

Was verrät das Etikett?



Wichtige Kennzeichnungselemente auf verpackten Lebensmitteln

Reihe Verbraucherinformation

Allgemeine Verbraucherinformation zum Thema Ernährung: Internet: www.vis-ernaehrung.bayern.de
Infoline Ernährung: 0180/3504040 (0,09 €/min)

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL) Eggenreuther Weg 43, 91058 Erlangen

e-Mail: pressestelle@lgl.bayern.de

Fachliche Konzeption: LGL Außenstelle Menzinger Straße 54, 80638 München, Tel.: 089/17800-0, Fax: 089/17800-170

Gestaltung: LGL, Eggenreuther Weg 43, 91058 Erlangen
Ausgabe Juli 2003

Das Etikett verpackter Lebensmittel gibt viele Informationen, die für den Verbraucher bei der Lebensmittelauswahl eine Hilfe sein können. Einige wichtige Kennzeichnungselemente werden in diesem Faltblatt vorgestellt.

Die Verkehrsbezeichnung

• Was ist die Verkehrsbezeichnung?

Die Verkehrsbezeichnung ist der „Name“ des Produktes.

Sie ist entweder

- in **Rechtsvorschriften** festgelegt (z. B. Margarine, Fruchtsaft) oder
- nach **allgemeiner Verkehrsauffassung** üblich (z. B. Bierschinken, Rollmops) oder
- eine **Beschreibung** des Lebensmittels (z. B. gefüllte Haselnuss-Gebäckspezialität mit Milchhaselnusscreme aus entrahmter Milch).

• Warum ist die Verkehrsbezeichnung notwendig?

Der Verbraucher soll die Art des Lebensmittels erkennen und es von anderen verwechselbaren Erzeugnissen unterscheiden können.

• Reicht ein Phantasienamen zur Bezeichnung aus?

Phantasienamen (z. B. Guten-Morgen-Trunk, Purifrutti) sowie Hersteller- oder Handelsmarken dürfen die Verkehrsbezeichnung nicht ersetzen, können aber zusätzlich angegeben sein.

Die Nährwertkennzeichnung

• Wann ist die Nährwertkennzeichnung verpflichtend?

Die Nährwertkennzeichnung ist freiwillig immer möglich, wird aber verpflichtend, wenn „nährwertbezogene Angaben“ auf dem Etikett, in der Aufmachung oder in der Werbung erfolgen.

• Was ist eine nährwertbezogene Angabe?

Eine „**nährwertbezogene Angabe**“ ist eine Darstellung oder Aussage, mit der zum Ausdruck gebracht wird, dass ein Lebensmittel aufgrund seines Energiegehaltes oder Nährstoffgehaltes besondere Nährwerteigenschaften besitzt (z. B. kalorienarm, ballaststoffreich).

• Wann sind 4 Nährwerte genannt?

Wird eine Angabe über Brennwert, Eiweiß-, Kohlenhydrat- oder Fettgehalt gemacht, müssen **alle vier** Werte in der richtigen Reihenfolge aufgeführt werden.

4 Nährwertangaben

| |
|---------------|
| Brennwert |
| Eiweiß |
| Kohlenhydrate |
| Fett |

• Wann sind 8 Nährwerte genannt?

Bezieht sich eine Angabe auf Zucker-, Ballaststoff-, Natriumgehalt oder auf den Gehalt an gesättigten Fettsäuren, müssen **alle acht** Werte in der richtigen Reihenfolge aufgeführt werden.

8 Nährwertangaben

| |
|-------------------------------|
| Brennwert |
| Eiweiß |
| Kohlenhydrate |
| - davon Zucker |
| Fett |
| - davon gesättigte Fettsäuren |
| Ballaststoffe |
| Natrium |

• Sind auch andere Nährwertangaben möglich?

Andere Nährwertangaben sind **zusätzlich** möglich, z. B. zu Stärke, einfach oder mehrfach ungesättigten Fettsäuren, Cholesterin, Vitaminen oder Mineralstoffen.

Das Verbrauchsdatum

- **Wann muss ein Verbrauchsdatum angegeben sein?**

Bei in mikrobiologischer Hinsicht **sehr leicht verderblichen Lebensmitteln** ist die Angabe eines Verbrauchsdatums anstelle des MHD vorgeschrieben.

- **Wie wird das Verbrauchsdatum angegeben?**

Die Angabe erfolgt **unverschlüsselt**.

„verbrauchen bis (Tag/Monat/Jahr)“ oder „verbrauchen bis (Tag/Monat)“

- **Worauf muss man noch achten?**

Wenn die **Einhaltung bestimmter Aufbewahrungsbedingungen** notwendig ist, muss darauf hingewiesen werden, z. B. „gekühlt bei +4 °C“.

- **Darf ein Lebensmittel nach Ablauf des Verbrauchsdatums in den Verkehr gebracht werden?**

Nach Ablauf des Verbrauchsdatums dürfen sehr leicht verderbliche Lebensmittel **nicht mehr in den Verkehr gebracht werden**.

