

# foodwatch

DIE NACHRICHTEN FÜR MITGLIEDER



Seite 2

## EIN KLICK

Online-Portal deckt  
Hygieneberichte auf

Seite 4

## EIN BLICK

Nutri-Score-Ampel  
entlarvt Ungesundes

Seite 8

## EIN SCHLUCK

Wie gefährlich ist  
Gift im Tee?



## EDITORIAL

Liebe Unterstützerin, lieber Unterstützer,

Ich war dieses Jahr beim „Deutschen Lebensmittelrechtstag“ – dem Branchentreff überhaupt. Lobbyisten, Anwälte, Behördenmitarbeiter, Unternehmerinnen: Alle kommen nach Wiesbaden. Stilvoll wird im altherwürdigen Kurhaus getagt, abends beim Dinner „genetzwerkt“ und zu später Stunde trifft sich – ganz klischeehaft – alles an der Hotelbar. Ein Thema bestimmte dieses Jahr viele Diskussionen: Lebensmittelkontrollen. Denn die Branche ist in heller Aufregung, seit foodwatch gemeinsam mit der Transparenzinitiative FragDenStaat das Mitmach-Portal „Topf Secret“ gestartet hat. Tausendfach haben Bürgerinnen und Bürger darüber schon die Herausgabe von Hygienekontrollergebnissen beantragt. So viel Transparenz ist vielen ein Dorn im Auge. „Topf Secret“ war daher Thema bei Vorträgen, mein Kollege und ich wurden immer wieder darauf angesprochen – im Ton meist freundlich, in der Sache aber oft ganz schön empört. Für mich ein gutes Zeichen. Es zeigt: foodwatch wirkt. Und wenn wir Lobbyisten der Lebensmittelbranche gegen uns aufbringen, sind wir offensichtlich auf dem richtigen Weg ... Vielen Dank, dass Sie diesen Weg mit uns gemeinsam gehen!

Ihr

Andreas Winkler

Andreas Winkler  
Leiter Pressearbeit foodwatch Deutschland



# NICHT JEDER LÄSST SICH GERNE IN DIE TÖPFE SCHAUEN

**Unsere Internet-Plattform „Topf Secret“ hat einen Nerv getroffen: In nur vier Monaten haben Bürgerinnen und Bürger etwa 25.000 Anfragen über die Plattform verschickt – sie wollen von den Lebensmittelbehörden wissen, wie es um die Hygiene beim Bäcker nebenan oder im Lieblingsrestaurant bestellt ist. Es ist ihr gutes Recht, das zu erfahren – doch das gefällt nicht jedem.**

Haben Sie schon einmal davon erfahren, was die lokale Lebensmittelbehörde in „Ihrer“ Bäckerei oder beim Imbiss um die Ecke bei Kontrollen festgestellt hat? Vermutlich nicht. Dabei wird im Schnitt jeder vierte Betrieb beanstandet, größtenteils wegen Hygienemängeln. Die allermeisten dieser Kontrollergebnisse bleiben jedoch geheim. Das wollen wir mit unserer neuen Internet-Plattform „Topf Secret“ ändern, die wir im Januar gemeinsam mit der Transparenzinitiative FragDenStaat gestartet haben. Erstmals ist es vergleichsweise einfach, bei den zuständigen Behörden über das sogenannte „Verbraucherinformationsgesetz“ die Ergebnisse der Lebensmittelkontrollen abzufragen – und später auch zu veröffentlichen.

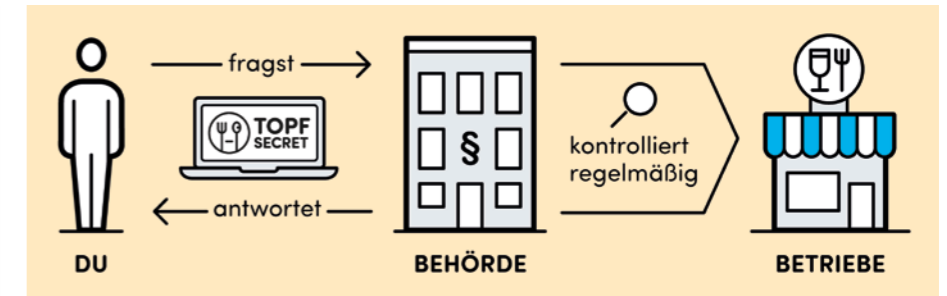
## LOBBYVERBAND LÄUFT STURM

Dem Lobbyverband der Hotel- und Gastrobranche (DEHOGA) ist „Topf Secret“ ein Dorn im Auge. Aus internen Unterlagen wissen wir: Der DEHOGA fährt eine regelrechte Kampagne ge-

