

Schlau informiert

Augen auf - Was steht drauf?

Wie funktioniert „Augen auf - Was steht drauf“?

Die Schüler* erfahren in einem Lesetext die Grundlagen zum Thema Lebensmittelkennzeichnung. Anhand einer schematischen Darstellung einer Lebensmittelverpackung sollen die einzelnen Kennzeichnungsbereiche danach erfasst und richtig benannt werden. Ziel ist es, den Blick der Schüler auf die Verpackung von Lebensmitteln zu lenken und zu vermitteln, welche Informationen über ein Produkt abgelesen werden können.

Vorbereitung:

- Kopieren Sie für alle Schüler die Arbeitsblätter.

Ablauf:

1. Bitte teilen Sie jedem Schüler das Arbeitsblatt mit dem Lesetext zur Lebensmittelkennzeichnung aus (zwei Seiten).
2. Geben Sie den Schülern folgende Anweisungen:
 - Jeder von euch erhält einen Lesetext, der die wichtigsten Informationen beschreibt, die wir auf einer Lebensmittelverpackung ablesen können.
3. Wenn die Schüler mit dem Lesetext fertig sind, teilen Sie das dritte Arbeitsblatt mit der schematischen Lebensmittelabbildung aus.
 - Bitte seht euch nun das Übungsbeispiel an und versucht die Begriffe richtig zuzuordnen.
4. Wenn die Schüler fertig sind, besprechen Sie gemeinsam die Lösungen durch und wiederholen Sie die wichtigsten Informationen aus dem Lesetext.
Auflösung: 1. Nährwertkennzeichnung, 2. Name und Anschrift des Lebensmittelunternehmers, 3. Mindesthaltbarkeitsdatum, 4. Sachbezeichnung, 5. Zutatenliste, 6. Allergenkennzeichnung, 7. Lagerhinweise, 8. Gebrauchsanleitung, 9. Nettofüllmenge
5. Möglicher Anstoß für eine weiterführende Bearbeitung:
 - Die Schüler können Verpackungen, die sie heute selbst im Rahmen ihrer Schuljause mithaben (zB Getränke, Snacks...), in Bezug auf die einzelnen Kennzeichnungselemente analysieren.

Lebensmittelkennzeichnung

Die EU regelt das Thema Lebensmittelkennzeichnung europaweit und bestimmt damit, welche Informationen auf einer Lebensmittelverpackungen stehen müssen. Im Jahr 2011 wurde die aktuelle **EU-Lebensmittelinformationsverordnung Nr. 1169/2011** veröffentlicht, die seit Ende 2014 verpflichtend gilt. Alle Lebensmittelproduzenten und -verkäufer in der EU müssen sich an diese Verordnung halten und ihre Lebensmittel gemäß dieser Verordnung kennzeichnen.

Folgende Angaben gehören zu den sogenannten „**Pflichtkennzeichnungselementen**“ und müssen grundsätzlich auf allen verpackten Lebensmitteln angeführt werden:

Sachbezeichnung

Die Sachbezeichnung erklärt, um welches Produkt es sich handelt. Also z.B. Joghurt – Käse – Orangensaft etc. *Achtung:* Viele Lebensmittel tragen auch einen Marken- und/oder Produktnamen, die häufig in Großbuchstaben auf der Vorderseite der Verpackung stehen, wie z.B. „Erdbeerfantasie“. Diese können zusätzlich verwendet werden, dürfen aber die Sachbezeichnung nicht ersetzen. Bei diesem Beispiel lautet die richtige Sachbezeichnung: „Joghurtdrink aus entrahmter Milch mit Erdbeergeschmack“. Sie befindet sich oft auf der Rückseite der Verpackung.

Zutatenliste

Die Zutatenliste gibt Auskunft darüber, woraus ein Produkt wirklich besteht. Dabei informiert die Reihenfolge der Zutaten über die Mengenverteilung: Die Hauptzutat steht gleich an erster Stelle. Die Zutat, die den geringsten Gewichtsanteil hat, steht an der letzten Stelle der Liste.

Normalerweise stehen in der Zutatenliste keine konkreten Mengenangaben. Wenn der Hersteller aber eine Zutat mit Bildern oder Worten besonders hervorhebt (z.B. Himbeer-Joghurt mit Himbeer als „wertbestimmende“ Zutat), dann muss der prozentuelle Anteil dieser Zutat in der Liste stehen (z.B. 10 % Himbeeren). So können Produkte leichter verglichen werden. Sind zusammengesetzte Zutaten enthalten, z.B. Schokoladestückchen in Keksen, müssen auch die Einzelzutaten der Schokolade aufgeschlüsselt werden (in Klammer).

Es gibt aber auch Ausnahmen: Keine Zutatenliste benötigen Produkte, denen keine weitere Zutat hinzugefügt wurde (wie z.B. Mehl, Zucker, Frischobst/-gemüse, Kartoffeln, Käse, Butter, Obers...), aber auch Produkte, deren Verpackung kleiner als 10 cm² ist.

Allergenkennzeichnung

Allergene sind Bestandteile in bestimmten Lebensmitteln, die Allergien und Unverträglichkeiten auslösen können. Bei Personen, die auf diese Allergene reagieren, kann dies sogar bis zu schweren körperlichen Reaktionen führen. Daher müssen folgende allergenen Stoffe bzw. Stoffgruppen in der Zutatenliste angeführt sein und zusätzlich optisch z.B. durch Fettdruck, Unterstreichen oder durch Großbuchstaben hervorgehoben werden: glutenhaltiges Getreide, Krebstiere, Eier, Fische, Erdnüsse, Sojabohnen, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesamsamen, Schwefeloxid und Sulphite, Lupinen sowie Weichtiere.

