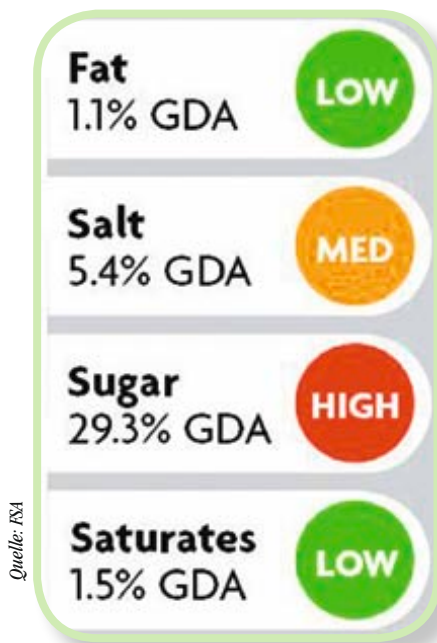


Quelle: Sainsbury



Ampelkennzeichnung – Pro und Contra

Die Ampelkennzeichnung steht auf der Wunschliste der Verbraucherverbände ganz oben. Sie soll mehr Licht in das Kennzeichnungswirrwarr bringen. In der Diskussion ist das „Multiple Traffic Light“. Es zeigt vier verschiedene Nährwertangaben, nämlich Fett, gesättigte Fettsäuren, Zucker und Salz. Häufig wird auch noch der Kaloriengehalt ergänzt.



Quelle: FSA

Was steckt hinter der Ampelkennzeichnung?

Die Ampelkennzeichnung wurde von der britischen Lebensmittelbehörde Food Standard Agency (FSA) erarbeitet. Viele britische Gesundheitsorganisationen und Verbände unterstützen dieses Modell. Die Idee: Verbraucherinnen und Verbraucher sollen mit der Ampel schnell erkennen können, welche Lebensmittel gesund und welche weniger gesund sind:

- Die Farbe Rot bedeutet: Das Lebensmittel hat einen hohen Gehalt an Fett, Salz oder Zucker. „Wenn Du ein rotes Licht auf der Packung siehst“, schreibt die FSA auf ihrer Verbrau-

cherseite, „dann weißt Du, dass das Lebensmittel viel von einem Nährstoff enthält, von dem wir weniger essen sollten. Es ist schön, dieses Lebensmittel gelegentlich als Leckerei zu essen. Pass aber auf, wie oft du zugreifst und versuche, es in kleineren Mengen zu essen“.

- Die Farbe Gelb steht für einen mittleren Gehalt an dem betreffenden Nährstoff. Gelb heißt nach FSA-Erläuterungen: In den meisten Fällen ist die Wahl in Ordnung, grün ist allerdings immer noch die bessere Alternative.
- Die Farbe Grün steht für einen niedrigen Nährstoffgehalt. Je mehr grüne Punkte ein Produkt trägt, desto gesünder ist es, erklärt die FSA.

Kriterien für die Ampelkennzeichnung

Für jede Farbe gibt es bestimmte Nährstoffgrenzwerte. Um einen grünen Punkt beim Salz zu bekommen, darf ein Lebensmittel zum Beispiel nicht mehr als 0,3 Gramm Salz enthalten.

Sinnvoll auf zusammengesetzten Lebensmitteln

Eine Ampel auf Grundnahrungsmitteln wie Zucker oder Mehl macht wenig Sinn. Die FSA empfiehlt daher, zusammengesetzte Lebensmittel und Fertiggerichte mit der Ampel zu kennzeichnen. Dazu gehören beispielsweise Pizza, Frühstückscerealien, Burger und Würstchen, Pasteten, Quiches, Kuchen, Sandwichs, Wraps, Baguettes und vergleichbare Produkte, Fertiggerichte, Fertigsalate, Fleischzubereitungen sowie Fischzubereitungen.

Auch wenn im Internet verschiedene Ampelrechner zu finden sind, in Deutschland druckt noch kein Hersteller das Ampelmodell auf die Packung. In Großbritannien waren Anfang 2008 fast 10.000 Produkte damit gekennzeichnet. Dazu gehören Produkte von 22 Lebensmittelunternehmen und acht Supermarktketten – unter anderem Sainsbury's, Asda, Waitrose und Boots – sowie sechs Dienstleister und einer Restaurantkette. Die FSA führt bereits Gespräche mit weiteren Unternehmen. Die Kennzeichnung sieht allerdings nicht immer gleich aus. Insgesamt 25 verschiedene Modelle listet die FSA auf ihrer Website auf.