gen unsere Plattform. Sie sei ein „Aufruf zum Rechtsbruch“ – man wolle „keine rechtlichen Möglichkeiten ungenutzt lassen“ dagegen vorgehen. Nun sind wir es gewohnt, dass Lobbyverbände nicht unserer Meinung sind. Aber solch heftige Drohungen und Vorwürfe erleben auch wir nicht alle Tage. Es gibt eine Klagewelle von Lebensmittelbetrieben gegen jene Behörden, die den Bürgerinnen und Bürgern Auskünfte erteilen möchten. Der Verband versorgt die Betriebe dafür mit Argumentationspapieren. Und er „bearbeitet“ die zuständigen Politikerinnen und Politiker mit einem fragwürdigen Rechtsgutachten, das extra bei einer Großkanzlei beauftragt wurde. All das offenbar mit dem Ziel, dass möglichst wenige Menschen Antworten von den Behörden erhalten. Doch wir haben per Gesetz einen Informationsanspruch – ob das der Gastro-Lobby nun gefällt oder nicht. Wir sind uns sicher: Das werden die zuständigen Gerichte in den nächsten Wochen und Monaten bestätigen.

## BEHÖRDEN INFORMIEREN UNEINHEITLICH

Der riesige Widerstand aus der Lebensmittelbranche ist der Hauptgrund, weshalb viele Bürgerinnen und Bürger bis heute auf die Antworten der Behörden warten. Denn manche Behörden lassen sich von der Anti-Transparenz-Kampagne des DEHOGA beeinflussen, beispielsweise in Schleswig-Holstein oder Berlin-Spandau. In anderen Teilen Deutschlands, wie in München oder Karlsruhe, antworten die Behörden vergleichsweise schnell und umfassend. Eine absurde Situation: Je nachdem, ob Sie in Kiel oder in München einen Antrag gestellt haben, bekommen Sie eine Antwort oder nicht – dabei basieren die Anfragen auf einem bundesweiten Gesetz.



## SO ERFOLGREICH IST TRANSPARENZ IN DÄNEMARK

Diese Hürden zeigen: Unsere Plattform kann nur eine Notlösung sein. In anderen Ländern

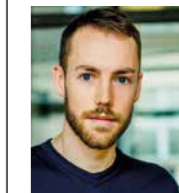
müssen alle Ergebnisse der Lebensmittelkontrollen veröffentlicht werden: In Dänemark etwa erfahren Verbraucherinnen und Verbraucher direkt an der Ladentür und im Internet anhand von Smiley-Symbolen, wie es um die Sauberkeit in den Lebensmittelbetrieben bestellt ist. Wenige Jahre nach Einführung des Smiley-Systems im Jahr 2002 hat sich die Quote der beanstandeten Betriebe halbiert, von 30 auf rund 15 Prozent. Das zeigt: Transparenz wirkt.

## ALLE KONTROLLERESULTATE VERÖFFENTLICHEN!

Auch hierzulande wollen wir wissen, wie sauber die Betriebe arbeiten – ohne dafür extra einen Antrag stellen zu müssen, der von der Lebensmittellobby torpediert wird. Wir fordern: Bundesernährungsministerin Julia Klöckner muss endlich die gesetzliche Grundlage für ein Transparenzsystem schaffen. Dann schalten wir Topf Secret auch gerne wieder ab. ☺



So schmutzig geht es zum Glück nur in wenigen Küchen zu. Die große Anzahl der sauber arbeitenden Betriebe würde von mehr Transparenz profitieren.



