Kandidat Nr. 2:

DirTea GLOW von Dirtea GmbH

foodwatch-Kritik:

Die Rapperin Shirin David verspricht bei ihrem ‚DirTea GLOW' einen sichtbaren Glow-Effekt und „schöne Haut und Nägel" – tatsächlich handelt es sich um einen überzuckerten Eistee. Der Zusatz von Biotin und Zink ist unnötig und kann höchstens zu einer normalen Funktion von Haut, Haaren und teilweise von Nägeln beitragen – wie viele andere Lebensmittel auch. Bestimmte Werbeaussagen sind nach Ansicht von foodwatch rechtlich unzulässig.

Was wird versprochen?

- ‚DirTea GLOW' wird als „Eistee mit Zusatznutzen"[1] für den „Extra-Glow"[2] vermarktet. Auf der Rückseite heißt es: „Zink und Biotin unterstützen Haare, Haut und Nägel in ihrer normalen Funktion". Die Webseite schwärmt, der Tee schmecke nicht nur ausgezeichnet, er sei auch mit „wertvollen funktionalen Inhaltsstoffen" angereichert. „Das gab es so noch nie!", heißt es dort.[3]

- Eine der erfolgreichsten Rapperinnen Deutschlands Shirin David hat den Eistee gemeinsam mit dem Getränkehersteller Pfanner auf den Markt gebracht und macht selbst[4] oder über andere Influencer:innen[5,6,7,8] ordentlich Werbung dafür. Die Rapperin und Influencerin selbst verspricht im Podcast-Interview: „Glow mit Biotin und Zink für schöne Haut und Nägel" und „dann hast du auch schöne Haut und Nägel".[9]

Was steckt drin?

- Aufgebrühter und anschließend abgekühlter Tee – also vor allem Wasser – zugesetzte Vitamine und Spurenelemente (Vitamin C, Zink, Biotin, Vitamin E), Aroma, Säuerungsmittel und Säureregulator, eine Mini-Menge Erdbeersaft – vermutlich für die Farbe – und jede Menge

Zutaten: 91% Aufguss aus Hagebutte und Hibiskus (Wasser, Hagebutte, Hibiskus), Zucker, 1% Erdbeersaft aus Erdbeersaftkonzentrat, Säuerungsmittel: Citronensäure, Säureregulator: Natriumcitrate, Aroma, Vitamin C, Vitamin E, Zinkgluconat, Biotin. Tee-Extrakt: mind. 1,2 g/l.

Nährwerte je 100 ml:

Energie 134 kJ / 31 kcal
Fett < 0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren < 0,1 g
Kohlenhydrate 7,7 g
davon Zucker 7,7 g
Eiweiß < 0,5 g
Salz 0,05 g
Vitamin E 1,8 mg
Vitamin C 12 mg
Biotin 7,5 µg
Zink 0,75 mg

Verkaufspreis im Einzelhandel:

0,33 Liter für 1,19 Euro

[1] Vgl. Produktverpackung: Ice tea with Benefits*
[2] https://www.tiktok.com/@juicymoneyshirin/video/7485051925801782550?q=shirin%20dirtea%20benefits&t=1744805338928, abgerufen am 05.05.2025
[3] https://dirtea.de/pages/faq, abgerufen am 05.05.2025
[4] https://www.vol.at/shirin-david-bringt-dirtea-zuruck-fans-lieben-das-revival/9298454, abgerufen am 05.05.2025
[5] https://www.tiktok.com/@emiirbayrak/video/7483217432400743702?is_from_webapp=1&web_id=7374059974898550305, abgerufen am 05.05.2025
[6] https://www.tiktok.com/@dailyvaniii/video/7484160727113157910?is_from_webapp=1&web_id=7374059974898550305, abgerufen am 05.05.2025
[7] https://www.tiktok.com/@finnchristiansen/video/7483553671192644886, abgerufen am 05.05.2025
[8] https://www.tiktok.com/@foodschau/video/7484307187947326742?q=dirtea&t=1744785417374, abgerufen am 05.05.2025
[9] Ab Minute 28:12 https://www.ffh.de/podcast/410713-kurt-kroemer-feelings/id-gid://art19-episode-locator/V0/hlx1guGfnwihXd_T80Szr2FXbq2idG7a0TZDpVTM8Jg.html, abgerufen am 05.05.2025

Zucker! Pro Dose sind es 25 Gramm Zucker, das sind 8 Würfelzucker. Obwohl Shirin David behauptet, dass es nach dem Relaunch der Produkte „jetzt quasi nicht nur eine Zuckermischung“ mehr sei, hat sich die Zuckermenge kaum geändert.[10,11]

Warum ist das eine Irreführung der Verbraucher:innen?

- Zuckerwasser mit Geschmack und künstlichen Vitaminen „gab’s noch nie”? Wohl kaum! ‚DirTea GLOW‘ hat einen Zuckergehalt wie Fanta[12] und würde den Nutri-Score D bekommen, die zweitschlechteste Bewertung. Ein hoher Zuckerkonsum hat einen negativen Einfluss auf die Hautgesundheit.[13,14,15] „Freier Zucker schädigt (..) direkt die Haut und das Bindegewebe: Durch Glykationsprozesse werden Kollagenfasern im Gewebe verklebt und verlieren ihre Elastizität, was die Haut schneller altern lässt und Faltenbildung begünstigt. Zusätzlich fördert ein hoher Blutzuckerspiegel Entzündungsprozesse im Körper, die wiederum Hautprobleme wie Akne oder ein fahles Hautbild verstärken können.“, sagt Hautärztin Dr. Yael Adler in einer Mail gegenüber foodwatch.

