



Autorin: Dr. Evelyn Ilg Hampe

1.1.1 Lebensmittel für eine gewichtskontrollierende Ernährung / Zucker-, Protein-, Fettgehalt, Vitamine (Folsäure und Vitamin B12), Allergene (Ei, Soja, Gluten) und Kennzeichnung

Anzahl untersuchte Proben: 15
Anzahl beanstandete Proben: 1
Beanstandungsgründe: falsch deklarierte Nährwerte

Ausgangslage

In der Schweiz ist rund jeder Dritte übergewichtig. Überernährung ist in den Industrienationen das grösste Ernährungsrisiko und sie verursacht mehr Schaden als die durch Lebensmittel übertragenen Infektionen oder die in Lebensmittel vorhandenen toxikologisch wirksamen Substanzen. Unabhängig vom Gesundheitsaspekt, gehört „Schlanksein“ zum Schönheitsideal. Obwohl die Ernährungsberater empfehlen, langfristig die Essgewohnheiten umzustellen statt Kurzdiäten zu machen, bleiben Produkte zum Abnehmen beliebt.

Im Jahr 2005 mussten sechs von 18 Proben beanstandet werden, im Jahr 2010 sieben von 21 Proben.



Untersuchungsziele

Für die gewichtskontrollierende Ernährung ist in erster Linie der Gehalt der energieliefernden Nährstoffe relevant. Deshalb wurden die Gehalte an Zuckern, Fetten und Proteinen bestimmt und die Produkte gemäss den Anforderungen der Kennzeichnungsverordnung überprüft. Die Proben wurden auch bezüglich der Vitamine Folsäure und B12, sowie der Allergene Ei, Soja und Gluten untersucht.

Gesetzliche Grundlagen

Lebensmittel für eine gewichtskontrollierende Ernährung gehören zu den Speziallebensmitteln und werden deshalb in der Verordnung über Speziallebensmittel (Art. 16) umschrieben. Lebensmittel für eine gewichtskontrollierende Ernährung sind Lebensmittel mit einer besonderen Zusammensetzung, die bei Verwendung entsprechend den Anweisungen der Herstellerin die tägliche Nahrungsmittelration ganz oder teilweise ersetzen. Es gibt zwei Kategorien, die entsprechend gekennzeichnet werden müssen:

- Erzeugnisse zum Ersatz einer ganzen Tagesration
- Erzeugnisse zum Ersatz einer oder mehrerer Mahlzeiten

Für diese Lebensmittel gelten strenge Anforderungen bezüglich Energiewert, Proteingehalt, Fettgehalt, Nahrungsfasergehalt, Vitamin- und Mineralstoffgehalten. Auch die Kennzeichnung hat speziellen Anforderungen zu entsprechen.

Weiter gelten die allgemeinen Deklarationsvorschriften der LKV, LGV und der Verordnung über Speziallebensmittel.

Probenbeschreibung

In sechs Geschäften (Drogerien, Apotheken und Grossverteilern) im Kanton Basel-Stadt wurden 15 Produkte für die gewichtskontrollierende Ernährung sowie andere kalorienreduzierte Produkte erhoben.

Die Produkte wurden in Deutschland (7), Frankreich (3), Kroatien (1), Österreich (1) oder im Inland (3) hergestellt.

Prüfverfahren

Die Zucker wurden mittels Ionenchromatographie analysiert. Zur Bestimmung des Fettgehalts wurden die Proben mit Salzsäure in Gegenwart von Toluol aufgeschlossen und das Fett zugleich extrahiert. Ein Aliquot der organischen Phase wurde im Stickstoffstrom eingedampft und der Fett-rückstand gewogen. Das Kjeldahl-Verfahren wurde zur Quantifizierung des Proteinanteils angewandt. Die Vitamine wurden mit einem mikrobiologischen Verfahren bestimmt. Der Allergen-nachweis erfolgte mittels ELISA.

Ergebnisse und Massnahmen

Zuckerarten, Protein- und Fettgehalt

Bei einer Gemüsesuppe zum Ersatz einer Mahlzeit stimmten die in der Nährwertkennzeichnung deklarierten Zucker-, Protein- und Fettgehalte pro 100 g Trockenprodukt nicht mit den analysierten Gehalten überein. Die deklarierten Werte waren um den Faktor fünf zu tief. Die pro Mahlzeit deklarierten Werte waren korrekt. Die Probe wurde beanstandet.

Bei allen anderen Produkten waren die Angaben in der Nährwertkennzeichnung korrekt.

Vitamine

Die Mengen an Folsäure und Vitamin B12 wurden korrekt deklariert.

Allergene

Die Resultate bezüglich Allergenen waren ebenfalls erfreulich: Ei, Soja und Gluten konnten, mit Ausnahme von kleinsten Spuren, nur in den Proben nachgewiesen werden, die die entsprechenden Allergene als Zutaten in der Zutatenliste aufgeführt hatten.

Kennzeichnung

Die Deklarationen auf den Verpackungen waren vollständig und korrekt.

Schlussfolgerungen

Aufgrund der geringen Beanstandungsquote, erübrigt sich eine weitere Kampagne über Lebensmittel für die gewichtskontrollierende Ernährung in nächster Zeit.