Veränderungen mit sich brachte. Aber etwas fehlte in der öffentlichen Diskussion und bei den Maßnahmen weitgehend: Ernährungsstrategien zur Unterstützung der optimalen Funktion des Immunsystems. „Wir haben als Bürger gelernt, auf Fachbegriffe wie Inzidenz oder den R-Wert zu achten, aber nicht auf die Qualität unserer Nahrungsmittel“, schreibt Autor UWE GRÖBER, Apotheker



und Leiter der AKADEMIE FÜR MIKRONÄHRSTOFFMEDIZIN, im Vorwort. Er vermisst bei allen Coronamaßnahmen eine objektive Kampagne, welche die Bevölkerung über die zentrale Bedeutung einer gesunden Ernährung ohne Mikronährstoffdefizite für ein schlagkräftiges Immunsystem aufklärt. Das sei erstaunlich, denn die Bedeutung einer ausreichenden Versorgung mit Mikronährstoffen, insbesondere den Vitaminen D, A, C und Mineralstoffen wie Selen und Zink, für die Integrität des Immunsystems sei gesichert.

Diesem Statement folgen zwölf Kapitel mit reichlich Fakten und Tiefgang. Es geht um angeborene und erworbene Immunität, immunrelevante Mikronährstoffe, Antioxidantien und pathobiochemische Abläufe bei COVID-19, Long- und Post-COVID.

Zu jedem Kapitel gibt es am Ende eine umfangreiche Quellen- und Studienliste. Auch Wechselwirkungen und mögliche Synergien zwischen Nährstoffen und Arzneimitteln werden angesprochen. Die hier diskutierten Dosierungen (z.B. bei Vitamin C im Grammbereich) zur begleitenden Behandlung von Erkrankten übersteigen bei Weitem die DACH-Referenzwerte für Gesunde und lassen sich teilweise nur durch Infusionen und im klinischen Kontext herstellen. Es wird klar, dass im Zusammenhang mit COVID-19 deutlich zwischen Prävention und Therapie unterschieden werden muss und dass keinesfalls eine Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln auf eigene Faust erfolgen sollte.

Insgesamt ein sehr aufschlussreiches Buch für Ernährungsfachkräfte und Mediziner:innen. Es liefert reichlich Fakten, um sich eine eigene fundierte Meinung zu dem Thema zu bilden und gibt den Lesenden zahlreiche Argumente an die Hand, das Thema Ernährung und Nährstoffversorgung im Zusammenhang mit COVID-19 deutlicher in den Fokus zu stellen. (RR)

Entwicklungen in der EU und Herausforderungen in Krisenzeiten

Vom 22. bis 24. März 2023 fand der 36. Deutsche Lebensmittelrechtstag in Wiesbaden statt. Das Programm befasste sich insbesondere mit den aktuellen Entwicklungen im Unionsrecht, aber auch mit derzeit relevanten Themen in Bezug auf Überwachung, Sanktionen, Kennzeichnung und Vertriebswege von Lebensmitteln.