OLIVER HUIZINGA

Oliver gehört seit 2010 zum foodwatch-Team, seit 2017 leitet er die Abteilung Recherche und Kampagnen.

## SO ENTLARVT DIE NUTRI- SCORE-AMPEL UNGESUNDE PRODUKTE

Eine Tiefkühlpizza ist eine Tiefkühlpizza, ein Erdbeeryoghurt ein Erdbeeryoghurt? Weit gefehlt. Auf den ersten Blick ähnliche Lebensmittel weisen tatsächlich oft große Unterschiede bei Nährwerten wie Zucker, Fett und Co. auf. Das zeigt ein foodwatch-Vergleichstest mit dem „Nutri-Score“, der französischen Lebensmittelampel.

Verbraucherinnen und Verbraucher können mit der Ampel-Kennzeichnung direkt auf der Verpackungsvorderseite erkennen, welches Produkt ausgewogener ist. In Frankreich und Belgien werden Lebensmittel bereits mit dem Nutri-Score gekennzeichnet, Spanien will nachziehen. In Deutschland haben die Hersteller Danone und Iglo dieses Jahr angefangen, ihre Produkte freiwillig mit dem Nutri-Score zu versehen. Bundesernährungsministerin Julia Klöckner bewertet das Modell bisher allerdings skeptisch. foodwatch fordert Frau Klöckner auf, der verbraucherfreundlichen Ampelkennzeichnung endlich auch hierzulande zum Durchbruch zu verhelfen. ☉



Die **Ristorante Pizza** von **Dr. Oetker** enthält weniger Fett, weniger Salz, weniger Kalorien und deutlich mehr Gemüse als die **Big Pizza Boston** von **Wagner**. Mit dem Nutri-Score lässt sich das ausgewogenere Produkt sofort erkennen.

Beide Frühstücksflocken von Kellogg's werden mit bunten Bildern an Kinder beworben – doch die Inhaltsstoffe unterscheiden sich deutlich. Bei fast gleicher Kalorienanzahl enthalten die **Froot Loops** deutlich mehr Zucker und Salz und deutlich weniger Ballaststoffe als das mit **Disney-Figuren** beworbene Produkt.



Der **Mövenpick Erdbeere Feinjoghurt** enthält doppelt so viel Zucker, doppelt so viele Kalorien und vier Mal so viel gesättigte Fette wie der **Arla Erdbeeryoghurt**. Der Nutri-Score zeigt auf einen Blick, welcher Joghurt die ausgewogenere Wahl ist.



## „Es ist nicht verboten, Lebensmittel mit einem roten E zu essen“

**Serge Hercberg** ist ein französischer Ernährungswissenschaftler und der „Vater“ des Nutri-Scores. Im Interview verrät er, warum die Ampel keine Lebensmittel verbietet und wer besonders von einer verständlichen Nährwertkennzeichnung profitiert.

**Warum brauchen wir den Nutri-Score – wissen wir nicht, was gesund ist und was nicht?**

Die meisten Menschen wissen, dass Obst oder Gemüse gesünder sind als gesalzene Snacks oder Süßigkeiten. Aber vor den Regalen des Supermarktes fällt es vielen schwer, die Vielzahl an verarbeiteten Produkten zu vergleichen. Die durchschnittliche Zeit für die Auswahl eines Lebensmittels beträgt geschätzte 35 Sekunden – wie soll man vergleichen, wie ausgewogen Fruchtjoghurts, Frühstückscerealien oder Tiefkühlpizzen sind? Bisher können sich die europäischen Verbraucherinnen und Verbraucher nur an den Nährwertangaben auf der Rückseite der Verpackung orientieren. Studien zeigen jedoch, dass diese Informationen beim Einkauf selten berücksichtigt werden. Für viele Verbraucherinnen und Verbraucher sind sie schwer verständlich – insbesondere für Menschen mit einem geringeren Bildungsstand und wenig Wissen über gesunde Ernährung. Um die Nährwertqualität verschiedener Lebensmittel schnell erfassen und miteinander vergleichen zu können, ist ein leicht verständliches und verbraucherfreundliches Logo auf der Vorderseite der Verpackungen nötig – das ist der Nutri-Score.

