

Informationen zum Produkt

WARUM SIND LEBENSMITTELETIKETTEN ENTSTANDEN?

Im 19. Jahrhundert führte die industrielle und technologische Entwicklung zu einem grossen Umschwung auf dem Lebensmittelmarkt. Dies zeigte sich am Auftauchen neuer Produkte wie **Konserven** und **pulverförmige Produkte**. Das Problem bei diesen neuen industriellen Produkten besteht darin, dass der Verbraucher nur schwer erkennen kann, was sie enthalten. Daher benötigt er Erklärungen, weswegen wiederum die Lebensmitteletikette so wichtig geworden ist.

Was muss eine Lebensmitteletikette beinhalten?

Heutzutage muss eine Lebensmitteletikette auf jeden Fall eine Produktbeschreibung wie zum Beispiel „Milch in Pulverform“ oder „Blütenhonig“ enthalten. Es handelt sich hierbei um den **Produktnamen**, den man auch Verkaufsbezeichnung nennt. Die Etikette muss zudem das **Nettogewicht**, z.B. 200 g, sowie das **Mindesthaltbarkeitsdatum** angeben.

WAS IST DAS VERFALLSDATUM?

Was ist das Verfallsdatum? Dies kann zwei Arten von Daten bezeichnen.

Wenn Sie auf einem Produkt die Angabe „**Zu verbrauchen bis zum**“ sieht, dann handelt es sich um das **Verbraucherdatum**. Nach diesem Datum kann das Lebensmittel eine Gefahr für die Gesundheit darstellen.

Vielleicht ist Ihnen auch schon die Bezeichnung „**Mindestens haltbar bis**“ aufgefallen. In diesem Fall handelt es sich um das **Mindesthaltbarkeitsdatum**, d.h. das Datum, nach dessen Verstreichen die Qualität eines Lebensmittels nicht mehr garantiert wird, ohne jedoch ein Gesundheitsrisiko darzustellen. Die Qualität kann sich zum Beispiel auf den Geschmack, auf die Konsistenz oder auf den Nährwert beziehen. Auch wenn ein Produkt dieses Datum überschritten hat, kann es immer noch konsumiert werden.

ZUTATENLISTE

Wie Sie sicher wissen, muss die Etikette auch die Zutatenliste enthalten. Die Zutaten auf dieser Liste sind **nach ihrem Gewicht in absteigender Reihenfolge** aufgeführt. Die erste Zutat auf der Liste ist also diejenige, die den grössten Anteil des Lebensmittels ausmacht. Die Liste enthält auch **Lebensmittelzusätze** und **Allergene**. Hier wird die ganze Sache etwas komplizierter.

WAS IST EIN LEBENSMITTELZUSATZ?

Was ist ein Lebensmittelzusatz? Ein Zusatzstoff ist ein recht breit gefasster Begriff, da er sich auf verschiedene Substanzen wie z.B. **Farbstoffe**, **Konservierungsstoffe** oder **Säuerungsmittel** beziehen kann. Diese Substanzen können natürlich oder

synthetisch sein. Das Ziel dieser Zusatzstoffe ist es, ein Produkt auf die eine oder andere Art zu verbessern. Das kann sich auf Aussehen, Konservierung, Geschmack oder Konsistenz eines Produkts beziehen. Die Zusatzstoffe müssen also entsprechend ihrer Kategorie entweder mit ihrer wissenschaftlichen Bezeichnung oder mit ihrem EU-Symbol angegeben werden.

Wenn Sie in Europa in der Zutatenliste eine Substanz sehen, die mit einem E, gefolgt von drei Ziffern, beginnt, dann handelt es sich um einen Lebensmittelzusatz. Das E steht dabei für Europa, während die drei Ziffern einer Kategorie von Zusatzstoffen entsprechen.

Es gibt mehrere Kategorien von Zusatzstoffen.

FARBSTOFFE

Schlüsselwörter > E100 bis E199 (Farbstoff)

In Europa bezeichnet die erste Kategorie Farbstoffe. Nach dem E kommt also die Ziffer 1, um die Kategorie der Farbstoffe anzugeben. Die zwei folgenden Ziffern geben die genaue Farbe an. Der Farbstoff E120 ist beispielsweise ein roter Farbstoff.

