

DER NUTRI-SCORE

die verständlichste
Nährwertkennzeichnung

HINTERGRUNDINFOS ZUM NUTRI-SCORE
Zusammengestellt von foodwatch Österreich



ZUSAMMENFASSUNG

Für uns Konsument*innen ist es oft schwierig bis unmöglich, sich von der Nährwertqualität eines Lebensmittels im Supermarkt schnell und einfach ein Bild zu machen. Nährwertangaben sind komplex und zudem oft klein gedruckt, meist auf der Rückseite der Verpackung. Zutatenlisten sind nicht immer aussagekräftig. Und viele Hersteller überfrachten Packungen lieber mit Werbebotschaften als mit verständlichen Informationen.

Dabei haben wir Konsument*innen das Recht auf eine transparente, einfache Lebensmittelkennzeichnung. Auch, wenn es um die Nährwertqualität eines Produkts geht.

foodwatch fordert deshalb seit Langem ein System zur Nährwertkennzeichnung, das für Konsument*innen leicht verständlich ist. Ein System, das auf den ersten Blick die Nährwertqualität des Produkts erkennbar macht und das für Vergleichbarkeit im Supermarktregal sorgt.

Der Nutri-Score ist die derzeit am leichtesten verständliche Nährwertkennzeichnung. Das zeigen zahlreiche Umfragen. Er wurde von Wissenschaftler*innen in Frankreich entwickelt. Die fünfstufige Farbskala in Ampelfarben bewertet die Nährwertqualität eines Produkts – sie reicht von dunkelgrün bis rot und ist mit den Buchstaben A bis E hinterlegt.

Doch derzeit haben Unternehmen in Österreich keine Rechtssicherheit, wenn sie den Nutri-Score verwenden wollen. In Österreich fehlt dafür die rechtliche Grundlage. Die könnte von der Bundesregierung leicht hergestellt werden. Damit der Nutri-Score zumindest auf freiwilliger Basis verwendet werden kann, muss Österreich bei der EU-Kommission darum ansuchen; andere Länder wie Deutschland oder Frankreich haben das bereits gemacht.

foodwatch fordert daher die österreichische Bundesregierung auf, in einem ersten Schritt in Österreich für Rechtssicherheit zu sorgen und sich in einem weiteren Schritt für eine generell verpflichtende Kennzeichnung mit dem Nutri-Score auf EU-Ebene einzusetzen. Denn nur dann haben wir Konsument*innen die Möglichkeit, uns auf einen Blick über die Nährwertqualität der Lebensmittel zu informieren. Erst wenn es für alle Hersteller verpflichtend ist, den Nutri-Score auf der Verpackung anzubringen, ist diese Nährwertkennzeichnung für Konsument*innen tatsächlich eine Hilfestellung beim Einkaufen. Solange nur ein paar Produkte mit dem Nutri-Score gelabelt sind, kann man sich im Supermarkt vor dem Regal kein objektives Bild über die Nährwertqualität einer Produktgruppe machen.

WARUM ES EINE LEICHT VERSTÄNDLICHE NÄHRWERTKENNZEICHNUNG WIE DEN NUTRI-SCORE BRAUCHT

Verwirrung im Supermarkt: viel Kleingedrucktes und jede Menge Werbung

Beim Einkaufen im Supermarkt wählen wir die Lebensmittel nach verschiedenen Gesichtspunkten aus. Die Ent-

scheidung für ein bestimmtes Produkt fällt oft genug erst vor dem Supermarktregal und innerhalb von Sekunden. Wenn wir uns als Konsument*innen dafür interessieren, wie es um die Nährstoffe eines Lebensmittels bestellt ist, stehen wir oft ratlos vor dem Regal. Wir drehen Verpa-

ckungen hin und her, finden nach langem Suchen eine kleingedruckte Nährwerttabelle – und können auch damit meist nicht viel anfangen.