Von der Datumsangabe bis zur Nährwertkennzeichnung: Geplante Regelungen

Im Rahmen des europäischen Green Deals, worunter auch die „Farm-to-Fork“-Strategie zählt, plant der europäische Gesetzgeber verschiedene rechtlichen Regelungen vorzulegen oder hat dies bereits getan. Dr. CHRISTOPH MEYER vom BUNDESMINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT (BMEL) berichtete von den geplanten Änderungen der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV). Die EU-KOMMISSION wollte bereits Ende 2022 Änderungsvorschläge vorlegen, konnte den Zeitplan aber nicht einhalten. Auf der Agenda stehen eine harmonisierte, verpflichtende erweiterte Nährwertkennzeichnung auf der Packungsvorderseite – das BMEL setzt sich hier für den Nutri-Score ein – und neue Vorschriften zur Datumsangabe. Der zum Zeitpunkt des Lebensmittelrechtstags bereits vorgelegte EU-Vorschlag zur Datumsangabe beabsichtigt, zum vorgeschriebenen Wortlaut des Mindesthaltbarkeitsdatums (MHD) den Zusatz „oft länger gut“ anzuhängen. Laut MEYER stehen neben einer geplanten Informationskampagne außerdem die Ausweitung der Liste der Produkte, die vom MHD ausgenommen sind, sowie die Vorgaben zur Platzierung dieser Angabe zum besseren Auffinden zur Diskussion. Zu den vorgesehenen LMIV-Änderungen gehört auch eine Ausweitung der verpflichtenden Herkunftskennzeichnung für bestimmte Lebensmittelgruppen und der Pflichtkennzeichnung für alkoholische Getränke in Hinblick auf Zutatenliste, Nährwertdeklaration und einen gesundheitsbezogenen Warnhinweis. Die außerdem

geplante Festlegung von Nährwertprofilen zur Einschränkung der Bewerbung von Lebensmitteln mit hohem Salz-, Zucker- und/oder Fettgehalt verortete MEYER hingegen in der Health-Claims-Verordnung und deutete an, dass aufgrund aktueller schwieriger Diskussion nicht so bald mit einem Vorschlag zu rechnen sei. Er lenkte den Blick stattdessen auf das WHO-Nährwertmodell und eine entsprechende Werberregulierung. Dieses ist eine praxistaugliche Grundlage für die geplanten Regeln zum Schutz von Kindern in der Lebensmittelwerbung, so eine aktuelle Studie mit 660 Lebensmitteln der UNI MÜNCHEN in Zusammenarbeit mit DANK. Demnach könnte die Anwendung dieses Modells Anreize für gesündere Rezepturen schaffen.

Vorhaben zu Greenwashing und geographischen Herkunftsangaben

Prof. Dr. VOLKER JÄNICH von der FRIEDRICH-SCHILLER-UNIVERSITÄT JENA informierte über weitere Vorschläge des EU-Gesetzgebers, u.a. zur Änderung der *Richtlinie über unlautere Geschäftspraktiken* (UGP-RL) und damit des Gesetzes gegen den unlauteren Wettbewerb. Ziel der geplanten Novellierung der UGP-RL ist, zu einer kreislauforientierten, sauberen und grünen EU-Wirtschaft beizutragen und zu verhindern, dass Verbraucher:innen irregeführt und so von nachhaltigen Konsumententscheidungen abgehalten werden. Hier wies JÄNICH auf die Abgrenzung zwischen „Greenwashing“ als irreführende geschäftliche Praktiken und den *Green Claims* als hilfreiche Verbraucherinformation hin und diskutierte mögliche Fragen zum Zusammenspiel von Green-Claims- und UGP-Richtlinie und deren Bezug zur LMIV. Rechtsanwalt Dr. VOLKER SCHOENE richtete den Blick auf das EU-Gesetzgebungsvorhaben zu geographischen Herkunftsangaben wie *geschützte Ursprungsbezeichnung* (g.U.) oder *geschützte geographische Angabe* (g.g.A.). Der neue Verordnungsvorschlag des europäischen Parlaments und des Rats über geographische Angaben der EU für Wein,

Spirituosen und landwirtschaftliche Erzeugnisse und über Qualitätsregelungen für landwirtschaftliche Erzeugnisse soll mehrere, zersplitterte Rechtstexte zu einem einfacheren Regelungsrahmen vereinen. Ziel ist u.a. die Verkürzung der Eintragsverfahren für geographische Herkunftsangaben und der Schutz gegen Verletzung im Internet. SCHOENE thematisierte ergänzend das EuGH-Urteil zum Champagner-Sorbet (C-393/16), wonach die beworbene g.U./g.g.A.-Zutat maßgeblich die Eigenschaft des Erzeugnisses prägen und danach schmecken muss – ob dies im neuen Vorschlag gekippt wird, darüber wird noch gestritten und bleibt abzuwarten.

