

Kandidaat Gouden Windeï 2023 Hero B'tween Protein Pinda Chocolate (Hero)



Kritiek Foodwatch:

Hero verstaat de kunst van het verkopen van 'gebakken lucht' als geen ander. Wat is er erger? De onzinnigheid van een extra duur 'extra eiwit' product dat verder vol vet en suiker zit? Of het feit dat de verpakking letterlijk voor de helft uit lucht en leegte bestaat...

Feiten en bronnen

- Consumenten komen bedrogen uit wanneer ze de verpakking van deze Hero B'tween Protein openen. Het gewicht op de verpakking (96 gram, 4x 24 grams reepjes) komt namelijk niet overeen met het uiterlijk van de doos. De reepjes komen maar net over de afscheidingsrand van het doorkijkvenster.



Ingrediënten:

geroosterde PINDA's 59%, glucosestroop, glucose-fructosestroop, volle MELK chocoladestukjes 10% (suiker, cacaomassa*, volle MELKpoeder, cacaoboter*, emulgator (lecithinen)), volkoren TARWecrispies (volkoren TARWEMEEL 4,5%, TARWEGLUTEN, GERSTMoutextract), kokosvet, karamelsuikerstroop, stabilisator (glycerol), zout, emulgator (lecithinen)

Voedingswaarden per 100g:

Energie:	2287kJ/549kcal
Vet:	34 g
Verzadigd:	8,2 g
Koolhydraten:	40 g
waarvan suikers	21 g
Eiwitten	17 g
Zout	0.22 g

Verkoopprijs in winkel:

2,09 - 2,30€/pak van 4x

- De verpakking van Hero B'tween Protein bestaat voor de helft uit gebakken lucht. Op het schap in de supermarkt zijn deze verpakkingen qua uiterlijk vergelijkbaar met reguliere varianten van Hero tussendoorrepes, en met die van andere merken. Zo lijkt het alsof je evenveel koopt, maar je krijgt dus een stuk minder.
- Volgens Europese richtlijnen moeten fabrikanten hun verpakking zo klein mogelijk, goed recyclebaar en voor consumenten aanvaardbaar maken. Als we naar Europese regelgeving ([Richtlijn 94/62/EG](#)) kijken, dan is er een plicht om de verpakking zo klein mogelijk te houden. In de Nederlandse Warenwet is niets opgenomen over de minimale verpakkingsafmeting en of het maximale toelaatbare aan lucht omwille van technische doeleinden, zoals houdbaarheid. Dit laatste gaat sowieso niet op bij deze Hero B'tween Protein, omdat de reepjes ook nog individueel zitten verpakt in een wikkel.
- De samenstelling van het product doet vermoeden dat je een gezond tussendoortje met een hoog gehalte aan natuurlijke eiwitten tot je neemt. Toch bestaat dit product voor de helft uit vet en suiker. Als we volgens de meest actuele rekenmethode van Nutri-Score hier een score aan zouden moeten hangen dan was het een oranje D geworden.
- De schappen in de supermarkt liggen momenteel vol met yoghurts, puddingen en drankjes die adverteren met een hoog eiwitgehalte. Sport, fitness en mindfulness zijn op dit moment voor veel mensen belangrijke onderwerpen. Voedselproducenten lijken flink van deze trend te profiteren, want de meeste Nederlanders ook sporters en vegetariërs krijgen uit een normaal voedingspatroon dagelijks al genoeg eiwitten binnen. Het Voedingscentrum¹ zegt over eiwitname:

“In Nederland krijgen de meeste mensen genoeg eiwit binnen. Dat geldt ook voor vegetariërs en sporters. De meeste mensen eten zelfs meer eiwit dan nodig is. Mensen die te weinig eiwit binnenkrijgen via hun voeding zoals ouderen lopen de kans om ondervoed te raken. De precieze behoefte hangt af van het lichaamsgewicht, leeftijd en omstandigheden.”

“Kracht en duursporters hebben wat meer eiwit nodig. [...] Toch hebben kracht- en duursporters geen speciale eiwitrijke voedingsmiddelen of preparaten nodig. De meeste mensen krijgen al meer eiwit binnen dan ze nodig hebben. Bovendien eten sporters meer omdat ze meer energie verbruiken. Daardoor krijgen ze automatisch meer eiwit binnen. Ook speciale sportdranken met kleine hoeveelheden eiwit zijn niet nodig.”

