

PRESSEINFORMATION

Wien, 29. April 2021



Test: Schoko-Zerealien – Z wie Zuckerbomben

Ob bio oder konventionell: Die meisten Produkte sind weit von einer gesunden Mahlzeit entfernt

Kakaohaltige Frühstücksflocken geraten allein wegen der Aufmachung eher selten in den Verdacht, zu einer ausgewogenen Ernährung beizutragen – auch wenn der eine oder andere Hersteller immer noch versucht, mit Auslobungen wie „vitaminreich“, „XX % Vollkorn“ oder „zuckerreduziert“ den Eindruck der Zuckerbombe zu vermeiden. Wie gesund bzw. ungesund Schoko-Pops & Co wirklich sind, hat der Verein für Konsumenteninformation (VKI) nun im Rahmen des EU-Projektes FoodPRO gemeinsam mit europäischen Konsumentenorganisationen untersucht. Dabei wurden 12 Schoko-Zerealien, darunter 5 Bio-Produkte, mit Preisen von 27 Cent bis 1,20 Euro pro 100 g einer Prüfung unterzogen. Das Ergebnis: Nur 2 Produkte waren hinsichtlich ihres Zuckergehalts einigermaßen unbedenklich. Für den Rest gilt: Mehr Nascherei denn Frühstück. Insgesamt wurden 3 „gute“, 7 „durchschnittliche“ und 2 „weniger zufriedenstellende“ Bewertungen vergeben. Alle Details zum Test gibt es ab 29. April im Magazin KONSUMENT und auf www.konsument.at.

Sowohl die zwei besten als auch die zwei schlechtesten Produkte stammen aus biologischer Erzeugung. Die Bio-Produkte Dennree Schoko Bären und Dennree Schoko Kugeln waren mit jeweils 1,20 Euro pro 100 Gramm nicht nur die teuersten Produkte, sondern enthielten mit fast 30 Gramm pro 100 Gramm auch den meisten Zucker, dafür aber nur halb so viele Ballaststoffe wie der Testsieger. „Das zeigt, dass Bio nicht automatisch gesunde Nahrung bedeutet, sondern es wie bei konventionellen Produkten auch auf die Rezeptur ankommt“, erläutert VKI-Ernährungswissenschaftlerin Birgit Beck.

„Insgesamt war der Zuckergehalt der meisten getesteten Produkte erwartungsgemäß recht hoch. Er lag zwischen 13 und 29,6 Gramm pro 100 Gramm“, ergänzt Birgit Beck. „Die WHO empfiehlt, dass ein Volksschulkind täglich nicht mehr als 25 bis 50 g Zucker zu sich nimmt – das entspricht bis zu 12 Stück Würfelzucker. Eine Portion Schoko-Zerealien zum Frühstück kann davon bereits einen beträchtlichen Anteil ausmachen.“ Als Alternative empfiehlt die VKI-Ernährungswissenschaftlerin Getreideflocken, Grieß oder Reis mit Milch oder Pflanzendrinks. „Eine süße Note kann man dem Ganzen dann auch noch mit Früchten verleihen. Das ist nicht nur gesünder, sondern oft auch weit preisgünstiger“, so Beck abschließend.

Über FoodPRO



Das Projekt „FoodPRO“ wird vom Verbraucherschutz-Programm der Europäischen Union gefördert und konzentriert sich auf den Austausch von Best Practices im Bereich vergleichender Lebensmitteltests. Teilnehmende Staaten sind die Tschechische Republik, die Slowakei, Ungarn, Slowenien, Kroatien sowie Österreich. Weitere Informationen zu diesem EU-Projekt gibt es auf www.vki.at/foodpro.



Dieses Projekt wird vom Verbraucherschutz Programm der Europäischen Union gefördert.

SERVICE: Die ausführlichen Testergebnisse gibt es ab 29.04. in der Mai-Ausgabe der Zeitschrift KONSUMENT und auf www.konsument.at.

RÜCKFRAGEHINWEIS: VKI-Pressestelle, Tel.: 01/588 77-256, E-Mail: presse@vki.at