- **Soll man ein Lebensmittel aus eigenem Vorrat nach Ablauf des Verbrauchsdatums noch essen?**

Nein, weil es bereits verdorben sein kann und daher eine unmittelbare Gesundheitsgefährdung nicht auszuschließen ist.

Die Zutatenliste

- **Was ist die Zutatenliste?**

Unter der Überschrift Zutatenliste (oder Zutatenverzeichnis, Zutaten) werden die Zutaten aufgezählt und zwar in absteigender Reihenfolge ihres Gewichtsanteils zum Zeitpunkt der Herstellung.

- **Was ist eine Zutat?**

Zutat ist jeder Stoff einschließlich der Zusatzstoffe, der bei der Herstellung eines Lebensmittels verwendet wird und unverändert oder verändert im Lebensmittel vorhanden ist.

- **Wie werden Zusatzstoffe in der Zutatenliste angegeben?**

Zusatzstoffe werden in geringen Mengen zugesetzt und stehen daher meist am Ende der Zutatenliste.

Sie sind angegeben mit

- dem **Klassennamen** (beschreibt den technologischen Zweck), z. B. Konservierungsstoff, **und**
- dem **Namen**, z. B. Sorbinsäure, **oder** der **E-Nummer**, z. B. E 200. E steht für „Europa“ oder „essbar/edible“. Die Nummer des Zusatzstoffes gilt einheitlich in allen EU-Ländern.

- **Wann müssen die Angaben zu den Zusatzstoffen nicht gemacht werden?**

Sie müssen nicht gemacht werden, wenn die Zusatzstoffe zwar in einer oder mehreren Zutaten eines Lebensmittels enthalten waren, aber in dem Lebensmittel keine technologische Wirkung ausüben.

Die QUID-Regel

- **Was heißt QUID?**

QUID ist die Kurzform von **q**uantitative **i**ngredients **d**eclaration und bedeutet Mengenkennzeichnung von Zutaten.

- **Was sagt die QUID-Regel?**

Die **Menge einer Zutat** muss z. B. prozentual angegeben werden, wenn

- die Zutat in der Verkehrsbezeichnung genannt wird
(z. B. **Fisch**stäbchen, Pizza mit **Schinken**),
- die Verkehrsbezeichnung darauf hindeutet, dass das Lebensmittel die Zutat enthält
(z. B. Biskuitgebäck: Mengenanteil von **Ei**),
- die Zutat auf dem Etikett durch Worte, Bilder oder eine grafische Darstellung hervorgehoben ist
(z. B. Rotkohl „mit **Johannisbeersaft** verfeinert“).

- **Wo ist die Prozentangabe zu finden?**

Die Angabe erfolgt in der Verkehrsbezeichnung, in ihrer unmittelbaren Nähe oder im Zutatenverzeichnis.

- **Wann muss die Menge für eine Zutat nicht angegeben werden?**

- Nicht angegeben** werden muss die Menge u. a. für eine Zutat,
- die in geringer Menge zur Geschmacksgebung verwendet wird
(z. B. Zimt bei Zimsternen),
 - die zwar in der Verkehrsbezeichnung aufgeführt wird, aber für die Wahl des Verbrauchers nicht ausschlaggebend ist
(z. B. Hefe bei Hefengebäck).

Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)

- **Was bedeutet das MHD?**

Das MHD ist das **Datum, bis zu dem das Lebensmittel** unter angemessenen Aufbewahrungsbedingungen **seine spezifischen Eigenschaften behält**.

- **Wie wird das MHD angegeben?**

Die Angabe erfolgt **unverschlüsselt**, entweder mit „mindestens haltbar bis (Tag/Monat/Jahr)“ oder je nach Haltbarkeit des Lebensmittels:

| Haltbarkeit | Angabe | Beispiel |
|--------------------|--|---------------|
| bis zu 3 Monate | mindestens haltbar bis (Tag/Monat) | Milchprodukte |
| 3 bis 18 Monate | mindestens haltbar bis Ende (Monat/Jahr) | Nudeln |
| mehr als 18 Monate | mindestens haltbar bis Ende (Jahr) | Konserven |

- **Worauf muss man noch achten?**

Wenn die **Einhaltung bestimmter Aufbewahrungsbedingungen** notwendig ist, muss darauf hingewiesen werden, z. B. „gekühlt bei +8 °C“, „lichtgeschützt“, „trocken“.

- **Darf ein Lebensmittel nach Ablauf des MHD in den Verkehr gebracht werden?**

Wer ein Lebensmittel nach Ablauf des MHD **in den Verkehr bringt**, muss sich sorgfältig vergewissert haben, dass es noch zum Verzehr geeignet ist.

- **Soll man ein Lebensmittel aus eigenem Vorrat nach Ablauf des MHD noch essen?**

Der Verbraucher muss z. B. durch Prüfung von Geruch und Aussehen selbst entscheiden, ob ihm das Lebensmittel noch zum Verzehr geeignet erscheint.