Viele Hersteller überfrachten außerdem ihre Verpackungen lieber mit Werbebotschaften als mit verständlichen Informationen. Und manche können uns damit reichlich in die Irre führen: Sie werben beispielsweise mit „30 % weniger Fett“ oder „zuckerreduziert“. Ob die Produkte dann tatsächlich ausgewogener sind als ihre Nachbarn im Supermarktregal, lässt sich selbst für sehr Ernährungsinteressierte kaum feststellen.

Die Nährwertkennzeichnung Nutri-Score schafft Klarheit auf einen Blick

Der Nutri-Score ist eine einfache Übersetzung dessen, was wir sonst mühsam aus Nährwerttabellen und Zutatenlisten herauslesen müssten.

Der Nutri-Score ist eine leicht verständliche Nährwertkennzeichnung. Er besteht aus einer fünfstufigen Farbskala, die mit den Buchstaben A bis E hinterlegt ist. Produkte mit einer eher ausgewogenen Nährstoffzusammensetzung bekommen ein dunkelgrünes A oder ein hellgrünes B, im mittleren Bereich gibt es ein gelbes C, und eher unausgewogene Produkte bekommen ein oranges D oder ein rotes E. Der Nutri-Score kann für verpackte, verarbeitete Lebensmittel und Getränke berechnet werden. Er gibt Aufschluss über die Nährwertqualität eines Produkts im Supermarkt.

So funktioniert der Nutri-Score

Für die Berechnung des Nutri-Scores werden für einzelne Nährstoffe Punkte vergeben. Je weniger Punkte ein Produkt hat, desto besser ist der Score, also die Bewertung der Nährstoffzusammensetzung des Produkts. Berechnet wird immer auf 100 g beziehungsweise 100 ml. Getränke werden anders gewertet als feste Lebensmittel.

Günstig wirken sich folgende Zutaten und Nährstoffe aus:

- > Ballaststoffe
- > Proteine
- > Obst
- > Gemüse
- > hochwertige Öle
- > Nüsse

Ungünstig wirken sich hingegen aus:

- > ein hoher Energie-Wert
- > Gesättigte Fettsäuren
- > Zucker
- > Salz (Natrium)

Die Punkte werden in eine Tabelle eingetragen, die dann den entsprechenden Nutri-Score anzeigt. Besonders ausgewogene Lebensmittel bekommen ein dunkelgrün hinterlegtes A. Besonders unausgewogene Lebensmittel bekommen ein rot hinterlegtes E.

NUTRI-SCORE



Der Nutri-Score schafft Klarheit auf einen Blick. Er rechnet günstige gegen ungünstige Nährstoffe auf und bildet das Ergebnis auf der Vorderseite der Verpackung in einer leicht verständlichen Farbskala ab.

WAS BRINGT DER NUTRI-SCORE DEN KONSUMENT*INNEN?

Der Nutri-Score schafft Vergleichbarkeit im Supermarktregal

Eine Produktkategorie – zum Beispiel Frühstückscerealien für Kinder – 20 Produkte im Regal. „Die werden schon ungefähr gleich sein“, denkt man sich als Konsument*in, oder hofft es zumindest, weil man sich nicht durch die Nährstofftabellen auf der Rückseite quälen oder mühsam die Zutatenlisten vergleichen will. Tatsächlich gibt es aber bei der Nährwertqualität der einzelnen Produkte oft erhebliche Unterschiede.



Schnelle Entscheidung für das ausgewogenere Produkt

Der Nutri-Score erspart uns Konsument*innen das lange Studieren der Nährwerttabelle, das Vergleichen der Zutaten. Wenn wir uns für ein ausgewogeneres Produkt innerhalb einer Produktgruppe entscheiden wollen, wird uns das mit dem Nutri-Score leichter gemacht. Selbst bei vermeintlich gleichen Produkten kann es da erhebliche Unterschiede geben.



