

Lebensmittelkennzeichnung & Etikettenschwindel

Am 26.10.2017 haben wir zu einem informativen Abend in die Kochschule „ganz & gar“ eingeladen. Diplom-Oecotrophologin Susanne Mücke forderte auf:

Traue keiner Verpackung, die du nicht selbst gecheckt hast!

Jeder kennt das: Nach der Arbeit noch schnell in den Einkaufsmarkt und dann beginnt die Qual der Wahl. Nicht nur die Fülle an Produkten in den Regalen, sondern auch die Fülle an Informationen auf Lebensmittelverpackungen überfordert heute schlichtweg. "Mit wenig Zucker", "aus der Region", "stärkt das Immunsystem" oder "free from XY". Was ist wichtig? Was ist richtig? Hinter was steckt am Ende doch nur eine Werbestrategie?



Der Vortrag brachte Klarheit im Dschungel der Angaben auf den Verpackungen. Denn wer mehr über Kennzeichnung und Werbestrategien der Hersteller weiß, kauft bewusster, gesünder und nachhaltiger ein. Für den Verbraucher gestaltet sich die bewusste Auswahl von Lebensmitteln deshalb so schwierig, weil Hersteller innerhalb gesetzlicher Vorgaben mit "natürlichen Zutaten", Zusatzstoffe, Aromen & Co ganz legal tricksen können.

So waren wir erstaunt, was man auf der Verpackung eines Müsliriegels so alles zu lesen bekommt und dass die abgebildeten Zutaten auf den Fotos der schillernden Verpackungen gar keine Zutaten sind und auch gar nicht in der Verpackung enthalten sein müssen, noch nicht mal in kleinstmengen.



Carmen Knoth von der Kochschule sorgte nach dem Vortrag mit einem herbstlichen Fingerfood-Buffet mit Kürbisspalten, Hackfleischbällchen, selbstgemachtem Knäckebrötchen für allseitige Zufriedenheit.



Wir bedanken uns bei beiden Damen für den geistigen und kulinarischen Genuss.