- Die Aussage „Zink und Biotin unterstützen Haare, Haut und Nägel in ihrer normalen Funktion“ ist aus Sicht von foodwatch gemäß der Health-Claims-Verordnung (HCVO) nicht zulässig. Die HCVO legt fest, mit welchen gesundheitsbezogenen Angaben ein Lebensmittel beworben werden darf. Für Biotin und dessen Wirkung auf Nägel ist keine gesundheitsbezogene Werbeaussage zugelassen.[16] Es ist deshalb verboten, diese Werbeaussage zu nutzen.[17]

- Ein Zusatznutzen im Sinne einer deutlichen Verbesserung von Haut, Haaren Nägeln ist nicht erreichbar. Einzelne Nährstoffe in angereicherten Produkten können körperliche Funktionen oder Prozesse nicht über das normale Maß hinaus verbessern. Zink und Biotin sind außerdem in Lebensmitteln wie Fleisch, Fisch, Nüssen und Vollkornprodukten[18] bzw. Sojabohnen, erhitzten Eiern, Nüssen, Sonnenblumenkernen, Haferflocken, Pilzen, Milch und Milchprodukten

[10] Ab Minute 27:51 https://www.youtube.com/watch?v=mFhe59cMAVQ, abgerufen am 05.05.2025
[11] https://www.goflink.com/shop/de-DE/product/dirtea-wet-peach-eistee-05l-11013848/ https://www.goflink.com/shop/de-DE/product/dirtea-busty-blueberry-eistee-05l-11013847/ https://www.goflink.com/shop/de-DE/product/dirtea-candy-shop-eistee-05l-11013849/, abgerufen am 05.05.2025
[12] https://shop.rewe.de/p/fanta-orange-1-5l/6730531, abgerufen am 30.04.2025
[13] https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0899900723003787, abgerufen am 05.05.2025
[14] https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0738081X10000428?via%3Dihub, abgerufen am 05.05.2025
[15] https://apcz.umk.pl/JEHS/article/view/56626/40734, abgerufen am 05.05.2025
[16] Laut EU-Verordnung dürfen nur Health Claims verwendet werden, die eindeutig definiert und wissenschaftlich belegt sind, wie „Zink trägt zur Erhaltung normaler Haut, Haare und Nägel bei.“ und „Biotin trägt zur Erhaltung normaler Haut und Haare bei.“
[17] EU-Health-Claims-Verordnung Nr. 432/2012 https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012R0432, abgerufen am 05.05.2025
[18] https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/ausgewaehlte-fragen-und-antworten-zu-zink/, abgerufen am 05.05.2025

enthalten.[19] Ein Mangel an Biotin[20] und/oder Zink[21] ist zudem selten in der deutschen Bevölkerung.

Welche Strategie der Getränkeindustrie steckt dahinter?

- Die Getränkeindustrie nutzt übertriebene Gesundheitsversprechen, um ungesunde Produkte wie stark zuckerhaltige Eistees aufzuwerten. Durch den Zusatz von Vitaminen und Mineralstoffen gepaart mit geschicktem Marketing – oft mit prominenter Unterstützung – entsteht der Eindruck eines Getränks, das gut für die Gesundheit und Schönheit ist. So wird Zuckerwasser zum Lifestyle-Produkt – auf Kosten der Verbraucher:innen und entgegen ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen.

Wie teuer ist der Schwindel?

- Der ‚DirTea GLOW' kostet 1,19 Euro für 0,33 Liter, also 3,61 Euro pro Liter. Viele Eistees im Supermarkt kosten oft nur knapp über einem Euro pro Liter.[22]

Was muss sich ändern?

- Die Rapperin, Influencerin und Geschäftsführerin der Dirtea GmbH Shirin David muss aufhören, ihren Fans einen überzuckerten Tee als gut für die Haut zu verkaufen. Sie muss die irreführende gesundheitsbezogene Werbeaussage zu Biotin und dessen Wirkung auf Nägel von der Verpackung entfernen.

- foodwatch fordert, dass gesundheitsbezogene Werbung nur für ausgewogene Lebensmittel erlaubt ist. Die Health-Claims-Verordnung sieht dafür sogenannte „Nährwertprofile" vor, die festlegen sollen, welche Nährstoffanforderungen ein Produkt erfüllen muss, um mit Gesundheitsversprechen werben zu dürfen. Obwohl diese Profile bis 2009 eingeführt werden sollten, ist dies auch 16 Jahre später nicht erfolgt.

[19] https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/biotin/, abgerufen am 05.05.2025
[20] https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/sorgt-biotin-fuer-gesunde-haut-glaenzende-haare-und-feste-naegel-13635, abgerufen am 05.05.2025
[21] https://www.bfarm.de/SharedDocs/Downloads/DE/Arzneimittel/Zulassung/ZulRelThemen/abgrenzung/Expertenkommission/stellungnahmen/2023-01.pdf?__blob=publicationFile, abgerufen am 05.05.2025
[22] https://www.rewe.de/suche/produkte?search=eistee, abgerufen am 05.05.2025