

Signifikante Änderungen bei Zucker und Energie, nicht bei Salz

Produktmonitoring - Hintergrund

Ausgehend von der Weltgesundheitsorganisation gibt es weltweit Bestrebungen, den Gehalt an Zucker, Fett, Salz und Energie in Fertigprodukten zu verringern. Auch in Deutschland finden entsprechende Anstrengungen statt. Deshalb stellt sich die Frage, wie sich die Gehalte an Zucker, Salz und Kalorien in Fertigprodukten im Supermarkt verändern. Ein Bericht zum Produktmonitoring 2019 durch das Max Rubner-Institut liegt nun vor.

Das Max Rubner-Institut führte im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft 2016 Basiserhebungen für 18 Produktgruppen und 2018 für Erfrischungsgetränke durch. Auf dieser Grundlage war es nun möglich, die Entwicklung der Gehalte für Joghurtzubereitungen, gesüßte Quarkzubereitungen, Frühstückscerealien, Erfrischungsgetränke und Tiefkühlpizzen zu verfolgen. Für gesüßte Milchmischgetränke auf der Basis von Milch oder Joghurt wurde zudem eine Basiserhebung durchgeführt, damit in Zukunft auch für diese Produktgruppe wissenschaftlich fundiert Veränderungen festgestellt werden können. Bei diesen sich wiederholenden Erhebungen, auch Monitoring genannt, lag ein besonderes Augenmerk auf den Produkten, die aufgrund der Verpackung oder anderer Kriterien, etwa der Gestaltung des Produktes selbst, gezielt Kinder ansprechen. Bei diesen Produkten wurde zudem anhand der Zutatenliste überprüft, ob neben Zucker auch Süßstoffe eingesetzt werden.

Ebenfalls untersucht wurde, wie die Produkte zusammengesetzt sind, die von den Verbrauchern besonders gerne gekauft werden. Diese beiden Ansätze ermöglichen, dass Produkte mit geringem Marktanteil mit untersucht werden und gleichzeitig deren Effekt auf die Aufnahme nicht überschätzt wird und umgekehrt. Grundlage für die Einschätzung der Marktrelevanz der Produkte ist das repräsentative Haushaltspanel der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK).

Im Bericht werden die mittleren Gehalte an Energie, Zucker und Salz (sowohl die arithmetischen Mittelwerte als auch die Mediane), die Minimal- und Maximalwerte sowie die Quartile (25. und 75. Perzentil) tabellarisch dargestellt. Durch Boxplots, die die Verteilung der Werte darstellen, werden die Spannweiten der Energie- und Zucker- bzw. Salzgehalte visualisiert. Zum Verständnis: Das 50. Perzentil stellt den Median dar, der in der Mitte des nach der Größe der Zahlenwerte sortierten Datensatzes liegt. Das 25. und das 75. Perzentil beschreiben die Werte, die im oberen und unteren Viertel (Quartil) des Zahlenbereichs liegen. Im Unterschied zum arithmetischen Mittelwert wird der Median nicht von Extremwerten im minimalen oder maximalen Bereich beeinflusst und wird auch immer dann herangezogen, wenn die Zahlenwerte nicht gleichmäßig über die Spannbreite verteilt sind.

Ergebnisse

Bei den untersuchten Produktgruppen handelt es sich, wie die Ergebnisse des Monitorings zeigen, um einen sehr dynamischen Markt. Zum Beispiel wurden für die Basiserhebung 2016 auf dem Markt 13 Frühstücksbreie ermittelt. In den drei Jahren bis zur Folgerhebung ist die Zahl auf 98 Frühstücksbreie angewachsen. Auch die Produktvielfalt in Bezug auf Gehalte an Zucker, Salz und