Ampelkennzeichnung – Pro und Contra

Nährstoffgrenzen für die Kennzeichnung von Lebensmitteln

Inhaltsstoff	Grün	Gelb	Rot	
Fett	maximal 3 g/100 g	mehr als 3 g und maximal 20 g/100 g	mehr als 20 g/100 g	mehr als 21 g pro Portion
Gesättigte Fettsäuren	maximal 1,5 g/100 g	mehr als 1,5 g und maximal 5 g/100 g	mehr als 5 g/100 g	mehr als 6 g pro Portion
Zuckergehalt	Gesamtzucker-gehalt maximal 5 g/100 g	Gesamtzucker-gehalt mehr als 5 g und zugesetzter Zucker maximal 12,5 g/100 g	mehr als 12,5 g/100 g zugesetzter Zucker	mehr als 15 g pro Portion
Salz	maximal 0,3 g/100 g	mehr als 0,3 g und maximal 1,5 g/100 g	mehr als 1,5 g/100 g	mehr als 2,4 g pro Portion

Nährstoffgrenzen für die Kennzeichnung von Getränken

Inhaltsstoff	Grün	Gelb	Rot
Fett	maximal 1,5 g	mehr als 1,5 g und maximal 10 g	mehr als 10 g
Gesättigte Fettsäuren	maximal 0,75 g	mehr als 0,75 g und maximal 2,5 g	mehr als 2,5 g
Zuckergehalt	maximal 2,5 g	mehr als 2,5 g und maximal 6,3 g	mehr als 6,5 g
Salz	maximal 0,3 g	mehr als 0,3 g und maximal 1,5 g	mehr als 1,5 g

Quelle: www.foodstandards.gov.uk/multimedia/pdfs/frontofpackguidance2.pdf

Ampelkennzeichnung – Pro und Contra

Die Supermarkette Sainsbury's verwendet zum Beispiel eine kuchenförmige Ampel:



Quelle: FSA

Die Asda und Avondale haben das GDA-Modell mit den Ampelfarben versehen:



Quelle: FSA

Ampel – was bringt?

Die Supermarktkette Sainsbury hat in einer Studie festgestellt, dass sich das Einkaufsverhalten nach Einführung der Ampel verändert hat. So wurde eine Moussaka, die hauptsächlich mit roten Punkten gekennzeichnet worden war, um 24 Prozent weniger gekauft als vorher. Der Vergleich mit anderen Produkten in der Kategorie Fertiggerichte fiel noch deutlicher aus: 50 Prozent der Käufer griffen nach Einführung der Ampelkennzeichnung zu Produkten, die mit mehr grünen Punkten aufwarten konnten, zum Beispiel lachshaltige Fertigprodukte.

Dieser Erfolg lässt sich allerdings nicht allein auf das Kennzeichnungsmodell zurückführen. Auch die Supermarktkette Tesco, die 2005 mit einer umfangreichen Informationskampagne das GDA-Labeling eingeführt hat, berichtet, dass Verbraucher danach gesünder einkauften. Der Umsatz von fett- und salzreichem Lachssandwich mit Gurken beispielsweise ging um 30 Prozent zurück, die fett- und salzreduzierte Alternative hingegen konnte acht Wochen nach Einführung der neuen Kennzeichnung Umsatzzuwächse von über 80 Prozent verbuchen.

Aus wissenschaftlicher Sicht noch Fragen offen

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V., DGE spricht sich grundsätzlich für eine vereinfachte und einheitliche Nährwertkennzeichnung aus. Das britische Ampelsystem, heißt es in einer Stellungnahme, signalisiert dem Verbraucher auf einen Blick, wie viel Fett, Salz und Zucker in 100 Gramm enthalten sind. „Dennoch bleibt es ihm nicht erspart, genauer hinzusehen“, schreibt die DGE. „Bei einem zuckerarmen aber zugleich fettreichen Lebensmittel müssen Verbraucher trotz Ampelkennzeichnung den niedrigen Zuckergehalt gegen einen relativ hohen Fettgehalt abwägen“.