Food Fraud: Herausforderungen für Kontrollbehörden

Lebensmittelbetrug hat eine lange Historie. Schon im 17. Jh. normierte der *Codex Hammurabi* Strafen für Lebensmittelälschungen und eichrechtliche Verstöße wie Bierpanscherei. Dr. NADJA BAUER vom BAYERISCHEN LANDESAMT FÜR GESUNDHEIT UND LEBENSMITTELSICHERHEIT legte dar, vor welchen komplexen und rechtlichen Herausforderungen die Lebensmittelüberwachung beim Thema *Food Fraud* steht. Während früher eher Einzelfall- und produktbezogen gearbeitet wurde, versucht sich die Kontrolle heute – spätestens seit dem Pferdefleischskandal – verstärkt auf systematische Irreführung auszurichten. Nicht nur zunehmender internationaler Handel und komplexe Warenströme können *Food Fraud* erleichtern, auch die aktuelle Wirtschaftslage in Krisenzeiten könnte ihn laut ESTHER ROFFAEL von der HOCHSCHULE DES BUNDES FÜR ÖFFENTLICHE VERWALTUNG anfeuern. Die EU-KOMMISSION schätzt den jährlichen Schaden durch *Food Fraud* auf 8-12 Mrd. Euro – umso wichtiger ist eine schlagkräftige Kontrolle. Dabei sind nicht nur allein Lebensmittelüberwachungsbehörden zuständig – je nach Prüfung kann auch die Zuständigkeit von Strafverfolgungsbehörden berührt werden. Beide Referentinnen zeigten rechtliche Herausforderungen, (potenzielle) Überforderungen und – leider altbekannt – die Notwendigkeit ausreichender Ressourcen in den Behörden auf.

Der 37. Deutsche Lebensmittelrechtstag findet vom 20. bis 22. März 2024 in Wiesbaden statt. (ND)

Sparkochbücher

Gesund und abwechslungsreich essen mit wenig Geld: (Wie) geht das?

Lebensmittel kosteten im April 2023 um 17,2 % mehr als vor einem Jahr (im März lag die Teuerung sogar bei +22,3 %). Eine gesunde Ernährung ist für immer mehr Personen immer weniger bezahlbar, rund drei Millionen Menschen leiden im wohlhabenden Deutschland unter materieller Ernährungsarmut (siehe S. 5). Sparkochbücher wie die unten vorgestellten liefern oft gute Ideen, lassen aber auch viele Fragen offen – und mit einem wirklich kleinen Budget vereinbar sein dürfte so gut wie keiner der Wochenpläne, die aus den vorgestellten Rezepten zusammengestellt werden bzw. sich zusammenstellen ließen.

Rezepte nach Budget unterteilt

Gerichte für 2-3 € am Anfang des Monats, für 1-2 € Mitte des Monats, für unter 1 € am Ende des Monats. Als Kosten werden die der verbrauchten Zutaten angegeben. Der Anschaffungspreis (Discounterpreise in Hamburg im Jahr 2022) ist also zunächst

höher – und die angegebenen Preisgrenzen können im April 2023 vermutlich nicht eingehalten werden. Zu allen Rezepten gibt es Bilder und zusätzliche gute Tipps: um den Einkauf zu planen, um Blätter und Schalen zu verwenden, um Lebensmittel zu lagern. Manche Lagerhinweise sind jedoch falsch und viele erscheinen eher willkürlich ausgewählt. Die Rezepte sind vielfältig, zeitgemäß, vegetarisch oder vegan – werfen aber manchmal Fragen auf (warum Gurken in einem winterlichen Salat?). Die Texte sind ziemlich lang, die Rezeptnamen nicht selbsterklärend („Scarlett-Johansson-Pasta für Frühlingsgefühle und Dates“).