Name und Anschrift des Lebensmittelunternehmers

Auf dem Etikett müssen immer der Name und die vollständige Postanschrift der Firma angegeben werden, die für das Produkt verantwortlich ist. Dabei kann es sich um den Hersteller, den Verpacker, den Händler oder auch den Importeur handeln. *Achtung:* Ein Hinweis auf die Herkunft des Produktes ist aus dieser Angabe aber nicht ableitbar.

Nettofüllmenge

Die Nettofüllmenge gibt das Gewicht bzw. das Volumen des Lebensmittels an. Bei festen Produkten muss die Angabe in Gramm oder Kilogramm erfolgen, bei flüssigen Produkten in Milliliter, Zentiliter oder Liter. Das Zeichen e vor der Nettofüllmenge steht für das französische Wort *estimée* bzw. das englische Wort *estimated* – auf Deutsch bedeutet das „geschätzt“. Das heißt nun aber nicht, dass die

Füllmenge geschätzt ist, sondern, dass die verpackten Waren nach den Vorgaben der EU-Fertigungspackungsverordnung befüllt worden sind.

Mindesthaltbarkeitsdatum oder Verbrauchsdatum

Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist das Datum, bis zu dem ein Lebensmittel haltbar ist und seine typischen Eigenschaften wie Konsistenz, Farbe, Geruch und Geschmack behält – vorausgesetzt es wurde nicht geöffnet und richtig gelagert. Damit garantieren Hersteller, dass ihre Produkte bis zu diesem Datum frisch und ohne Bedenken verzehrfähig sind. Viele Lebensmittel können aber auch nach Ablauf dieser Frist noch in Ordnung sein – dazu vor dem Verzehr einfach Aussehen, Geruch und Geschmack vorsichtig testen.

Im Unterschied dazu gibt es auch das Verbrauchsdatum. Leicht verderbliche Lebensmittel wie z.B. Fleisch oder Fisch werden mit einem Verbrauchsdatum versehen. Bis zu diesem Datum muss das Lebensmittel verbraucht werden.

Lagerhinweise

In Zusammenhang mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum müssen auch Lagertemperaturen und -bedingungen angegeben werden, wenn deren Einhaltung für die Haltbarkeit des Lebensmittels wesentlich ist (z.B. tiefgekühlt lagern bei -18°C, vor Wärme und Licht geschützt lagern). Wenn sich die Lagerung oder auch die Haltbarkeit nach dem Öffnen ändert, muss darauf auch hingewiesen werden.

Gebrauchsanleitung

Ist eine spezielle Gebrauchsanweisung für die richtige Verwendung bzw. Zubereitung eines Lebensmittels notwendig, dann muss diese auch am Etikett angegeben werden, z.B. die Zubereitungsbeschreibung einer Fertigsuppe.

Nährwertkennzeichnung

Seit Ende 2016 müssen alle verpackten Lebensmittel eine Aufschlüsselung der Nährwerte enthalten. Die Nährwerttabelle muss Angaben zum Energiegehalt (Brennwert in kJ/kcal) und zu den Mengen an Fett, gesättigten Fettsäuren, Kohlenhydraten, Zucker, Eiweiß und Salz enthalten. Das sind die sogenannten „Big 7“ der Nährwertkennzeichnung. Zur besseren Vergleichbarkeit müssen sich diese immer auf 100 Gramm oder 100 Milliliter des Lebensmittels beziehen.

Zusätzlich zur verpflichtenden Kennzeichnung besteht die Möglichkeit für Lebensmittelunternehmer, **freiwillige Angaben** in Form von Informationen oder Bildern (z.B. Gütesiegel, Logos, Fotos,...) auf Verpackungen anzubringen. Diese dürfen den Platz für die Pflichtangaben aber nicht einschränken. In der Nährwerttabelle werden z.B. oft zusätzlich die Nährwerte pro Portion oder Verzehrinheit (z.B. Scheibe oder Stück) angeführt. Ebenso werden häufig in einer weiteren Spalte Prozentsätze von festgelegten Referenzmengen ergänzt (% RM oder engl. % RI), um den Konsumenten eine Einschätzung über den Beitrag eines Produkts zur täglichen Nährstoffversorgung zu erleichtern.

Übung: Kennzeichnungselemente auf einer Lebensmittelverpackung

Kannst du die folgenden Kennzeichnungselemente richtig benennen?



1. Marke

2. Produktname

1.

Durchschnittliche Nährwerte		Pro 100 g
Energie	266 kJ	63 kcal
Fett	0,7 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g	
Kohlenhydrate	11,0 g	
davon Zucker	11,0 g	
Eiweiß	3,0 g	
Salz	0,11 g	

Kuhland Milchprodukte
Fleckviehstraße 12
4099 Fleckviehhausen

3.

22.10.18

4. Joghurt-Drink aus pasteurisierter Milch mit 0,8 % Fett und 15 % Heidelbeerbereitung

5. Zutaten: Fettarmer **6. Joghurt**, Zucker, 15 % Heidelbeerbereitung aus: Heidelbeeren und Heidelbeersaft aus Heidelbeersaftkonzentrat, modifizierte Stärke, Zitronensaftkonzentrat, natürliches Aroma, färbende Frucht- und Pflanzenkonzentrate (Hibiskus, Karotte). Frucht im Endprodukt.

7. Gekühlt (3–6°C) mindestens haltbar bis: siehe Oberseite
Nach dem Öffnen gekühlt lagern und innerhalb von 2–3 Tagen verbrauchen.

8. Vor dem Öffnen gut schütteln.

9. e 350 g 

4.

5.

6.

7.

8.

9.