**Ist der Nutri-Score nicht eine unzulässige Vereinfachung des komplexen Themas Ernährung?**

Der Nutri-Score bietet eine Gesamtbewertung der Nährwertqualität von Lebensmitteln – Obst, Gemüse, Ballaststoffe oder Proteine etwa werden positiv bewertet, gesättigte Fette, Zucker oder Salz negativ verrechnet und das Gesamtergebnis auf der Packung in Ampelfarben dargestellt. Der Nutri-Score ist damit ein effizientes Werkzeug, um sich über die allgemeine Ernährungsqualität von Lebensmitteln zu informieren. Er deckt nicht alle gesundheitlichen Aspekte von Lebensmitteln ab – etwa Zusatzstoffe oder Pestizide – und er enthält auch keine weitergehenden Informationen über die empfohlene Häufigkeit des Konsums oder Portionsgrößen. Sinnvoll wäre es, ihn mit Aufklärungsmaßnahmen zu begleiten, zum Beispiel in Form von Ernährungseinfachern.

**Wenn also ein Produkt ein grünes A trägt, sagt mir das, dass es gesund ist und wenn es ein rotes E trägt, dass ich meine Hände davon lassen sollte?**

Es ist nicht verboten, Lebensmittel mit einem roten E zu essen. Wenn Menschen eine Vorliebe für ein Produkt haben, können sie es natürlich kaufen. Aber mit dem Nutri-Score wird ein Bewusstsein geschaffen, dass die Qualität mancher Lebensmittel aus Ernährungssicht nicht optimal ist. Verbraucherinnen und Verbraucher können diese Information nutzen, um ihre Ernährungsgewohnheiten anzupassen oder ein gleichwertiges Produkt mit einer besseren Be-

wertung zu wählen. Denn wir haben festgestellt, dass viele scheinbar gleichwertige Produkte tatsächlich sehr unterschiedliche Ernährungseigenschaften aufweisen. Der Nutri-Score führt nachweislich zu einem gesünderen Einkaufsverhalten. ☉

## INTERVIEW



**PROF. DR. SERGE HERCBERG** ist Ernährungswissenschaftler. Seine Forschung an der Universität Paris 13 und dem Französischen Institut für Gesundheitswesen und medizinischer Forschung hat maßgeblich zur Einführung des Nutri-Scores in Frankreich geführt.

# KEIN STEUERGELD MEHR FÜR ZUCKRIGE SCHULMILCH!

Alle Bundesländer steigen aus der Subvention von Kakao & Co. aus – bis auf NRW



Protestaktion in Düsseldorf: foodwatch-Geschäftsführer Martin Rücker überreichte einem Sprecher des Verbraucherministeriums eine vergoldete Packung Zucker – gekennzeichnet als „das letzte Kilo Zucker für die Schulkakaoförderung NRW“ und versehen mit dem „Verzehrdatum: 12.7.2019“, dem letzten Schultag in diesem Schuljahr.

**Alle reden über Zuckerreduktion – trotzdem hielten vier Bundesländer an der Subvention zuckeriger Schulumilch fest. Nach foodwatch-Protesten sind Hessen, Brandenburg und Berlin nun ausgestiegen – nur NRW zeigt sich noch uneinsichtig.**

Die Länder hatten eigens Ausnahmeregelungen vom EU-Schulumilchprogramm geschaffen, um weiter Kakao & Co. zu fördern – entgegen dem Rat von Kinder- und Zahnärzten, Diabetologen und Ernährungsexpertinnen. Und obwohl Kinder ohnehin schon zu viel Zucker essen und

Fettleibigkeit ein großes Problem ist. Dagegen hat foodwatch protestiert – mit Erfolg: Hessen reagierte im August 2018 als erstes Bundesland und kündigte einen Stopp der Subvention gezuckerter Schulumilch an. Anfang des Jahres haben auch Berlin und Brandenburg beschlossen, an Schulen nur noch Milch ohne Zuckerzusatz zu fördern. Damit ist NRW das einzige Bundesland, das an der Subvention von Schulkakao festhält. Im April haben foodwatch-Aktivistinnen und Aktivisten dagegen in Düsseldorf protestiert – und dem Land symbolisch direkt vor dem Verbraucherministerium die 274 Tonnen Extra-Zucker

zurückgebracht, die NRW über gesüßte Schulumilchgetränke in einem Schuljahr subventioniert – umgerechnet mehr als 90 Millionen Stück Würfelzucker.