Schlüsselwörter > E120 (roter Farbstoff)

Die Farbe eines Lebensmittels ist sehr wichtig für unsere Entscheidung, ob wir es konsumieren oder nicht. Bei der industriellen Lebensmittelproduktion werden Farbstoffe aus unterschiedlichen Gründen eingesetzt. Mal, um dem Lebensmittel die Farbe zurückzugeben, die es während der Herstellung verloren hat, mal, um eine vorhandene Farbe zu betonen oder auch, um eine farblose Speise zu färben und sie so appetitlicher aussehen zu lassen.

KONSERVIERUNGSSTOFFE UND ANTIOXIDIERENDE STOFFE

Schlüsselwörter > E200 bis E299 (Konservierungsstoffe)

Schlüsselwörter > E300 bis E399 (antioxidierende Stoffe)

Die Reihe E200 entspricht den Konservierungsstoffen und die Reihe E300 den Antioxidantien. Wie der Name schon sagt, neutralisieren Antioxidantien die Wirkung von Sauerstoff. Dadurch können Lebensmittel konserviert und länger konsumiert werden. Die Reihe E400 verbessert dank Emulgatoren, Stabilisatoren, Dickungsmitteln und Gelierhilfsmitteln die Konsistenz von Lebensmitteln. Wie Sie sehen, gibt es viele Zusatzstoffe, wobei jeder eine bestimmte Funktion hat.

ALLERGENE

Die gefährlichsten Allergene sind in der Gesetzgebung aufgelistet und müssen obligatorisch auf Lebensmitteletiketten angegeben werden. Zum Beispiel kommt manchmal nach der Zutatenliste die Angabe „**Enthält Soja**“. Soja ist eine potenziell allergene Zutat. Es gibt noch andere davon. Dazu zählen beispielsweise **Fische** und **Schalentiere**, **Erdnüsse**, **Eier**, **Milch**, **Schalenfrüchte** und **Sulfite**, die alle in der Zutatenliste angegeben werden müssen. Daher sollte man diese immer genau durchlesen. Zudem sollte man wissen, dass, wenn ein Lebensmittel gemeinsam mit anderen hergestellt, gelagert oder transportiert wird, es Spuren von Allergenen enthalten kann. Kann man die Allergene nicht meiden oder beseitigen, enthält die

Etikette Angaben wie „Kann Spuren von Nüssen enthalten“ oder „Kann Soja enthalten“. Diese Angaben kommen nach der Zutatenliste.

ANDERE INFORMATIONEN

Eine Lebensmitteletikette kann auch die Herkunft eines Produkts wie beispielsweise das Herkunftsland angeben. Es kann Qualitätssiegel nennen. **Bio** bezieht sich zum Beispiel auf einen **biologischen Anbau**, und **AOC** bedeutet **Appellation d'Origine Contrôlée (kontrollierte Herkunftsbezeichnung)**. Es gibt noch andere wie das **Label Rouge** oder die **Geschützte Ursprungsbezeichnung**. Manchmal können Sie auch eine Anleitung auf den Etiketten sehen, um die Verwendung des Produkts zu erleichtern. Auch der Name des Herstellers oder Angaben zur Produktionsstätte oder Herstellungseinheit sind manchmal zu finden.

Informationen zum Produkt

Seit wann gibt es
Lebensmittelkonserven?

- Seit dem 18. Jh.
- Seit dem 19. Jh.
- Seit dem 20. Jh.

Was muss nicht auf einem
Lebensmitteletikett aufgeführt sein?

- Ein Bild
- Das Nettogewicht
- Das Mindesthaltbarkeitsdatum

Das Verfallsdatum gibt das...

- Produktionsdatum an.
- optimale Verkaufsdatum an.
- Verbrauchsdatum an.

„Vorzugsweise zu konsumieren vor
dem“: Nach diesem Datum ist das
Produkt möglicherweise...

- gefährlich.
- von schlechterer Qualität.
- günstiger.

