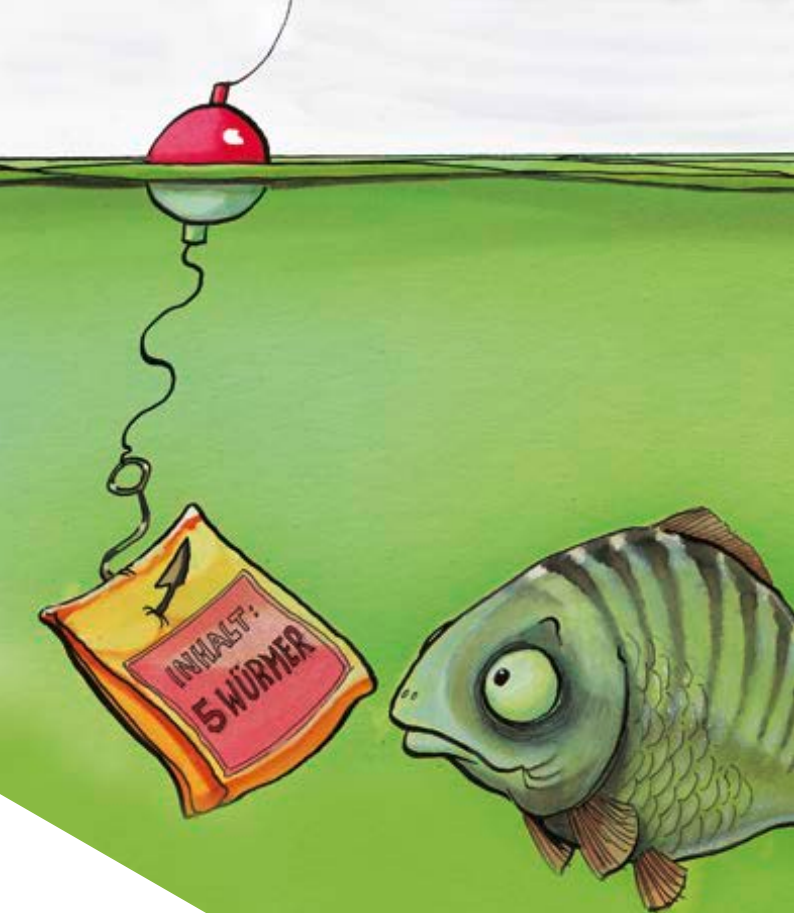




**Bundeszentrum
für Ernährung**

LEBENSMITTEL- KENNZEICHNUNG

kurz und knapp

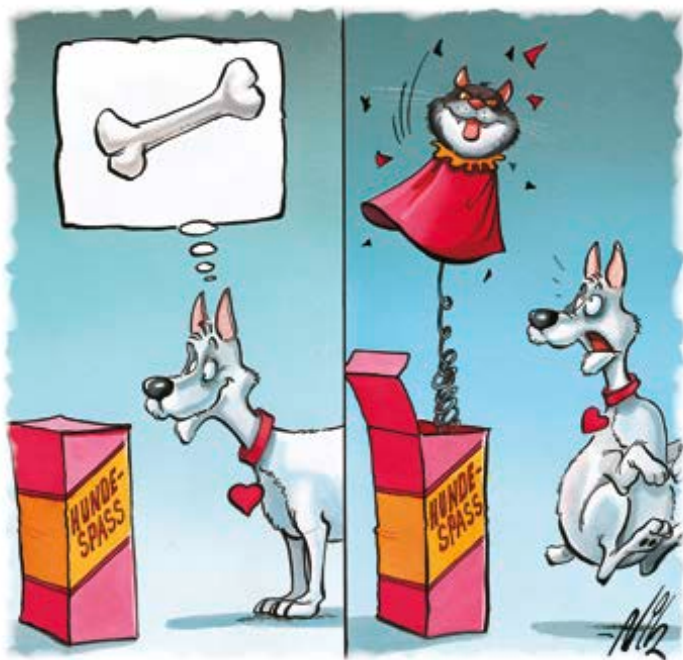
Vorab ...

Auf machen Etiketten herrscht ein regelrechter Informationsdschungel. Doch gleich ob Werbung oder Pflichtinformationen: Die Hinweise dürfen nicht täuschen. Die Pflichtangaben müssen in deutscher Sprache gemacht werden, gut lesbar und sichtbar sein und in Mindestschriftgröße. Wichtige Pflichtangaben sind:



Außerdem müssen der **Endpreis** auf oder neben der Ware angebracht sein sowie der **Grundpreis**, zum Beispiel der Preis pro Kilogramm.