Eine Woche zu viert essen mit 40 €

Jeder Wochenplan enthält eine Einkaufsliste und sechs Rezepte für vier Portionen – darunter ein Großgericht, das für zwei Tage berechnet ist. Es ist unklar, ob bzw. wie die angegebenen Preisgrenzen eingehalten werden (können), vermutlich ist es wegen der aktuellen Lebensmittelpreissteigerung ohnehin unmöglich. Der Schwerpunkt liegt auf lokalen und saisonalen Lebensmitteln. Deswegen pauschal den Verzicht auf frische grüne Bohnen und Zuckerschoten zu empfehlen, ist jedoch nicht richtig. Dasselbe gilt für die Aussage, saisonale Lebensmittel seien per se gesund. Die Rezepte sind vor allem vegan, zum Teil vegetarisch, zeitgemäß und schön fotografiert. Positiv fallen die vielen Verwendungsmöglichkeiten für Hülsenfrüchte auf. Es irritiert daher umso mehr, dass man das vorherige Buch der Food-Bloggerin (s. S. 19 unten) braucht, um zu wissen, wie lange sie eingeweicht und gekocht werden sollen. Das Buch fällt zudem wegen der Aussage auf, alle Rezepte seien klimaneutral. Der Ansatz, die Rezepte CO₂-arm zu halten, ist lobenswert – die Aussage zur Klimaneutralität stimmt jedoch nicht, weil die Zutaten es einfach nicht sind. Das steht so sogar auf Seite 17. Darüber hinaus bleibt unklar, ob die genannte CO₂-Menge sich auf die Produktion der Zutaten bezieht oder



Hanna Olvenmark: Nachhaltig Kochen – die 40 € Woche. Über 50 günstige und saisonale Rezepte für je 4 Portionen + Einkaufsliste. 1. Auflage 2023. 187 Seiten. Südwest Verlag, ISBN 978-3517102146, 19 €

auch für den Kochprozess gilt (vermutlich nicht).

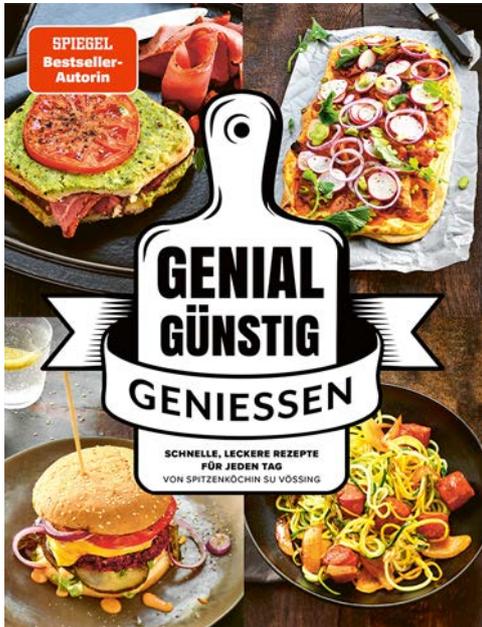
Klassische und moderne Gerichte für 5 €

Die 70 Rezepte sind in den Kategorien „Deftig“, „Leicht“ und „Süß“ unterteilt. Die allermeisten enthalten tierische Produkte: Fleisch, Fisch, Eier, Quark, Käse, Milch, Sahne... Alle Gerichte sollen maximal 5 € kosten – mit den Lebensmittelpreisen von Ende 2022. Leider ist nicht genau erläutert, wie die Berechnung zustande kam. Bei der aktuellen Lebensmittelpreissteigerung stimmt sie aller Wahrscheinlichkeit nicht (mehr). Vor allem wenn man bedenkt, dass ausgerechnet tierische Produkte – die im Buch reichlich präsent sind – teurer als pflanzliche Zutaten sind. Die vorgeschlagenen Gerichte sind eher klassisch gehalten, z.B. Reibekuchen, Bratwurst mit Röstkartoffeln und Gurkensalat, Lauchkuchen mit Schinken. Zwischendrin wird es immer mal wieder auch zeitgemäß: Vollkornspaghetti mit Oliven und gerösteten Erdnüssen, Auberginenschnitzel oder Brokkoliwaffeln. Am Anfang des Buches steht eine kleine Liste mit Spartipps, die jedoch relativ willkürlich ausgesucht erscheinen. Damit soll „es jedem gelingen, die Haushaltskasse schön schlank zu halten“. Weitere Spartipps gibt es ansonsten nicht – unter den jeweiligen Rezepten findet man lediglich Hinweise auf notwendige Küchenge-