¹ <https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/eiwitten.aspx>

“Een hogere eiwitname dan de eiwitbehoefte leidt niet tot meer spiergroei. Een overschot aan eiwitten wordt gebruikt als brandstof of wordt opgeslagen in de vorm van vet.”²

Hoogleraar voeding en gezondheid Jaap Seidell, verbonden aan de VU, verklaarde in 2020 al tegenover NU.nl over het waarom er zoveel ‘extra proteïne’ producten op de markt zijn³:

“Marketing. Met de claim ‘met proteïnen’ spelen fabrikanten in op het onderbuikgevoel van de consument dat producten met proteïnen gezond zijn.”

“Op zich liegen fabrikanten niet als ze zeggen dat er proteïnen in hun producten zitten. De claim is niet onwaar, maar wel onzinnig. En het is misschien een beetje misleidend om te doen alsof proteïnen een product beter of gezonder maken. Neem energierepen of chips met extra eiwitten... Dat soort producten is helemaal niet zo gezond. Ze barsten vaak van de suikers en vetten.”

- Bedrijven mogen volgens de Europese wetgeving een verband leggen tussen een hoog eiwitgehalte in voedsel en een toename van de spiermassa.
- Een reepje Hero B’tween Protein Noten & Karamel van 24 gram bevat 3,8 gram eiwit. Een reep ‘gewone’ Hero B’tween Pindakaas van 25 gram bevat 3,1 gram eiwit per reep. Per reep is het gewicht van 0,7 gram extra eiwit absoluut gezien verwaarloosbaar te noemen.
- Volgens het Voedingscentrum⁴ bevat 1 handje ongezouten pinda’s (1 portie van 25 gram) 6,3 gram eiwit. Dit is meer eiwit dan een reepje Hero B’tween Protein en bevat bovendien geen glucosestroop, glucose-fructosestroop, chocoladestukjes, kokosvet, karamelsuikerstroop en zout als extra ingrediënten. Ongezouten pinda’s kosten 3,96 euro per kilo (AH Prijsfavoriet). Hero B’tween Protein Pinda & Chocolate kost 22,82 euro per kilo (bij Albert Heijn), prijspeil november 2023.
- Sinds een aantal jaren onderzoekt de NVWA of er sprake is van misleidende etikettering. Bij inspecties naar de benaming, lijst van ingrediënten en de afbeeldingen van ingrediënten op een etiket constateert de NVWA misleiding bij ongeveer 30% van de etiketten⁵. Dus als een consument 10 boodschappen in z’n mandje doet, dan zitten er gemiddeld drie bij die wettelijk misleiden.

² <https://www.voedingscentrum.nl/nl/service/vraag-en-antwoord/afvallen-en-gewicht/heb-je-extra-eiwit-proteïne-nodig-voor-spierherstel-en-spiergroei-na-krachttraining-of-duursport.aspx>

³ <https://www.nu.nl/gezondheid/6082159/geen-speciale-producten-nodig-om-voldoende-proteïnen-binnen-te-krijgen.html>

⁴ <https://www.voedingscentrum.nl/nl/service/vraag-en-antwoord/gezonde-voeding-en-voedingsstoffen/hoeveel-calorieen-zitten-erin-/caloriechecker/pindas-ongezouten.aspx>

⁵ <https://www.nvwa.nl/binaries/nvwa/documenten/consument/eten-drinken-roken/etikettering/publicaties/aandachtspunten-eerlijke-informatie-op-etiket/aandachtspunten-eerlijke-informatie-op-etiket.pdf>

- Een gemiddeld huishouden in Nederland is bij benadering haast 2.000 euro per jaar kwijt aan voedingsmiddelen die wettelijk misleidend zijn⁶! En dan hebben we het nog niet eens over gevoelsmatige misleiding, of misleiding met claims en termen die nog niet zijn gereguleerd. Misleiding is een groot en structureel probleem. Foodwatch eist daarom dat de Nederlandse overheid misleiding strenger strafbaar stelt. Misleiding moet strafbaar worden gesteld met direct hoge boetes. Als consumenten voedselabrikanten ieder jaar ‘spekken’ met al die euro’s, dan wordt het hoog tijd dat producenten en supermarkten gaan meebetalen aan dit economische verlies. Consumenten kunnen hun onvrede over misleiding kenbaar maken door mee te aan de online petitie van Foodwatch⁷.

⁶ <https://www.foodwatch.org/nl/onze-campagne-themas/onze-campagnes/misleiding-en-fraude/dit-kost-misleiding-jou-per-jaar>

⁷ <https://www.foodwatch.org/nl/onze-campagne-themas/onze-campagnes/misleiding-en-fraude/dit-kost-misleiding-jou-per-jaar>