Ein Sprecher des Ministeriums erklärte, die Landesregierung werde „ergebnisoffen entscheiden, wie es mit dem Schulumilchprogramm im kommenden Schuljahr weitergeht“. Bei Redaktionsschluss war die Entscheidung über die weitere Förderung der Extraportion Zucker noch nicht gefallen. Wir bleiben dran und werden uns auch weiterhin für eine gesunde Ernährung von Kindern einsetzen. ☺

Für eine gesunde Ernährung in der Schule sollten die Länder zum Beispiel:

- eine ausgewogene Mittagsverpflegung mit verpflichtenden Qualitätsstandards durchsetzen,
- das EU-Schulobst- und -gemüse-Programm in allen Schulen anbieten,
- Wasserspender installieren,
- wirtschaftsunabhängigen Ernährungsunterricht organisieren und
- für ausgewogene Lebensmittel am Schulkiosk sorgen.

Weitere Infos: foodwatch-Report „Im Kakao-Sumpf“ über das NRW-Schulumilchprogramm [www.kakao-sumpf.foodwatch.de](http://www.kakao-sumpf.foodwatch.de)

## 3 Fragen an Patrick Müller (30)



**Du bist jetzt seit zwei Wochen bei foodwatch – was sind deine ersten Eindrücke?**

Es ist total spannend. Bei foodwatch wird mit einer sehr hohen Professionalität gearbeitet – gegen mächtige und zum Teil übermächtige Gegenspieler. Toll finde ich, dass foodwatch eine kleine, schlagkräftige Organisation ist, die den

**... seit April neuer Campaigner bei foodwatch.**

Konflikt nicht scheut, dabei aber immer auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse arbeitet.

**Was hat dich zu foodwatch geführt?**

Ich habe Landwirtschaft studiert. Neben der Uni habe ich mich immer ehrenamtlich engagiert, zum Beispiel für ein Volksbegehren gegen Massentierhaltung in Brandenburg. Nach meinem Abschluss habe ich dann ein knappes Jahr im brandenburgischen Landwirtschaftsministerium in Potsdam gearbeitet – vor allem zum Landestierschutzplan. Dieser hat die Umsetzung des Volksbegehrens zum Ziel. Herausgekommen ist allerdings ein aus meiner Sicht ziemlich verwässerter Kompromiss, der am Leid der Tiere nicht viel ändert. Die Arbeit bei foodwatch entspricht viel stärker meiner persönlichen politischen Haltung. Hier kann ich deutlich Position beziehen für Verbraucherrechte und den Tierschutz. Durch mein Engage-

ment als Kletteraktivist für die Umweltschutzorganisation Robin Wood habe ich Erfahrung darin, Aktionen gegen Unternehmen durchzuführen, die sich nicht nur regelwidrig verhalten, sondern auch jenseits des gesunden Menschenverstands agieren.

**Spannend – also können wir demnächst foodwatch-Aktionen in schwindelerregender Höhe erwarten?**

Konzerne, denen man auf's Dach steigen müsste, gäbe es in der Lebensmittelbranche jedenfalls genug ... Ganz im Ernst: Ich bin der festen Überzeugung, dass Organisationen wie foodwatch ein wichtiges Instrument der Demokratie sind, um Bürgerinnen und Bürger an der politischen Entscheidungsfindung zu beteiligen. Wir brauchen ein Gegengewicht zur Industrielobby, damit nicht nur die Interessen der großen Konzerne zum Zuge kommen. ☺

