



Kandidat Nr. 5:

3 Bears Porridge von 3 Bears Foods

foodwatch-Kritik:

Das Start-Up 3 Bears bewirbt sein „Porridge“ mit einigem Brimborium: Der „Kerniger Klassiker“ sei ein „Solo-Star“ – eine „geheime Mischung aus Vollkornhaferflocken. Garantiert ohne zugesetzten Zucker oder künstliche Zusätze.“ Der Blick auf die Zutatenliste zeigt: Es handelt sich schlicht und einfach um 100 % Haferflocken. Dafür müssen die

Verbraucher:innen tief in die Tasche greifen: 400

Gramm Haferflocken kosten 3,99 Euro.

Fakten, Quellen und Bewertung:

- Auf der Verpackung des „kernigen Klassikers“ von 3 Bears steht groß „Porridge“, verbunden mit dem Hinweis „zuckerfrei“. Als Verbraucher:in kann man den Eindruck bekommen, dass dahinter mehr als nur Haferflocken stecken.
- **Im Einzelhandel kostet das Porridge 3,99 Euro (400 Gramm).** Im Onlineshop von 3 Bears bekommt man die Haferflocken ebenfalls für 3,99 Euro, jedoch als Aktionsware mit kurzem MHD. Laut Webseite spart man 20 Prozent, da der Original-Preis sogar mit 4,99 Euro angegeben ist.¹
- Zum Vergleich: Eigenmarken-Haferflocken von Kaufland² und Rewe³ kosten 79 Cent (500 Gramm). Die 3 Bears-Haferflocken sind also **mehr als sechs Mal so teuer**. Selbst die etwas teureren Kölln-Flocken können für 1,69 Euro (500 Gramm)⁴, die Bio-Haferflocken von Alnatura für 1,19 (500 Gramm)⁵ erworben werden.
- Auf der Webseite schreibt 3 Bears zu dem Produkt: „Wir verwenden nur ausgewählte Qualitätsflocken und verzichten auf Zusatzstoffe und zugesetzten Zucker.“ Der Verzicht auf Zusatzstoffe und zugesetzten Zucker ist jedoch selbstverständlich – es handelt sich schließlich um **reine Haferflocken**.
- Weiter heißt es: „Wir waren damals schon überzeugt, dass Porridge eine der besten Ideen für ein gesundes und leckeres Frühstück ist – nur leider konnten wir absolut nichts Gutes im Handel finden. Alle Produkte waren entweder randvoll mit Industriezucker oder schmeckten im günstigsten Fall nach nichts. Deswegen haben wir angefangen, unser eigenes Porridge zu machen.“⁶ Bezogen auf das Porridge „Kerniger Klassiker“ ist das sehr dick aufgetragen. Haferflocken gibt es schon lange im Handel und sie sind – wenn es reine Haferflocken sind – keinesfalls voll mit Industriezucker. Porridge ist schließlich auch nur ein Haferbrei, der

Zutaten:

Vollkorn-Haferflocken

Nährwerte je 100g:

Brennwert: 1566kJ/327kcal
Fett: 7g
davon ges. Fettsäuren: 1,3g
Kohlenhydrate: 59g
davon Zucker: 0,7g
Ballaststoffe: 10g
Eiweiß: 14g
Salz: 0,10g

Verkaufspreis

im Einzelhandel:

3,99€ / 400g

¹ <https://3bears.de/products/kerniger-klassiker-mhd>, abgerufen am 30.05.23

² Einkauf foodwatch vom 17.05.2023

³ <https://shop.rewe.de/p/ia-zarte-haferflocken-500g/6343171>, abgerufen am 30.05.2023

⁴ <https://shop.rewe.de/p/koelln-flocken-bluetenzart-500g/157910>, abgerufen am 30.05.2023

⁵ Einkauf foodwatch vom 17.05.2023

⁶ <https://3bears.de/pages/unsere-geschichte>, abgerufen am 30.05.2023

- traditionell mit Haferflocken, Wasser und etwas Salz gekocht wird.⁷
- Bekannt wurde die Marke 3 Bears 2017 in „Die Höhle der Löwen“, als Frank Thelen und Judith Williams in das Unternehmen investierten⁸.
 - Der Verbraucher Gunvar hat das Produkt über das foodwatch-Portal www.schummelmelder.de für den Goldenen Windbeutel vorgeschlagen.⁹ Seine Begründung: *„Hier werden 400 g normale Haferflocken (Haferflocken sind immer Vollkorn) für 3,95 Euro verkauft = 1 kg für fast 10 € = für ca. das Zehnfache (!) des Normalpreises. Als Rechtfertigung wird das Produkt als „Porridge“ betitelt und speziell diese Sorte als „Kerniger Klassiker“. Hinten ist zu lesen: „Da wir (ein deutsch-englisches Paar in Deutschland) keine leckerere Variante (Porridge) ohne Zuckerzusatz finden konnten, haben wir unsere eigenen Rezepte entwickelt.“ Das Rezept in diesem Fall: Haferflocken!“*

⁷ <https://www.bzfe.de/lebensmittel/trendlebensmittel/porridge/>, abgerufen am 30.05.2023

⁸ <https://3bears.de/pages/3bears-und-die-hoehle-der-loewen>, abgerufen am 30.05.2023

⁹ <https://www.schummelmelder.de/porridge-bzw-haferflocken-von-3-bears>, abgerufen am 30.05.2023