Sebastian Maas: Gar es ohne Bares. Das kreative Kochbuch für alle mit kleinem Geldbeutel und wenig Zeit. 235 Seiten. Penguin Verlag, Spiegel Buchverlag, 2022. ISBN 978-3328108856, 14 €

räte und – etwas willkürlich weil nicht konsistent zugeordnet – Infos wie „glutenfrei“, „vegetarisch“, „vegan“ oder „frei von raffiniertem Zucker“.



Su Vössing: Genial Günstig Genießen. Schnelle, leckere Rezepte für jeden Tag von Spitzenköchin Su Vössing, 1. Auflage 2022, 192 Seiten. Becker Joest Volk Verlag, ISBN 978-3-95453-282-7, 22 €

Gerichte für vier Personen unter 1 €

Viele gute Tipps für Vorratshaltung, günstige Grundzutaten, Einkaufsplanung, Lunchboxes. Es ist fraglich, ob bzw. wie die angegebenen Preisgrenzen tatsächlich eingehalten werden können – bei der aktuellen Lebensmittelteuerung ist es vermutlich unmöglich. Die vorgeschlagene 30-€-Woche besteht lediglich aus sieben Gerichten. Die größtenteils veganen (bzw. vegetarischen) Rezepte wirken modern und ansprechend, für jedes gibt es ein schönes Bild, Feta wird sehr oft genutzt. Positiv fallen die vielen Verwendungsmöglichkeiten für

Was letzterer Hinweis soll bleibt unklar, meist steht er unter herzhaften Gerichten, auch solchen, in denen anstatt Zucker Ahornsirup oder Honig verwendet wird. Die süßen Gerichte werden fast durchgehend mit Zucker zubereitet. Mit einem zusätzlichen Nutzerkonto beim Verlag lassen sich auch ein Mengenrechner sowie ein Rezept- und Zutatenfilter nutzen. Andere Bücher liefern für ein paar Euro weniger mehr Ideen und Inspiration. Vor allem wäre es schön gewesen, wenn gerade eine Spitzenköchin sich mehr mit vegetarischen/veganen Rezepten und der Verwendung von weniger tierischen Fetten wie Butter und Sahne als Vorbild hervorgetan hätte.



Foto: w.r.wagner / pixelio.de

Hülsenfrüchte auf sowie die einleitenden Garhinweise. Immer wieder findet man jedoch hochverarbeitete vegane Alternativprodukte bzw. Fertigprodukte, die im Einkauf schwer zu finden bzw. nicht günstig sein dürften (Mango-Chutney, veganer „Feta“ oder andere „Käse“, Hafercreme...). Manche Lagerungshinweise sind falsch. Auch ist unklar, warum man Frühkartoffeln, Belugalinsen und Grammehl statt günstigerer Speisekartoffeln, Berg- bzw. Roter Linsen und herkömmlichem Weizenvollkornmehl nehmen sollte. (Mon)



Hanna Olvenmark: Nachhaltig Kochen unter 1 €. 50 Vegetarische Rezepte: Gut für dich, deinen Geldbeutel und die Umwelt! 3. Auflage 2022. 155 Seiten. südwest Verlag, ISBN 978-3517100326, 18 €.

