

Fotostrecke

## Teuer und unnötig: Marktcheck Protein-Lebensmittel

- 1) Von Protein-Pudding bis Eiweiß-Brot: Lebensmittel, die als spezielle Protein-Produkte vermarktet werden, sind oft deutlich teurer als herkömmliche Vergleichsprodukte. Dabei ist das zugesetzte Protein völlig unnötig: Der Eiweißbedarf kann in der Regel problemlos über eine ausgewogene Ernährung erreicht werden, etwa mit Hülsenfrüchten, Nüssen, Fisch und auch Fleisch und Milchprodukten.
- 2) Das Seitenbacher Protein Müsli kostet in der 454g-Packung stolze 7,29 Euro. Sein Fitness-Müsli verkauft Seitenbacher hingegen für 8,65 Euro in der 750g-Packung – das Protein-Produkt ist umgerechnet also fast doppelt so teuer (plus 86 Prozent).
- 3) Das Mestemacher Eiweißbrot kostet mit 2,19 Euro für 250g 145 Prozent mehr als ein Bio-Dinkel- und Grünkernbrot des gleichen Herstellers. Hinzu kommt, dass die Verpackung nur halb so viel Brot enthält.
- 4) Die größte Preisabzocke kommt von Dr. Oetker: Der High Protein Vanille Pudding zum Anrühren kostet mit 28,91 Euro/kg satte 224 Prozent mehr als das Vergleichsprodukt des Herstellers, ist also mehr als dreimal so teuer.
- 5) Seinen „High Protein“ Milchreis zum Anrühren verkauft Dr. Oetker mal eben mit einem Preisaufschlag von 50 Prozent gegenüber dem klassischen Milchreis.
- 6) Und auch beim High Protein Vanille Pudding schlägt Dr. Oetker drauf: 30 Prozent Preissteigerung.
- 7) Das Krunchy Protein Plus von Barnhouse ist 67 Prozent teurer als das vergleichbare herkömmliche Müsli des Herstellers.
- 8) Harzer Käse enthält von Natur aus viel Eiweiß. Die Käserei Loose bewirbt ihren „Protein Quäse“ jedoch als besonderes Protein-Produkt – das mehr als doppelt so viel kostet wie ein vergleichbarer Harzer Käse.
- 9) Das als „Protein Joghurt“ vermarktete Produkt ist 45 Prozent teurer als der normale Joghurt des Bio-Herstellers. Gleichzeitig enthält er nur geringfügig mehr Eiweiß: 7 Gramm pro 100 Gramm im Vergleich zu 5 Gramm/100 Gramm.
- 10) Die High Protein Milch Schoko von Müller kostet mit 1,69 Euro für 400ml 22 Prozent mehr als das „Original“. Anstatt Zucker ist der umstrittene Süßstoff Aspartam enthalten.

- 11) Selbst Produkte wie Eis werden mit dem Slogan „High Protein“ vermarktet. Rewe verkauft sein Protein-Eis dabei zum gleichen Preis wie das normale Schoko-Eis.
- 12) Salami ist kein gesundes Lebensmittel – dennoch verkauft Aoste seine Salami Sticks als „High Protein“-Variante wie ein Fitness-Produkt und das auch noch knapp 17 Prozent teurer.
- 13) Auch und gerade in den sozialen Medien bewerben Hersteller wie Ehrmann ihre hochverarbeiteten Protein-Produkte – gerne mit Bildern junger, durchtrainierter Menschen. Dabei können laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung selbst Sportler:innen ihren erhöhten Proteinbedarf decken, ohne auf mit Eiweiß angereicherte Lebensmittel zurückzugreifen.

**Pressekontakt:**

foodwatch e.V.

Andreas Winkler

E-Mail: [presse@foodwatch.de](mailto:presse@foodwatch.de)

Mobil: +49 (0)174 / 3 75 16 89