Die Reihenfolge der Inhaltsstoffe auf
dem Etikett richtet sich nach...

- ihrem Gewicht.
- ihrem Fettgehalt.
- dem Alphabet.

Ein Farbstoff ist ein Lebensmittelzusatz.

- Richtig
- Falsch

Lebensmittelzusätze sind...

- natürlich.
- synthetisch.
- entweder natürlich oder synthetisch.

Wie nennt man Lebensmittel, die
Allergien hervorrufen?

- Allergisierer
- Allergierer
- Allergene

Welches Lebensmittel ist nicht dafür
bekannt, Allergien auszulösen?

- Nüsse
- Soja
- Salat

Was bedeutet AOC?

- Appellation d'Orientation Culinaire
(kulinarische Orientierungsbezeichnung)
- Appellation d'Origine Contrôlée
(kontrollierte Herkunftsbezeichnung)
- Appellation d'Originalité Culinaire
(kulinarische Originalitätsbezeichnung)

Antworten

Seit wann gibt es Lebensmittelkonserven?

- Seit dem 18. Jh.
Falsch! Etwas später.
- Seit dem 19. Jh.
Bravo! Das stimmt.
- Seit dem 20. Jh.
Falsch! Früher.

Was muss nicht auf einem Lebensmitteletikett aufgeführt sein?

- Ein Bild
Bravo! Eine Abbildung des Lebensmittels ist nicht obligatorisch.
- Das Nettogewicht
Falsch! Diese Information ist obligatorisch.
- Das Mindesthaltbarkeitsdatum
Falsch! Diese Information ist obligatorisch.

Das Verfallsdatum gibt das...

- Produktionsdatum an.
Falsch! Versuche es noch einmal!
- optimale Verkaufsdatum an.
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Verbrauchsdatum an.
Bravo! Das stimmt.

„Vorzugsweise zu konsumieren vor dem“: Nach diesem Datum ist das Produkt möglicherweise...

- gefährlich.
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- von schlechterer Qualität.
Bravo! Das ist richtig, jedoch muss das nicht zwingend der Fall sein.
- günstiger.
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Die Reihenfolge der Inhaltsstoffe auf dem Etikett richtet sich nach...

- ihrem Gewicht.
Bravo! Das stimmt.
- ihrem Fettgehalt.
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- dem Alphabet.
Falsch! Versuche es noch einmal!

Ein Farbstoff ist ein Lebensmittelzusatz.

- Richtig
Bravo! Zusatzstoffe werden beigegeben, um Lebensmittel zu verbessern.
- Falsch
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Lebensmittelzusätze sind...

- natürlich.
Falsch! Die Antwort ist nicht vollständig.
- synthetisch.
Falsch! Die Antwort ist nicht vollständig.
- entweder natürlich oder synthetisch.
Bravo! Zusatzstoffe können natürlich oder synthetisch sein.

Wie nennt man Lebensmittel, die Allergien hervorrufen?

- Allergisierer
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Allergierer
Falsch! Versuche es noch einmal!
- Allergene
Bravo! Das stimmt.

Welches Lebensmittel ist nicht dafür bekannt, Allergien auszulösen?

- Nüsse
Falsch! Nussallergien treten häufig auf.
- Soja
Falsch! Sojaallergien treten häufig auf.
- Salat
Bravo! Das stimmt.

Was bedeutet AOC?

- Appellation d’Orientation Culinaire (kulinarische Orientierungsbezeichnung)
Falsch! Versuche es noch einmal!
- Appellation d’Origine Contrôlée (kontrollierte Herkunftsbezeichnung)
Bravo! Das stimmt.
- Appellation d’Originalité Culinaire (kulinarische Originalitätsbezeichnung)
Falsch! Doch kein schlechter Versuch!

Zutatenliste

[11-13 und 14-16 Jahre]

Hier ist die Zutatenliste von Käsegebäck.

Zutaten: Weizenmehl, pflanzliche Margarine, pflanzliche Öle und Fette (Palmöl, Kokosöl, Rapsöl), Wasser, Emulgator E471, Säuerungsmittel E330, Käse (10%), Magermilchpulver, Hefe, Salz, Gerstenmalzmehl, Zucker. Enthält Gluten und Milch.