\*\*\* KURZ GEMELDET \*\*\* KURZ GEMELDET \*\*\* KURZ GEMELDET \*\*\* KURZ GEMELDET \*\*\*

☺ **Lebensmittellobby untergräbt gesunde Ernährung.** Um Fettleibigkeit und Fehlernährung in den Griff zu bekommen, muss der Einfluss der Lebensmittelindustrie zurückgedrängt werden. Das fordern führende internationale Forscherinnen und Forscher in einem neuen Report. Die Lobby untergrabe mit Einschüchterung und finanzieller Einflussnahme Maßnahmen zur Förderung einer gesunden Ernährung. Statt ineffektiver freiwilliger Selbstverpflichtungen der Industrie brauche es wirksame gesetzliche Vorgaben.

☺ **Coca-Cola sponsert EU-Ratspräsidentschaft.** Coca-Cola finanziert als offizieller Partner die europäische Ratspräsidentschaft Rumaniens. foodwatch hat den Präsidenten des Europäischen Rats Donald Tusk und die rumänische Premierministerin Viorica Dăncilă aufgefordert, die Partnerschaft unverzüglich zu beenden. Angesichts grassierender Fettleibigkeit und Krankheiten wie Typ-2-Diabetes ist eine solche Partnerschaft absolut unangebracht – und schwächt zudem das Vertrauen der Öffentlichkeit in die EU-Institutionen.

☺ **Neues Fleisch-Logo.** Die großen Supermärkte haben ein Fleisch-Siegel eingeführt. Es soll informieren, wie die Tiere gehalten werden. Der Haken: Für die meisten Tiere ändert sich nichts. Der Großteil der gekennzeichneten Produkte erfüllt gerade einmal die völlig unzureichenden gesetzlichen Mindestanforderungen. Noch gravierender: Das Siegel informiert lediglich darüber, ob die Tiere zum Beispiel etwas mehr Platz haben, nicht aber, ob die Tiere unter Krankheiten litten. foodwatch fordert verbindliche Vorgaben für die Verbesserung der Gesundheit aller Nutztiere.

**IMPRESSUM** — Herausgeber Dr. Thilo Bode, Martin Rücker · foodwatch e. V. · **Anschrift** Brunnenstr. 181 · 10119 Berlin · **Telefon** 030 / 28 44 52 96 · **Fax** 030 / 24 04 76 26  
**E-Mail** [service@foodwatch.de](mailto:service@foodwatch.de) · **Internet** [www.foodwatch.de](http://www.foodwatch.de) · **Redaktion** Sarah Häuser, Andreas Winkler (V.i.S.d.P.) · **Gestaltung** Annette Klusmann, puredesign

**Spendenkonto** foodwatch e. V. · **IBAN** DE 5043 0609 6701 0424 6400 · **BIC** GENO DEM 1 GLS

Gedruckt mit mineralölfreier Farbe auf 100 Prozent chlorfrei gebleichtem Recyclingpapier. Die foodwatch-Nachrichten erscheinen zweimal jährlich und werden per Post an alle Förderinnen und Förderer geschickt.



## ERNÄHRUNGSFRAGE: „Pyrrolizidinalkaloide – können Kräutertees, Nahrungsergänzungsmittel und Honig giftig sein?“



**Ernährungsberaterin Alice Luttrupp: Pyrrolizidinalkaloide – dieser komplizierte Begriff bezeichnet Gifte aus Wildkräutern. In Tees, Gewürzen, Honig und Nahrungsergänzungsmitteln können sie in bedenklichen Mengen enthalten sein. Wie kann man sich vor den giftigen Stoffen schützen und wer sollte besonders vorsichtig sein?**

Pyrrolizidinalkaloide (PA) dienen bestimmten Pflanzen als Schutz vor Fressfeinden. Im Stoffwechsel von Tieren oder Menschen werden sie in giftige Stoffe umgewandelt. PA können die Leber schädigen und zeigten in Tierversuchen eine krebserregende und erbgutschädigende Wirkung. Derzeit gibt es keine gesetzlichen Grenzwerte für PA in Lebensmitteln. In der Europäischen Union gilt generell die Empfehlung, die Belastung mit solchen Stoffen so gering wie möglich zu halten.

