Verbraucher Service Bayern
im Katholischen Deutschen Frauenbund e.V.

Was ist drin? - Das Zutatenverzeichnis

Das Zutatenverzeichnis gibt Auskunft darüber, was in Lebensmitteln enthalten ist. Dahinter verbergen sich sehr viele Informationen, die auf Grund chemischer Begriffe und/oder E-Nummern nicht leicht verständlich sind.

Alle verpackten Lebensmittel, auch Lebensmittel die im sogenannten Fernabsatzhandel angeboten werden, müssen laut Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) ein gut lesbares, mindestens 1,2 mm großes **Zutatenverzeichnis** an einer gut sichtbaren Stelle aufweisen. Das Zutatenverzeichnis ist beim Einkauf die wohl wichtigste Entscheidungshilfe für Verbraucher.
Die Zutaten müssen in absteigender Reihenfolge der Gewichtsanteile angegeben sein. Zutaten, die ein Teil der Verkehrsbezeichnung sind oder durch Bilder hervorgehoben werden, müssen in Prozentangaben genannt sein (Quid-Regel).

„Zutat“ ist jeder Stoff, einschließlich Aromen, Zusatzstoffen, Lebensmittelenzymen, sowie jeder Bestandteil einer zusammengesetzten Zutat, der bei der Herstellung eines Lebensmittels verwendet wird und unverändert oder verändert im Enderzeugnis vorhanden bleibt.
Man unterscheidet zwischen „Zutaten“ und „zusammengesetzten Zutaten“. Bei zusammengesetzten Zutaten (z.B. der Nudel im Nudelsalat oder der Fruchtzubereitung im Obstquark) muss eine Auflistung erst erfolgen, wenn mehr als 2 % der zusammengesetzten Zutat im fertigen Lebensmittel enthalten sind.

Zusatzstoffe müssen mit dem Klassennamen z.B. Farbstoff oder Stabilisator und einer E-Nummer bzw. der chemischen Bezeichnung angegeben werden z.B. „Verdickungsmittel Carrageen“, oder „Verdickungsmittel E 407“. Sie dürfen nur verwendet werden, wenn sie eine Zulassung haben.

Aromen können als „natürliches Aroma“ bezeichnet werden, wenn sie aus natürlichen Ausgangsstoffen extrahiert werden, aber mit Hilfe von physikalischen, mikrobiologischen, enzymatischen oder thermischen Verfahren hergestellt werden. Steht nur „Aroma“ in der Zutatenliste, ist davon auszugehen, dass dieses im Labor chemisch hergestellt wurde.

Die **Allergenkennzeichnung** schreibt vor, dass die 14 Hauptallergene, (glutenhaltiges Getreide, Krebstiere, Eier, Fisch, Erdnüsse, Soja, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesamsamen, Schwefeldioxid und Sulfite, Lupinen und Weichtiere) genannt werden und auf der Zutatenliste besonders hervorgehoben werden müssen.

Alkohol muss ab 1,2 Volumenprozent gekennzeichnet sein, Ausnahme Bier.

Süßungsmittel wie Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe müssen noch den Hinweis haben „mit Süßungsmittel/n“. Bei Aspartam ist der Hinweis „enthält eine Phenylalaninquelle“ anzugeben.

Wird vom Hersteller ein **Lebensmittelimitat** verwendet, muss neben dem Produktnamen der ersatzweise verwendete Stoff angegeben werden.
Ein Imitat für Käse mit Produktnamen „Pizza-Mix“ muss dann beispielsweise den Zusatz „mit Pflanzenfett“ erhalten, wenn das Milchfett durch pflanzliches Fett ersetzt wurde. Der Begriff Käse darf nur für echten Käse verwendet werden. Auch Bezeichnungen wie „Käseimitat“ oder „Analog-käse“ sind nicht erlaubt.
Der Vermerk „aus Fleischstücken zusammengefügt“ weist auf „Klebefleisch“ hin.

Auf Energydrinks muss der **Hinweis „erhöhter Koffeingehalt“** noch ergänzt werden mit dem Wortlaut „Für Kinder und Schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“.
Gesundheitsbezogene Aussagen zur Wirkung von Nährstoffen sind zulässig, wenn sie in der Positivliste der Health-Claims-Verordnung stehen.

Lebensmittelzutaten die technisch hergestellte **Nanopartikel** enthalten sind mit dem Zusatz „Nano“ zu kennzeichnen.

Werden Lebensmittel mit **Schutzgas** haltbar gemacht muss der Hinweis „verpackt unter Schutzatmosphäre“ aufgedruckt sein.

Werden **pflanzliche Öle und Fette** im Zutatenverzeichnis zusammengefasst zu „pflanzliche Öle“ bzw. „pflanzliche Fette“ muss im Anschluss eine Liste mit der pflanzlichen Herkunft stehen (z.B. Rapsöl, Sonnenblumenöl, Sojaöl und Palmfett).

Auf **gehärtete Öle** oder Fette muss mit der Angabe „ganz gehärtet“ oder „teilweise gehärtet“ hingewiesen werden.

Ausgenommen von der Kennzeichnungspflicht sind sehr klein verpackte Lebensmittel, zum Beispiel Portionspackungen beim Frühstücksbuffet, vorportionierte Backwaren und alkoholische Getränke mit weniger als 1,2 Vol% Alkohol.
Für lose Ware sowie für Speisekarten in Restaurants oder Kantinen und für Imbissbuden gelten besondere Kennzeichnungsvorschriften.

Weitere Informationen erhalten Sie bei unseren 15 Beratungsstellen in Bayern

---

VerbraucherService Bayern im KDFB e.V.
Landesgeschäftsstelle: Dachauer Straße 5, 80335 München, Tel. 089 51518743

www.verbraucherservice-bayern.de www.facebook.com/VerbraucherServiceBayern

gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Stand: Januar 2017