Frage 1: Enthält dieses Lebensmittel mehr Salz oder mehr Zucker? Warum?

Frage 2: Enthält dieses Lebensmittel Lebensmittelzusätze? Wenn ja, welche?

Frage 3: Enthält dieses Lebensmittel Allergene? Wenn ja, welche?

Hier ist das Verfallsdatum des Produkts:

Zu verbrauchen bis: 06.10.2019

Frage 4: Um welche Art von Haltbarkeitsdatum handelt es sich?

Antworten

Zutatenliste

[11-13 und 14-16 Jahre]

Hier ist die Zutatenliste von Käsegebäck.

Zutaten: Weizenmehl, pflanzliche Margarine, pflanzliche Öle und Fette (Palmöl, Kokosöl, Rapsöl), Wasser, Emulgator E471, Säuerungsmittel E330, Käse (10%), Magermilchpulver, Hefe, Salz, Gerstenmalzmehl, Zucker. Enthält Gluten und Milch.

Frage 1: Enthält dieses Lebensmittel mehr Salz oder mehr Zucker? Warum?

Dieses Lebensmittel enthält mehr Salz, da die Zutaten auf dem Lebensmitteletikett nach absteigendem Gewicht aufgeführt sind._____

Frage 2: Enthält dieses Lebensmittel Lebensmittelzusätze? Wenn ja, welche?

Ja, Emulgatoren und Säuerungsmittel sind Lebensmittelzusätze._____

Frage 3: Enthält dieses Lebensmittel Allergene? Wenn ja, welche?

Ja, Gluten und Milch sind Allergene._____

Hier ist das Verfallsdatum des Produkts:

Zu verbrauchen bis: 06.10.2019

Frage 4: Um welche Art von Haltbarkeitsdatum handelt es sich?

Es handelt sich um das Verbrauchsdatum („Zu verbrauchen bis:“) und nicht um das Mindesthaltbarkeitsdatum („Mindestens haltbar bis:“).-_____

Lebensmitteletiketten

[14-16 Jahre]

Fülle die Lücken aus.

Allergen, Gesättigte, Kohlenhydraten, Lebensmittelzusätze, Nährwertangabe, Natrium, Portion, Qualitätssiegel, Süßungsmittel

- Gluten gilt als _____.
- Farbstoffe sind _____, die zur E100-Reihe gehören.
- Das „Bio-Label“ ist ein _____.
- Nährwerte sind pro 100 g, pro 100 ml oder pro _____ angegeben.
- _____ Fettsäuren sind Fette, die man vor allem in Lebensmitteln tierischen Ursprungs findet.
- Lebensmittelfasern gehören zu den komplexen _____.
- Auf Lebensmitteletiketten ist oft _____ bei der Nährwertangabe aufgeführt anstelle von Salz, welches eher auf der Zutatenliste zu finden ist.
- _____ wie Aspartam müssen auf dem Lebensmitteletikett angegeben werden.
- Eine _____ gibt an, dass ein Produkte besondere Nährwerteigenschaften haben kann.

Lebensmitteletiketten

[14-16 Jahre]

Fülle die Lücken aus.

- Gluten gilt als **Allergen**.
- Farbstoffe sind **Lebensmittelzusätze**, die zur E100-Reihe gehören.
- Das „Bio-Label“ ist ein **Qualitätssiegel**.
- Nährwerte sind pro 100 g, pro 100 ml oder pro **Portion** angegeben.
- **Gesättigte** Fettsäuren sind Fette, die man vor allem in Lebensmitteln tierischen Ursprungs findet.
- Lebensmittelfasern gehören zu den komplexen **Kohlenhydraten**.
- Auf Lebensmitteletiketten ist oft **Natrium** bei der Nährwertangabe aufgeführt anstelle von Salz, welches eher auf der Zutatenliste zu finden ist.
- **Süßungsmittel** wie Aspartam müssen auf dem Lebensmitteletikett angegeben werden.
- Eine **Nährwertangabe** gibt an, dass ein Produkte besondere Nährwerteigenschaften haben kann.