### Wo sind die Stoffe enthalten?

Gemüse-Pflanzen enthalten in der Regel keine PA. Vielmehr ist das unbeabsichtigte Miternten giftiger Beikräuter das Problem – diese können Tees, Gewürze oder Salatmischungen verunreinigen. Eine Ausnahme von dieser Regel ist Borretsch. Das Küchenkraut enthält hohe Mengen PA. Die Verbraucherzentrale Hessen empfiehlt daher, andere Kräuter zu verwenden.

Laut dem Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) sind verunreinigte Kräutertees (inklusive Roibuschtee) sowie schwarzer und grüner Tee und Honig die Hauptquellen, über die Ver-

braucherinnen und Verbraucher PA aufnehmen können. Bei einer Untersuchung verschiedener Kräutertees von Stiftung Warentest fiel vor allem Kamillentee negativ auf – möglicherweise, weil die Blütenköpfe der Kamille dem Greiskraut, einem PA-haltigen Wildkraut, ähneln. Verunreinigte Tees sind nicht akut giftig, können aber gesundheitlich bedenklich sein, wenn man sie über einen längeren Zeitraum konsumiert.

### Was müssen die Hersteller von Lebensmitteln unternehmen?

Das BfR hat in den vergangenen Jahren mehrfach auf die Risiken durch PA hingewiesen und festgestellt, dass die Lebensmittelwirtschaft Maßnahmen ergreifen muss, um die PA-Gehalte in Lebensmitteln zu senken – insbesondere durch Sorgfalt bei Anbau und Ernte aber auch durch ausreichende Eigenkontrollen potenziell betroffener Lebensmittelkategorien.

### Worauf können Verbraucherinnen und Verbraucher achten?

Aufgrund potenziell erhöhter PA-Gehalte in Tees und Kräutertees ist es ratsam, seinen Durst nicht ausschließlich mit Tee, sondern stattdessen mit Wasser zu stillen. Da Föten im Mutterleib sowie Säuglinge und Kleinkinder besonders empfindlich sind, gilt dies insbesondere für Frauen während der Schwangerschaft und Stillzeit. Auch Babies und Kleinkinder sollten vor allem Wasser zu trinken bekommen. Empfehlenswert ist außerdem, Tee für Kinder nicht zu stark zuzubereiten, also statt einem Beutel pro Tasse nur einen Beutel pro Liter zu ver-

wenden. Die Verbraucherzentrale empfiehlt außerdem, zwischen verschiedenen Teesorten und -marken abzuwechseln.

Honig kann verunreinigt werden, wenn Bienen Pollen und Nektar von PA-haltigen Wildkräutern sammeln. Da viele dieser Pflanzen erst später blühen, ist Frühjahrs Honig in der Regel weniger stark belastet als Sommerhonig. Kinder unter einem Jahr sollten ohnehin noch keinen Honig bekommen.

Es gibt Nahrungsergänzungsmittel, die aus PA-haltigen Kräutern wie Borretsch, Wasserdost oder Huflattich hergestellt sind. Diese können so viele PA enthalten, dass bereits nach kurzfristigem Verzehr giftige Wirkungen möglich sind. Hier gilt: Verbraucherinnen und Verbraucher sollten diese Mittel gar nicht erst einnehmen. Auch Johanniskrauthaltige-Präparate waren in fast jeder vom BfR untersuchten Probe mit PA belastet. Da Johanniskraut selbst kein PA bildet, handelt es sich hier wahrscheinlich um eine Verunreinigung. Auch hier liegt es demnach in der Verantwortung der Hersteller, für so niedrige PA-Gehalte wie möglich zu sorgen. ☺

Der exklusive Service für foodwatch-Mitglieder: Senden Sie Ihre Ernährungsfrage per Mail an [ernaehrung@foodwatch.de](mailto:ernaehrung@foodwatch.de) oder hinterlassen Sie Ihre Nummer unter **030 / 28 44 52 95** auf dem Anrufbeantworter. Bitte geben Sie dabei Ihre Mitgliedsnummer an. Unsere Ernährungswissenschaftlerin ruft Sie zurück.