Aus wissenschaftlicher Sicht wirft das Modell noch Fragen auf: Wie soll man zum Beispiel den Fettgehalt eines Lebensmittels bewerten, das hauptsächlich aus ernährungsphysiologisch hochwertigem Rapsöl besteht? Grün für den hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren und gleichzeitig rot wegen des hohen Fettgehaltes? Was ist mit unerwünschten Stoffen wie z. B. trans-Fettsäuren, sollten sie bei der Bewertung berücksichtigt werden? Welche Referenzperson wird gewählt, Kinder oder Erwachsene, männlich oder weiblich? Kritik kommt auch von der Assoziation ökologischer Lebensmittelhersteller Aoel. Sie bemängelt, dass ein Produkt wie die Diätcola – angereichert mit allerlei künstlichen Zusatzstoffen – nach dem Ampelmodell vier grüne Punkte bekäme.

Offensichtlich gibt es auch noch Diskussionsbedarf, was die psychologische Wirkung der Ampel angeht: Nach einer Studie, die von niederländischen Wissenschaftlern der Universität Maastricht durchgeführt wurde, essen Kinder mehr von bestimmten Snacks, wenn sie vorher durch eine rote Kennzeichnung erfahren haben, dass sie diese Produkte nicht essen sollen. Verführt der rote Punkt also vielleicht auch zum Mehressen? Studien der FSA zeigen die Überlegenheit der Ampel bei interessierten Verbrauchern. Wie aber das Ampelmodell mittelfristig auf Kinder, Essgestörte und sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen wirkt, wurde nach Angaben der FSA noch nicht untersucht.

Die politische Diskussion

Der Verbraucherzentrale Bundesverband befürwortet die Einführung der Ampelkennzeichnung in Deutschland. „Das Versteckspiel und die Beliebigkeit bei der Nährstoffkennzeichnung müssen ein Ende haben“, so Gerd Billen, Vorstand des VZBV. Der große Vorteil der Ampelkennzeichnung ist, dass sie leicht verständlich ist. Damit ist sie für Dr. Stefan Etgeton, Leiter der Abteilung Gesundheit und Ernährung im VZBV „eine dringend notwendige Einkaufshilfe“.

Der Spitzenverband der deutschen Lebensmittelwirtschaft hingegen, der Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde e.V., BLL, lehnt die Ampelkennzeichnung kategorisch ab. Sie sei irreführend

und würde hochwertige Produkte verunglimpfen. „Der BLL fordert eine objektive, nicht politisch-ideologisch bewertende Nährwertkennzeichnung mit Konzentration auf die Kalorienangabe als zentraler Information“, betont Prof. Dr. Matthias Horst, Hauptgeschäftsführer des BLL.

Darüber hinaus fordert der BLL die Förderung der Verbraucheraufklärung, um Verbraucher zu befähigen, die richtigen Produkte auszuwählen. „Ernährung ist zu komplex, als dass sie auch nur annähernd in Farben wiedergegeben werden kann.“ heißt es seitens des BLL.

Das größte Problem – das Kennzeichnungschaos

Wichtige Fragen sind also noch ungeklärt: Welche Verbrauchergruppen sollen überhaupt mit der Kennzeichnung erreicht werden? Wie und mit welchen Kennzeichnungsmodellen motiviert man sie am besten, gesund einzukaufen? Wie erfahren Verbraucher dann, welche Menge von einem Lebensmittel die richtige ist? Sicher ist allerdings: Wenn es auf politischer Ebene nicht zu einer Einigung für ein einheitliches und verpflichtendes Kennzeichnungsmodell kommt, dann gibt es noch mehr Verwirrung und die Verbraucher haben das Nachsehen.

Quellen und Links:

Leitfaden der FSA für Hersteller: www.foodstandards.gov.uk/multimedia/pdfs/frontofpackguidance2.pdf

Verbraucherinformationen der FSA: <http://www.eatwell.gov.uk/foodlabels/trafficlights/>

Verbraucherbroschüre der FSA: <http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/publication/foodtrafficlight1107.pdf>

Informationen des Verbraucherzentrale Bundesverband, VZBV: www.vzbv.de/mediapics/was_ist_die_ampel.pdf

Pressemeldung der Lebensmittelwirtschaft: http://www.bll.de/presse/pressemitteilungen/pm_20080530_ampel

Ampelrechner der Arbeitskammer in Österreich <http://wien.arbeiterkammer.at/www-397-IP-38690-IPS-0.html>