„Bundesprojekt zu Ernährungsarmut in Deutschland geplant“, S. 5

[1] Destatis (2023): Inflationsrate im Februar 2023 bei +8,7%. www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/03/PD23_094_611.html • [2] FAO, IFAD, UNICEF, WFP, & WHO (2022). The State of Food Security and Nutrition in the World [3] Paritätischer Gesamtverband (2023): Armutsbericht 2022. www.der-paritaetische.de/themen/sozial-und-europapolitik/armut-und-grundsicherung/armutsbericht-2022-aktualisiert/ • [3] Diakonie Deutschland (2021): Armut. www.diakonie.de/wissen-kompakt/armut • [4] FÖS (2021): Ernährungsarmut: In Deutschland (k)ein Thema? https://foes.de/publikationen/2021/2021-11_FOES_Ernaehrungsarmut_Teil_1.pdf • [5] Pfeiffer S et al. (2016): Hidden and Neglected: Food Poverty in the Global North-The Case of Germany. Hidden Hunger, S. 115 • [6] Penne T, Goedeme T (2021): Can low-income households afford a healthy diet? Insufficient income as a driver of food insecurity in Europe. Food Policy: 99 • [7] von Philipsborn P et al. (2022): Nutrition policies in Germany: a systematic assessment with the Food Environment Policy Index. Public Health Nutrition, 25(6): 1691-1700 • [8] Statista (2023): Hartz IV: Anzahl der Leistungsempfänger von Arbeitslosengeld II und Sozialgeld im Jahresdurchschnitt von 2013 bis 2023, <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/242062/umfrage/leistungsempfaenger-von-arbeitslosengeld-ii-und-sozialgeld/> [alle abgerufen am 15.05.2023]

„Ganz schön bunt und doch so ‚grün‘“, S. 5

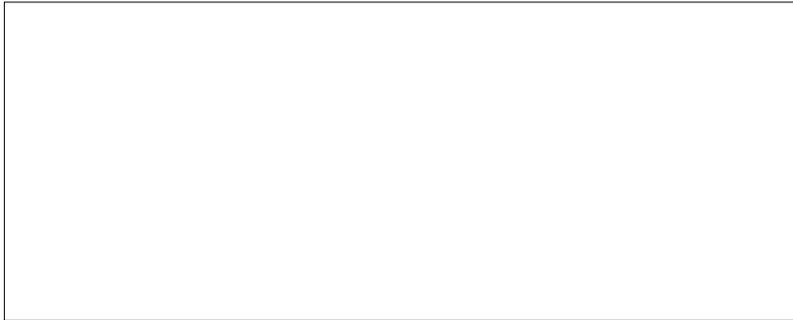
[1] www.vzbv.de/pressemitteilungen/greenwashing-nachhaltigkeitswerbung-schadet-mehr-als-sie-nutzt • [2] www.mehrwert.nrw/sites/default/files/2022-09/sinus_vznrw_wahrnehmung_klimaneutrale_produkte_report.pdf • [3] www.dge.de/presse/pm/high-protein-produkte-sind-ueberfluessig • [4] https://webgate.ec.europa.eu/fip/novel_food_catalogue/# • [5] www.lebensmittelklarheit.de/informationen/azofarbstoffe-warnhinweise-fuer-bunte-lebensmittel [alle abgerufen am 02.05.2023]

Forts. „Nutztierhaltung und Fleischkonsum in Deutschland“, S. 10ff

[33] <https://mediacenter.rewe.de/themen/haltungsformen-bei-frischfleisch> • [34] www.edeka.de/nachhaltigkeit/verantwortungsvolle-nutztierhaltung/tierwohl/tierwohl-und-tiergesundheit.jsp • [35] www.ble.de/SharedDocs/Downloads/DE/Pressemitteilungen/2022/220502_Milchmarkt_2021.pdf • [36] www.ble.de/SharedDocs/Downloads/DE/Pressemitteilungen/2023/230414_Milchbilanz.pdf [alle abgerufen am 15.05.2023]

