

Kandidat Nr. 2: Protein Drink Vanille von Bauer



foodwatch-Kritik:

Hersteller Bauer bewirbt seinen Protein Drink an eine „fitnessorientierte und alltagsaktive Zielgruppe“. Doch selbst wer viermal die Woche joggen geht, braucht keinen Protein-Zusatz.

Der Protein-Trend ist eine überflüssige Marketing-Masche, die Verbraucherinnen und Verbraucher teuer bezahlen: Der Bauer Milch-Drink ist etwa 50 Prozent teurer als andere Vanillemilch.

Zutaten:

89% Milch, 4,8% Vanillezubereitung (Wasser, Fruktose-sirup, natürliches Aroma, Verdickungsmittel: Johannisbrotkernmehl; Süßungsmittel: Acesulfam K, Sucralose; Farbstoff: Carotin; Säureregulatoren: Citronensäure, Natriumhydroxid), Milcheiweiß, Inulin.

Nährwerte je 100g:

Brennwert: 62kcal
Fett: 0,9g
Davon gesättigte Fettsäuren: 0,6g
Kohlenhydrate: 6,4g
davon Zucker: 6,4g
Eiweiß: 6,9g
Salz: 0,11g

Verkaufspreis

im Einzelhandel:
1,29€ (UVP)

Fakten und Quellen

- Bauer bewirbt seinen Protein Drink Vanille mit den Hinweisen auf den Gehalt von „23g Protein“ und „1% Fett“, sowie mit den gesundheitsbezogenen Aussagen „Unterstützt den Muskelaufbau“, „Unterstützt den Trainingseffekt“ und „Trägt zur Erhaltung bestehender Muskeln bei“.
- In einer E-Mail an foodwatch schreibt Hersteller Bauer: „Der Bauer Protein Drink richtet sich an eine fitnessorientierte und alltagsaktive Zielgruppe. Mit dem hochwertigen Milchprodukt bedient die Privatmolkerei Bauer die Bedürfnisse der Verbraucher und erfüllt den Wunsch nach proteinreichen Trendprodukten.“¹
- Laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung (DGE) haben erwachsene Breitensportler, die vier- bis fünfmal pro Woche 30 Minuten bei mittlerer Intensität körperlich aktiv sind, keinen erhöhten Proteinbedarf². Die von der DGE für Erwachsene empfohlene Proteinmenge³ kann problemlos durch eine ausgewogene Ernährung aufgenommen werden. Aus der Nationalen Verzehrsstudie II (NVS II) geht hervor, dass Männer und Frauen in Deutschland im Durchschnitt mehr Protein aufnehmen, als die DGE empfiehlt.⁴
- Die von der Lebensmittelindustrie selbst in Auftrag gegebene Verbraucherstudie „Consumers' Choice '17“ kommt zu dem Ergebnis: „Protein-Produkte sind das Wachstumssegment des Jahres, überdurchschnittlich hoch ist die Nachfrage bei den jungen sowie fitness-orientierten Konsumenten (hier kauft fast jeder Zweite).“⁵
- Der Bauer Protein Drink Vanille kostet mit 0,39€ pro 100g beziehungsweise 0,41€ pro 100ml deutlich mehr als andere Vanillemilch: Das Bauer Produkt ist beispielsweise knapp 40 Prozent teurer als Landliebe Landmilch Vanille (0,28€/100g) und 64 Prozent teurer als Müller Milch Vanilla (0,25€/100ml). Im Vergleich zu Bärenmarke Alpenfrische Vanille Milch (0,15€/100ml) kostet der Bauer Drink sogar mehr als 2,5 Mal so viel.⁶

¹ https://www.foodwatch.org/fileadmin/Themen/Goldener_Windbeutel_2017/Antwort_Bauer.pdf

² Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Arbeitstagung zu Sporternährung (20./21.9.2017)

<http://www.dge.de/presse/pm/sporternaehrung-praxisnah-top-trainiert-und-ernaehrt/>

DGE FAQ zu Protein (Frage 14) <http://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faq/protein/>

³ Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt für Erwachsene zwischen 19 und 65 Jahren eine tägliche Proteinzufuhr von 0,8 g/kg Körpergewicht pro Tag. Das entspricht einer empfohlenen täglichen Proteinmenge von 55-57g für Männer bzw. 47-48g für Frauen, <http://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/protein/>

⁴ Auf Basis der 24h-Recalls der NVS II liegt die mediane Proteinzufuhr pro Tag bei Männern zwischen 81g (51-64jährige) und 84g (35-50jährige), bei Frauen zwischen 56g (19-24jährige) und 62g (35-50jährige).

BMEL und Max-Rubner-Institut (2013): Nationale Verzehrsstudie II (NVS II): Lebensmittelverzehr und Nährstoffzufuhr auf Basis von 24-h-Recalls. https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/Lebensmittelverzehr_N%C3%A4hrstoffzufuhr_24h-recalls-neu.pdf

⁵ <https://www.bve-online.de/presse/pressemitteilungen/pm-20171005>

⁶ Preisvergleich Rewe Online Shop, vom 06.10.2017.