Irreführende Werbeversprechen werden aufgedeckt

Besonders hilfreich ist der Nutri-Score, um Werbeversprechen der Hersteller zu enttarnen. Müslischachteln übertrumpfen einander mit „leichten Versprechen“ und „schlanker Aufmachung“: Der Nutri-Score deckt auf, wie die Nährwertqualität des Produktes tatsächlich aussieht.



Bessere Rezeptur durch den Nutri-Score

Der Nutri-Score soll Unternehmen motivieren, ihre Rezepturen zu verbessern, um einen besseren Nutri-Score zu bekommen: zum Beispiel, indem sie weniger Zucker oder Salz verwenden, beim Fett sparen oder den Gemüseanteil erhöhen.

Das kann der Nutri-Score – auf einen Blick

- › Er erhöht die Transparenz über die Nährstoffzusammensetzung.
- › Er macht die Lebensmittel innerhalb einer Produktgruppe leicht vergleichbar.
- › Er ermöglicht eine schnelle Entscheidung für das ausgewogenere Produkt.
- › Er entlarvt irreführende Werbeversprechen und deckt auf, wie es um die Nährwertqualität wirklich bestellt ist.
- › Er führt zu verbesserten Rezepturen.

Der Nutri-Score ist kein Ersatz für eine solide Ernährungsbildung

Die beste und einfachste Nährwertkennzeichnung kann ein gutes Grundwissen über ausgewogene Ernährung nicht ersetzen. Ernährungsexpert*innen empfehlen einen möglichst abwechslungsreichen Speiseplan mit ausreichend frischem Obst und Gemüse. Am Nutri-Score allein kann man sich da nicht orientieren. Eine Tiefkühlpizza kann einen guten Nutri-Score bekommen, weil sie im Vergleich zu ihrem Nachbarprodukt eine ausgewogenere Zusammensetzung hat. Klar ist: Tiefkühlpizza soll trotzdem nicht jeden Tag auf den Tisch.

DER NUTRI-SCORE WURDE VON WISSENSCHAFTER*INNEN ENTWICKELT

Wer hinter dem Nutri-Score steckt

Der Nutri-Score wurde von Wissenschaftler*innen rund um Prof. Serge Hercberg, Université Sorbonne, in Frankreich entwickelt. Er ist jene Nährwertkennzeichnung, die derzeit am besten durch wissenschaftliche Studien

belegt ist. In einem laufenden wissenschaftlichen Evaluierungsprozess soll der dahinterliegende Algorithmus alle drei Jahre überprüft und weiterentwickelt werden. Der Nutri-Score wird laut den Erfinder*innen ausschließlich auf Basis von wissenschaftlichen Erkenntnissen weiterentwickelt.

WO DER NUTRI-SCORE POLITISCH STEHT

Warum verwenden ihn nicht schon längst alle?

Der Nutri-Score ist derzeit in sechs Ländern der EU als freiwillige Nährwertkennzeichnung auf der Vorderseite der Verpackung zugelassen: in Frankreich, Spanien, Belgien, Luxemburg, den Niederlanden und in Deutschland können Hersteller den Nutri-Score auf ihren Produkten abbilden, ohne dass ihnen rechtliche Konsequenzen drohen. In allen anderen EU-Ländern dürfen Lebensmittel mit dem Nutri-Score nur dann in die Supermarktregale, wenn sie in einem der oben genannten Länder hergestellt wurden. Um Rechtssicherheit für die Unternehmen zu gewährleisten, muss derzeit jedes EU-Land extra bei der EU um so genannte „Notifizierung“ ansuchen, also quasi um eine Genehmigung, dass diese Art der Lebensmittelkennzeichnung auf freiwilliger Basis verwendet werden darf.