„Ernährungsempfehlungen zu Long- und Post-COVID“, S. 15

S1-Leitlinie „Long/Post-Covid“ der AWMF, Patientenleitlinie https://register.awmf.org/assets/guidelines/020-027p_S1_Post_COVID_Long_COVID_2023-02.pdf (03.02.2023) • Patientenleitlinie zum Long- und Post-COVID-Syndrom aktualisiert www.aerzteblatt.de/nachrichten/140879/Patientenleitlinie-zum-Long-und-Post-COVID-Syndrom-aktualisiert (08.02.2023)



Termine

• **Dortmund • bis 27. August 2023** – Ausstellung „Foodprints“ – www.dasa-dortmund.de/ausstellungen/foodprints • **Online • 28. Juni 2023** – Reizdarm – die neue Pandemie – <https://buchung.daem.de/Seminare/> --> Seminarreihe *Ernährungsmedizin aktuell* • **Düsseldorf • 17. August 2023** – LECKER ESSEN – Möglich machen! Jahrestagung „Tag der Kita- und Schulverpflegung in NRW“ – www.kita-schulverpflegung.nrw/node/83137 • **Berlin • 19./20. August 2023** – Tag der offenen Tür beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft – www.bmel.de • **Online • 23. August 2023** – Seniorennetzungsstelle NRW: Landesweite Fachtagung „Essen und Trinken bei Hitze“ – www.seniorenverpflegung.nrw/senioren-veranstaltungen • **Hannover • 30. August - 1. September 2023** – Tagung: Gesundheitskompetenz in Krisenzeiten – www.dgsmp-kongress.de • **Stuttgart-Hohenheim • 4.-6. September 2023** – 5th International Congress Hidden Hunger: Improving Food and Nutrition Security through School Feeding – <https://hiddenhunger.uni-hohenheim.de/en> • **Freiburg • 7./8. September** – Jahrestagung: Umgang mit Komplexität: Herausforderungen und Chancen für die Ernährungs- und Verbraucherbildung – www.ph-freiburg.de/tagung-habifo • **Düsseldorf • 11. September 2023** – 9. NRW-Nachhaltigkeitstagung – www.nachhaltigkeit.nrw.de • **Magdeburg • 13./14. September 2023** – INSECTA 2023 – www.insecta-conference.com • **Aachen und online • 15.-17. September 2023** – 31. VFED-Kongress – www.vfed.de/de/vfed-kongress/vfed-kongress • **Online • 19. September 2023** – IFPE-Akademie: „Milch- und Käsealternativen: Gesundheitliche Aspekte“ – <https://ifpe-giessen.de/veranstaltungen/ifpe-akademie-milch-und-kaesealternativen-gesundheitliche-aspekte/>

Internet

Interessantes im Netz

Korrektes Kühlen von Lebensmitteln im Privathaushalt

www.bfr.bund.de/de/korrektes_kuehlen_von_lebensmitteln_im_privathaushalt-309974.html



Positionspapier „Vegane Kostformen aus allergologischer Sicht“

https://dgaki.de/wp-content/uploads/2023/04/DGAKI_PM_VeganeKostformen.pdf



Masterplan: Gutes Essen für alle

www.ble.de/SharedDocs/Meldungen/DE/2023/230426_BZfE_Masterplan.html



Abschlussbericht: Nationaler Dialog zu Ernährungssystemen

www.ble.de/DE/Themen/Ernaehrung-Lebensmittel/Nationaler-Dialog/Abschlussbericht-Uebergabe.html



Fragen und Antworten im Zusammenhang mit Fleisch- und Milchalternativen

www.bmel.de/SharedDocs/FAQs/DE/faq-alternative-lebensmittel-fleisch-milch/FAQList.html



Wussten Sie schon, dass Ihnen immer mehrere ältere Jahrgänge des **Knack•Punkt** im Internet als PDF-Datei kostenlos zur Verfügung stehen? Die jeweilige Ausgabe muss nur mindestens ein Jahr alt sein. Aktuell können Sie jetzt das Heft 3/2022 herunterladen. Nutzen Sie den folgenden Link oder den abgedruckten QR-Code:

→ www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt_3_2022

