

Hintergrund

Kinder-Tomatensoßen im Zucker-Vergleich

Stand: 12. November 2019

Was hat foodwatch untersucht?

foodwatch hat alle für Kinder beworbenen Tomatensoßen untersucht, die in Berliner Filialen der führenden Lebensmitteleinzelhändler (Aldi, Edeka, Kaufland, Lidl, Real und Rewe), der drei führenden Bio-Handelsketten (Alnatura, Bio Company, Denn's) und der zwei führenden Drogeriemärkte (dm, Rossmann) auffindbar waren. Insgesamt konnten wir auf diese Weise neun Kinder-Tomatensoßen identifizieren. Alle Produkte tragen das EU-Bio-Siegel.

Wie hat foodwatch den Zuckergehalt ermittelt?

Den Zuckergehalt hat foodwatch anhand der Nährwertangaben auf der Verpackung ermittelt. Der Gesamtzuckergehalt setzt sich zusammen aus dem natürlicherweise in Tomaten und Gemüse enthaltenen Zucker sowie aus zur Süßung zugesetzten Zutaten. In der Regel verwenden die Hersteller zur Süßung Fruchtsaftkonzentrate wie Apfeldicksaft.

Wie sind Fruchtsaftkonzentrate zu bewerten?

Auch Fruchtsaftkonzentrate gelten laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als zugesetzte beziehungsweise „freie“ Zucker, welche die WHO bei erhöhtem Konsum als gesundheitlich nachteilig bewertet.¹ Gemäß den Empfehlungen der WHO Europa für Kindermarketing sollten daher nur (Tomaten-)Soßen ohne Zuckerzusatz an Kinder beworben werden.²

Was ist das Ergebnis?

Die Tomatensoßen weisen große Unterschiede im Gesamtzuckergehalt auf. Am wenigsten Zucker enthält die Tomatensoße La Salsa dei piccoli von La Selva mit nur 2,9 Prozent Zucker, den höchsten Zuckergehalt mit jeweils 11 Prozent Zucker weisen die Soßen von Biozentrale und Zwergenwiese auf. Im Mittelfeld liegen die Soßen von Naturata (7 Prozent Zucker) und Rapunzel (8,3 Prozent Zucker).

¹ Vgl. WHO guidelines on sugars intake, Fußnote 2:

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/149782/9789241549028_eng.pdf;jsessionid=7B71687285D01908FB246FA275CA4EB2?sequence=1

² http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/270716/Nutrient-children_web-new.pdf Annex I, Kategorie 17 (Stand 17.10.2019)

Kinder-Tomatensoßen im Vergleich: Ergebnisse im Detail

Hersteller	Produkt	Zucker- gehalt (%)	Gebinde- größe	Zuckergehalt pro Glas	Zusätzliche Zuckerquellen (neben Tomaten und Gemüse)
La Selva	La Salsa dei piccoli	2,9	340 g	9,9 g	Traubensaft
Denree	Sugo Bambini	4,9	350 g	17,2 g	Rohrzucker
Fruchtbar	Bio- Tomatensoße	5,1	190 g	9,7 g	Apfelpüree
Naturata	Kinder Tomatensauce	7	350 g	24,5 g	Agavendicksaft
Rapunzel	Tiger Kinder- tomatensauce	8,3	360 g	29,9 g	Karottensaft- konzentrat
Bio Company	Kinder Tomatensauce	8,9	330 ml	29,4 g	Apfeldicksaft, Karottendicksaft
Rossmann	EnerBio Kinder Tomatensauce	10,7	340 ml	37,4 g	Apfelsaftkonzentrat
Bio Zentrale	Biokids Tomatensauce	11	350 g	38,5 g	Apfelsaftkonzentrat
Zwergenwiese	Kinder Tomatensauce	11	350 g	38,5 g	Apfeldicksaft