

PRESSEINFORMATION

Wien, 19. Mai 2026

VKI: Trendgetränk Matcha – Bio schneidet besser ab

14 Produkte im Schadstoff-Check – konventionelle Produkte stärker belastet

Matcha ist längst mehr als nur Tee: Als Trendfood verfeinert das grüne Pulver heute Getränke, Desserts, Backwaren und Snacks. Der Verein für Konsumenteninformation (VKI) hat gemeinsam mit der Arbeiterkammer Steiermark 14 Matchapulver unter die Lupe genommen. Die Produkte wurden online, in Supermärkten, Drogerien, Asia-Shops und Teefachgeschäften eingekauft und im Labor auf Schadstoffe (u. a. Aluminium, Blei, Pestizide) untersucht. Das Ergebnis: Bio-Produkte schnitten insgesamt besser ab. Es wurden 9 „sehr gut“, 2 „gut“, 2 „durchschnittlich“ und 1 „weniger zufriedenstellend“ vergeben. Alle Details zum Test gibt es auf www.vki.at/matcha2026.

Untersucht wurden ausschließlich reine Matchapulver ohne weitere Zusätze, die auf der Verpackung als „Matcha“ deklariert waren. Doch was genau ist Matcha? „Matcha ist zu feinem Pulver vermahlener Grüntee aus beschatteten Blättern der Teepflanze *Camellia sinensis*“, erklärt VKI-Ernährungswissenschaftlerin Teresa Bauer. „Ursprünglich aus China stammend, wurde Matcha in Japan weiterentwickelt und kultiviert. Die Teepflanzen werden vor der Ernte mehrere Wochen beschattet, wodurch der Chlorophyllgehalt steigt und die intensive grüne Farbe entsteht.“

Die Ergebnisse zeigen deutlich: Bio-Produkte sind die bessere Wahl. Sie waren insgesamt geringer mit den Schwermetallen Aluminium und Blei belastet. „Teepflanzen können Schwermetalle aus Boden und Wasser aufnehmen und in den Blättern speichern“, so Teresa Bauer. „Sowohl Blei als auch Aluminium haben ungünstige Effekte auf die Gesundheit. Für Blei gibt es keine unbedenkliche Aufnahmemenge.“ Von 14 getesteten Produkten stammen 11 aus biologischem und 3 aus konventionellem Anbau.

In Bio-Matchapulvern wurden zudem keine oder nur geringe Pestizidrückstände nachgewiesen, die etwa durch Abdrift von benachbarten konventionellen Teefeldern in Bio-Produkte gelangt sein könnten. Alle konventionellen Produkte enthielten hingegen Pestizide – darunter auch Wirkstoffe, die in der EU nicht zugelassen sind. Bei einem Produkt („Sweet Tea Matcha Powder“) wurde außerdem der zulässige Rückstandshöchstgehalt eines Pestizids überschritten. In den übrigen Proben lagen die gefundenen Gehalte unter den gesetzlichen Grenzwerten. Pestizide sind nicht nur für den Menschen problematisch, insbesondere für die Arbeiter:innen auf den Teeplantagen, sondern belasten auch Nützlinge, die Artenvielfalt sowie Boden und Wasser.

Zu beachten ist außerdem: Matcha wird im Gegensatz zu klassischem Grüntee nicht aufgegossen und anschließend abgeseiht, sondern das gesamte Pulver wird getrunken. „Dadurch gelangen auch enthaltene Schadstoffe in höherem Ausmaß in den Körper“, erklärt Teresa Bauer.

Fazit der Ernährungswissenschaftlerin: „Matcha sollte nicht im Übermaß konsumiert werden. Wenn, dann empfehlen wir Bio-Produkte. Aufgrund möglicher Schwermetallbelastungen raten wir, maximal drei Gramm Matchapulver täglich zu verzehren. Zudem enthält Matcha Koffein und ist daher für Kinder nicht geeignet.“

Ebenfalls wissenswert: Obwohl Matcha und Grüntee oft gesundheitsfördernde Wirkungen nachgesagt werden, gibt es derzeit keine fundierten wissenschaftlichen Belege für eine präventive oder gar heilende Wirkung – auch nicht im Hinblick auf Krebserkrankungen.

SERVICE: Die ausführlichen Testergebnisse gibt es auf www.vki.at/matcha2026.

RÜCKFRAGEHINWEIS FÜR MEDIENANFRAGEN:

VKI-Pressestelle, Tel.: +43 676 852270 256, E-Mail: presse@vki.at