Die Bezeichnung: Was ist das eigentlich?



Jedes Lebensmittel muss eine **Bezeichnung** tragen. Sie erklärt, um was für ein Produkt es sich handelt, zum Beispiel „Orangensaft“ oder „paniertes Schweineschnitzel“. Häufig stehen auf den Packungen auch Markennamen oder Fantasiebezeichnungen wie „Tropennektar“ oder „Seeräuber-Schnitzel“. Diese Namen sind kein Ersatz für die gesetzlich vorgeschriebene Bezeichnung.

Tipp: Die Bezeichnung muss im selben Sichtfeld wie die Nettofüllmenge stehen.

Was ist drin?

Das **Zutatenverzeichnis** informiert darüber, was im Produkt enthalten ist. An erster Stelle steht die Hauptzutat, an letzter Stelle die Zutat mit der geringsten Menge. Wird eine Zutat, zum Beispiel durch eine Abbildung, besonders hervorgehoben, dann muss auch ihre Menge in Prozent angegeben werden. Bei pflanzlichen Ölen und Fetten muss genannt werden, von welcher Pflanze sie stammen, zum Beispiel „pflanzliche Fette (Kokospalme)“.

Allergene Zutaten wie Milch, Erdnuss oder Soja müssen immer erkennbar sein. Man findet sie im Zutatenverzeichnis. Sie müssen dort besonders hervorgehoben werden. Produkte ohne Zutatenverzeichnis müssen einen extra Hinweis tragen, zum Beispiel „enthält Sulfite“. Wenn das Allergen schon in der Bezeichnung des Lebensmittels erscheint, zum Beispiel bei Eierlikör, dann kann der Allergenhinweis entfallen.





Auch die **Zusatzstoffe** finden Sie in der Zutatenliste.
Sie tragen meist zwei Bezeichnungen:

Der **Klassenname** verrät, welche Aufgabe der Stoff im Lebensmittel übernimmt, zum Beispiel „Säuerungsmittel“.

Die **chemische Bezeichnung** oder die **E-Nummer** gibt an, um welchen Stoff es sich genau handelt, zum Beispiel „Ascorbinsäure“ oder „E 300“. E steht für EU, aber auch für „essbar“. Die Zusatzstoffe wurden auf ihre Unbedenklichkeit hin überprüft.

Wie lange ist's haltbar?

Die Angabe „**Mindestens haltbar bis ...**“ bedeutet: Bis zu diesem Datum schmeckt und riecht das Lebensmittel noch wie geplant – vorausgesetzt es ist original verpackt und wurde richtig gelagert. Danach sollten Sie am Geruch, Geschmack und Aussehen testen, ob das Produkt noch in Ordnung ist. Viele Lebensmittel sind länger haltbar als angegeben.

Anders ist das beim **Verbrauchsdatum**. Auf sehr leicht verderblichen Lebensmitteln wie Hackfleisch finden Sie den Hinweis „**zu verbrauchen bis ...**“. Auch wenn man es nicht riecht oder schmeckt, das Produkt kann nach Ablauf des Datums schon gesundheitsschädlich sein. Das heißt: Bitte nicht mehr essen!



Wer steckt dahinter?



Auf der Packung muss stehen, wer für das Produkt verantwortlich ist – mit Name und Anschrift. Das ist nicht immer der **Hersteller**, es kann auch der **Verpacker** oder ein **Importeur** sein, der in der EU niedergelassen ist. Um Produkte eindeutig zuordnen zu können, müssen sie auch eine **Los-** oder **Chargennummer** tragen. Alternativ ist auch die Angabe eines ausführlichen Mindesthaltbarkeitsdatums möglich, das mindestens Tag und Monat ausweist.

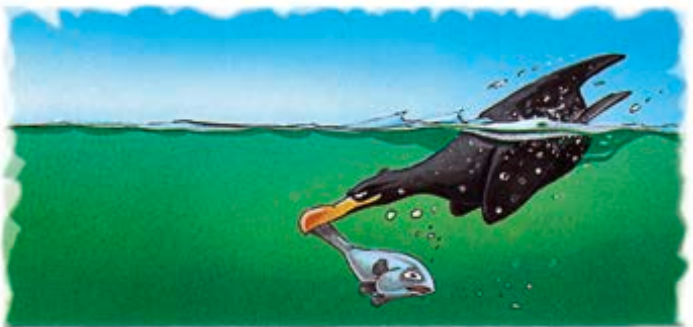
Die **Ursprungsangabe** ist Pflicht bei frischem Obst und Gemüse, frischem Fleisch von Rind, Schwein, Geflügel, Schaf und Ziege sowie bei Fisch, Eiern, Honig, nativem Olivenöl und Biolebensmitteln.