Auch in Österreich fehlt die Rechtssicherheit

In den österreichischen Supermärkten findet man bisher nur einige wenige Produkte, die mit dem Nutri-Score gekennzeichnet sind. Das sind meist Lebensmittel von jenen internationalen Konzernen, die nicht oder kaum

in Österreich produzieren. Heimische Produzenten zögern aufgrund der fehlenden Rechtssicherheit derzeit, Produkte mit dem Nutri-Score zu kennzeichnen, wenn gleich es zunehmend Interesse seitens der Unternehmen gibt. Nur hat die österreichische Bundesregierung bisher nicht um Notifizierung bei der EU-Kommission angesucht. Wenn die Notifizierung akzeptiert wird – was als wahrscheinlich gilt, denn immerhin haben bereits sechs Länder erfolgreich darum angesucht –, dann kann der Nutri-Score auf freiwilliger Basis von allen Unternehmen verwendet werden, die ihre Produkte in heimischen Supermärkten anbieten.

Verpflichtend geht nur ganz oder gar nicht

foodwatch sieht eine verpflichtende Kennzeichnung für alle Hersteller in der EU als das Ziel, um Konsument*innen bestmöglich über die Nährwertqualität der Lebensmittel zu informieren. Der Nutri-Score ist das derzeit am besten durch die Wissenschaft überprüfte Kennzeichnungssystem in der EU. Damit eine verpflichtende Kennzeichnung in Kraft treten kann, die für alle Länder gültig ist, muss eine Einigung unter den EU-Mitgliedsländern erzielt werden.

Erst dann kann es eine einheitliche rechtliche Regelung auf EU-Ebene geben.

Dazu müsste die EU-Kommission allerdings einen entsprechenden Vorschlag vorlegen, der den Nutri-Score als verpflichtende, so genannte „erweiterte“ Nährwertkennzeichnung auf der Vorderseite der Lebensmittelverpackungen vorsieht. Dass es eine vereinfachte Nährwertkennzeichnung geben soll, hat die EU-Kommission in ihrer so genannten „Farm to Fork“-Strategie verankert.

Wie diese Kennzeichnung aussehen soll, dazu hat sie sich noch nicht geäußert. Derzeit läuft eine Auswertung seitens der EFSA, der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit, bezüglich der verschiedenen Modelle, die in einigen EU-Ländern verwendet werden. Das Ergebnis soll im April 2022 vorliegen. Bis Ende 2022 soll dann eine Entscheidung für eines der Modelle fallen. Allerdings ist bis dato keines der Modelle so stark wissenschaftlich untermauert wie der Nutri-Score.

Woran es hakt

Immer wieder sprechen sich Lebensmittelhersteller vehement gegen den Nutri-Score aus. Auch einige Mitgliedsstaaten der EU, zum Beispiel Italien, lehnen den Nutri-Score ab.

foodwatch fordert:

Konsument*innen müssen im Supermarkt auf einen Blick erkennen können, wie ausgewogen oder unausgewogen ein Produkt ist. Die in Frankreich entwickelte Lebensmittelampel Nutri-Score ist derzeit das verständlichste Modell der Nährwert-Kennzeichnung und findet europaweit immer mehr Unterstützung. Bis dato kann er nur auf freiwilliger Basis verwendet werden. Und selbst das ist noch nicht in allen EU-Ländern möglich. Damit der Nutri-Score seine volle Wirkung entfalten kann, reicht diese freiwillige Kennzeichnung bei weitem nicht aus. foodwatch fordert daher eine EU-weit verpflichtende Kennzeichnung von Lebensmitteln mit dem Nutri-Score!

Die Entscheidung auf EU-Ebene wird noch einige Zeit in Anspruch nehmen. Deshalb fordert foodwatch die österreichische Bundesregierung auf, zumindest die freiwillige Kennzeichnung zu ermöglichen. Die Bundesregierung muss so bald wie möglich um die Notifizierung ansuchen, um für die Konsument*innen in Österreich Transparenz und für die Unternehmen Rechtssicherheit zu schaffen.

- > Eine gute Übersicht über die aktuellsten wissenschaftlichen Studien zum Nutri-Score findet sich [hier](#)