Energie hat zugenommen: Insgesamt sind die Spannweiten dieser Inhaltsstoffe innerhalb der Produktgruppen häufig groß, da die maximalen Gehalte von Zucker und Salz ähnlich hoch geblieben sind; gleichzeitig gibt es inzwischen Produkte mit so niedrigen Zucker- und Salzgehalten auf dem Markt, wie es zur Zeit der Basiserhebungen noch nicht der Fall war. Durch das im Vergleich zu den Basiserhebungen teilweise größere Angebot an ernährungsphysiologisch günstigeren Produkten ist eine gezielte Wahl durch die Verbraucher möglich. Bei einigen Produktgruppen wird dies von den Käufern auch genutzt. So wählen die Haushalte bei Quarkzubereitungen mit Kinderoptik eher die zuckerärmere Variante – bei Joghurtzubereitungen mit Kinderoptik ist allerdings eher der gegenteilige Effekt zu beobachten. Ebenso werden bei den Frühstückscerealien von den knusprigen Schoko-Frühstücksprodukten die energiereichen Varianten häufiger gekauft als die weniger energiereichen. Auch bei den marktrelevanten Teekaltgetränken („Eistees“) greifen die Haushalte verstärkt zu den zuckerreichen Produkten – obwohl Varianten mit weniger Zucker zur Verfügung stehen.

Bei den Tiefkühlpizzen standen die Salzgehalte im Vordergrund. Die Spannweite der Salzgehalte der gesamten Produktpalette des Marktangebots ist bei dieser Produktgruppe besonders hoch: So sind die maximalen Gehalte an Salz, zum Beispiel bei Pizza Salami doppelt so hoch, bei Pizza Chicken oder Pizza Margherita sogar dreimal so hoch wie die minimalen Gehalte bei der jeweils gleichen Sorte. Allerdings konnte für die TK-Pizza keine statistisch signifikante Verringerung des Salzgehaltes zwischen 2016 und 2019 festgestellt werden. Aus diesem breiten Sortiment bevorzugen die Verbraucher jedoch eher die ernährungsphysiologisch günstigeren salzärmeren Varianten.

Die Gegenüberstellung der Zucker- und Energiegehalte der untersuchten Fertigprodukte der Basiserhebung und der nun veröffentlichten Folgerhebung zeigt insgesamt, dass es positive Entwicklungen bei mehreren Produktgruppen gibt: Bei Joghurt- und Quarkzubereitungen geht die Zuckerreduktion häufig mit einer signifikanten Reduktion des Energiegehaltes einher. Bei den Joghurtzubereitungen mit Kinderoptik ist die Energiereduktion sogar deutlich höher als die Zuckerreduktion. Bei Frühstückscerealien ist das Bild weniger einheitlich: Hier zeigte sich bei den Frucht-/Nuss-Müslis zwar ein deutlich geringerer Zuckergehalt, aber nur ein minimal geringerer Energiegehalt. Bei den Produkten mit Kinderoptik wurde der Zuckergehalt über die Produkte „knusprige Erzeugnisse mit Schoko“ hinweg um 17 Prozent reduziert, doch spiegelt sich dies nicht in einer Reduktion des Energiegehaltes wider.

Ein besonderer Schwerpunkt der Untersuchung lag auf Produkten mit Kinderoptik: Bei den meisten ist im Vergleich zu 2016 eine Verringerung der Zucker- und Energiegehalte zu beobachten. Diese Gehaltsänderungen sind sowohl statistisch signifikant als auch ernährungsphysiologischer Sicht relevant. Süßstoffe wurden bei keinem der untersuchten Produktgruppen, außer bei der Gruppe der Erfrischungsgetränke, zugesetzt. Allerdings zeigt sich auch, dass die Produkte, die sich an Kinder richten, häufig immer noch zu den zuckerreichsten innerhalb der Produktgruppen zählen. Es besteht somit weiterhin Handlungsbedarf.

Weitere Informationen

[Produktmonitoring 2019 – Zusammenfassung und Kernaussagen](#) (pdf)

[Produktmonitoring 2019 – Ergebnisbericht](#) (pdf)

[Pressemitteilung des BMEL](#)