Wie viel ist drin?

Feste Lebensmittel müssen nach **Gewicht**, flüssige Lebensmittel nach **Volumen** gekennzeichnet werden, so die Regel. In einigen Fällen darf alternativ die Stückzahl angegeben werden.



Lebensmittel in Aufgussflüssigkeiten wie Obstkonserven oder Schafskäse in Salzlake, müssen zusätzlich zur Nettofüllmenge mit ihrem **Abtropfgewicht** gekennzeichnet werden. Das Abtropfgewicht entspricht der Menge des festen Lebensmittels ohne Aufgussflüssigkeit.



Viel Aufgussflüssigkeit und wenig drin?
Das könnte eine Mogelpackung sein.

Was ist mit Alkohol in Lebensmitteln?

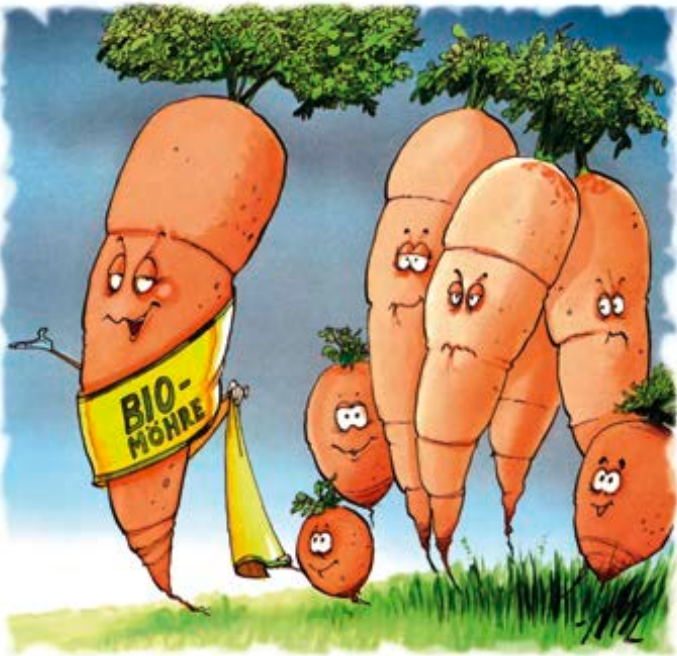
Bei Getränken mit einem Alkoholgehalt von mehr als 1,2 Volumenprozent muss der Alkoholgehalt auf dem Etikett stehen.



Für feste Lebensmittel, etwa Weinbrand-Bohnen, gibt es diese spezielle Kennzeichnungspflicht nicht. Manchmal verrät nur der Blick ins Zutatenverzeichnis, ob in einem Produkt Alkohol enthalten ist. Über den Gesamtalkoholgehalt fester Lebensmittel erfahren Sie in der Regel nichts.

Und wie ist's hergestellt?

Verpackte Biolebensmittel müssen drei Angaben tragen: Die Öko-Kontrollstellennummer, den Ort der Erzeugung und das EU-Bio-Logo. Bei Lebensmitteln aus Drittstaaten darf das Logo entfallen.



Gesetzlich geregelt ist auch, dass **genetisch veränderte Zutaten** gekennzeichnet werden müssen. Es ist außerdem rechtlich festgelegt unter welchen Bedingungen Hersteller den Hinweis „ohne Gentechnik“ nutzen dürfen.

Nährwerttabellen – fast immer verpflichtend

Wie viel Fett ist im Keks? Wie viel Zucker ist im Müsli?

Schauen Sie auf die Nährwerttabelle. Diese Angabe ist für fast alle vorverpackten Produkte Pflicht.

Hinweise auf einen besonderen Nährwert

Auch für Werbeaussagen gibt es Regeln. Ob „fettreduziert“, „vitaminreich“ oder „light“ – **Hinweise auf einen besonderen Nährwert** sind nur erlaubt, wenn sie die gesetzlichen Anforderungen erfüllen. Steht zum Beispiel „light“ auf der Packung, muss erklärt werden, warum das Produkt „leichter“ ist als ein vergleichbares.

Das Geschäft mit der Gesundheit

Für **Gesundheitsangaben** wie „Ballaststoffe tragen zu einer normalen Darmfunktion bei“ gilt: Sie müssen wissenschaftlich belegt sein und dürfen nicht täuschen. Wird mit Gesundheitsangaben geworben, dann muss immer eine **Verzehrempfehlung** auf der Packung stehen. Denn eine Wirkung kann nur eintreten, wenn das Produkt in bestimmten Mengen über längeren Zeitraum gegessen wird. Zusätzlich muss unter anderem **auf die Bedeutung einer abwechslungsreichen Ernährung** hingewiesen werden.



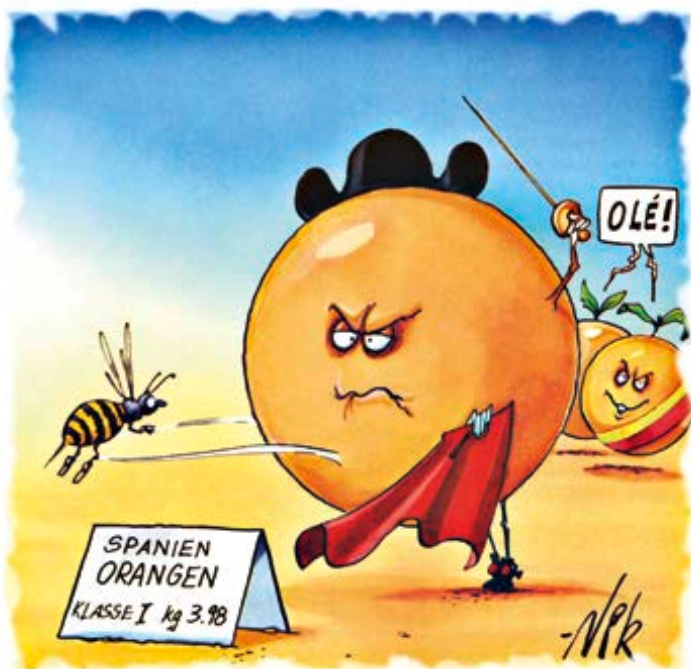
Trotzdem dürfen auch zucker- und energiereiche Lebensmittel mit Gesundheitsangaben oder einem besonderen Nährwert beworben werden, wenn die Aussage selbst richtig und nicht täuschend ist. Lediglich auf alkoholischen Getränken sind Gesundheitsangaben gesetzlich verboten.

Und unverpackte Ware?

Auch beim Verkauf loser Ware gibt es Informationspflichten. Wurden Zusatzstoffe eingesetzt, dann muss darauf hingewiesen werden, zu welchem Zweck, also zum Beispiel „mit Konservierungsstoff“, „gewachst“ oder „mit Farbstoff“. Bei frischem Obst und Gemüse muss das Ursprungsland auf einem Schild neben der Ware stehen.

Auch bei loser Ware etwa in der Gastronomie oder beim Bäcker müssen allergene Zutaten erkennbar sein oder auf Nachfrage in einer Liste einsehbar.

Nie fehlen dürfen die Preis- und die Grundpreisangabe.



Wer hilft bei Fragen und Problemen?

Erste Anlaufstelle bei Beanstandungen ist das Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben. Gibt es dort keine Hilfe, dann können Sie sich an den Produktverantwortlichen wenden, der auf der Packung steht. Oder direkt an die amtliche Lebensmittelüberwachung. Die Adresse erhalten Sie bei Ihrer Stadt- beziehungsweise Kreisverwaltung.

Viele Antworten auf Fragen rund um das Thema Lebensmittel und Ernährung finden Sie auch auf www.bzfe.de.





**Bundeszentrum
für Ernährung**



Foto: © Africa Studio – Fotolia.com

Das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) ist das Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen in Deutschland.

Wir informieren kompetent rund ums Essen und Trinken.

Neutral, wissenschaftlich fundiert und vor allem ganz nah am Alltag. Unser Anspruch ist es, die Flut an Informationen zusammenzuführen, einzuordnen und zielgruppengerecht aufzubereiten.

www.bzfe.de

Impressum
0391/2018

Herausgeberin:

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

Text: Dr. Christina Rempe, Berlin

Redaktion: Gesa Maschkowski, BLE

Illustrationen: Nik Ebert

Grafik: Arnout van Son, 53347 Alfter

Druck: MKL Druck GmbH & Co. KG, 48346 Ostbevern

Diesen Flyer können Sie kostenfrei unter www.ble-medianservice.de herunterladen oder zzgl. Versandkosten bestellen.

5. Auflage

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