

Mehr Klarheit im Nährwert-Dschungel mit dem Nutri-Score?

Dr. jur. Christina Rempe

Die meisten verpackten Lebensmittel tragen heute eine Nährwerttabelle (siehe Beitrag „Die Nährwertkennzeichnung verpackter Lebensmittel“, S. 15). Möglich ist es also, sich im Supermarkt über die Nährwertqualität seiner Einkäufe zu informieren. Aber: Wird das auch gemacht? Beziehungsweise: Passt die Art und Weise dieser Kennzeichnung zu einer typischen Einkaufssituation, in der oft schnelle Entscheidungen gefragt sind? Viele Menschen sagen Nein. Die Wissenschaft bestätigt diese oft geäußerte Einschätzung: So werden Nährwertinformationen zwar am Point of Sale (PoS) nachgefragt [1], rund die Hälfte der Bevölkerung aber wendet eine Sekunde oder weniger für eine Kaufentscheidung innerhalb eines Sortiments auf [2]. Dazu kommt, dass gerade bildungsfernen Bevölkerungsteilen die Interpretation klassischer Nährwerttabellen oft schwerfällt [3]. Dabei wünschen sich viele eine klare, leicht verständliche Kennzeichnung zur schnellen Nährwertbeurteilung von Lebensmitteln [4].

Der Nutri-Score wird aktuell in vielen Ländern Europas als Lösung dieser Herausforderung gehandelt. Er ist ein Modell zur erweiterten Nährwertkennzeichnung und übersetzt die auf verpackten Lebensmitteln verpflichtende Nährwerttabelle in eine leichter ver-

ständliche Information. Mit seiner in Ampelfarben unterlegten Buchstabenfolge von A bis E ist auf einen Blick zu erkennen, ob ein Lebensmittel im Vergleich zu einem ähnlichen Produkt einen günstigen oder weniger günstigen Nährwert hat: Weist ein Lebensmittel weit überwiegend günstige Nährwerteigenschaften auf, sticht ein grün unterlegtes „A“ optisch hervor – der positivste Nutri-Score. Das Schlusslicht der Bewertung bildet ein rot unterlegtes „E“ für Lebensmittel, deren Nährwerteigenschaften im Vergleich zu anderen ähnlichen Produkten ungünstig sind.

Sechs EU-Mitgliedsstaaten unterstützen den Nutri-Score bereits ausdrücklich, neben Vorreiter Frankreich auch Deutschland, Spanien, Belgien, Portugal und Luxemburg. Auch die Schweiz setzt auf das fünfstufige Nährwertlogo [5]. Die Befürworter seiner Verwendung versprechen sich davon eine gesündere Einkaufsentscheidung am PoS und damit verbunden langfristige Verbesserungen des Essverhaltens in der Bevölkerung. Ob sich diese Hoffnungen erfüllen, lässt sich aktuell noch nicht absehen. Gleichwohl deuten erste Studienergebnisse darauf hin, dass der Nutri-Score durchaus das Potenzial hat, dazu einen Beitrag zu leisten.



Entwicklung und Bewertung des Modells

Der Nutri-Score wurde in Frankreich auf Initiative des dortigen Gesundheitsministeriums entwickelt. Er basiert auf dem sogenannten FSA-Score, der in Großbritannien bereits seit 2011 dazu genutzt wird, um die Werbung für bestimmte Lebensmittel gegenüber Kindern einzuschränken [6, 7]. Das Max Rubner-Institut (MRI) bescheinigt dem Nutri-Score, dass sein Algorithmus sowohl wissenschaftlich fundiert als auch für den Nährwertvergleich von Lebensmitteln geeignet ist [8]. Seine Bewertungsstufen bieten eine gute Übereinstimmung mit den in Deutschland und anderen europäischen Ländern anerkannten Ernährungsempfehlungen [9, 10, 11]. Gleichwohl wird Potenzial für Verbesserungen des Modells gesehen [8, 12]. Einer möglichen Anpassung und Weiterentwicklung des Nutri-Score-Algorithmus will sich in Zukunft ein wissenschaftliches Gremium widmen, das im Januar 2021 gegründet wurde [13]. Darin vertreten sind Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus verschiedenen europäischen Staaten, die den Nutri-Score bereits unterstützen oder an einer Einführung interessiert sind.



© stylephotographs - 123rf.com

Nutzung in der Praxis und Bedingungen

Der Nutri-Score ergänzt die verpflichtende Nährwerttabelle nach der Lebensmittelinformationsverordnung (EU) Nr. 1169/2011 (LMIV). Er darf für praktisch jedes Lebensmittel genutzt werden, wenn zwei Bedingungen erfüllt sind: Erstens muss das betreffende Produkt eine Nährwerttabelle nach der LMIV tragen. Zweitens muss sich das Unternehmen, das den Nutri-Score nutzen will, bei der Markeninhaberin, der Santé publique France, registrieren lassen und zustimmen, die Nutzungsbedingung für das Logo einzuhalten [14, 15]. Neben der allgemeinen Berechnungsgrundlage gibt die französische Behörde unter anderem vor, dass der Nutri-Score auf verpackten Lebensmitteln immer auf der Produktvorderseite im unteren Drittel der Packung platziert werden muss. Außerdem gilt das Prinzip „ganz oder gar nicht“: Entscheidet sich ein Unternehmen für den Nutri-Score, muss es ihn innerhalb von zwei Jahren auf allen Produkten einer registrierten Marke anbringen. Eine alleinige Kennzeichnung von Produkten mit vergleichsweise günstiger Nährwertqualität ist verboten.

Genutzt werden darf der Nutri-Score für praktisch alle Lebensmittel, mit zwei Ausnahmen: Der Nutri-Score ist nicht anwendbar für Lebensmittel für Kinder von 0 bis 3 Jahre [15], da für

diese Personengruppe spezifische Ernährungsempfehlungen gelten, die nicht mit dem Bewertungsalgorithmus in Einklang stehen. Außerdem darf der Nutri-Score nicht für alkoholische Getränke wie Bier, Wein oder Spirituosen genutzt werden [16]. Für unverpackte Ware ist seine Nutzung grundsätzlich erlaubt [17]. Dann allerdings müssen die Produkte freiwillig mit einer vollständigen Nährwerttabelle nach den Vorgaben der LMIV ausgestattet sein. Das Label darf auch für Werbezwecke, etwa auf der Unternehmens-Website oder auf Plakaten verwendet werden, allerdings nur, wenn das werbende Unternehmen den Nutri-Score auch tatsächlich in der Produktkennzeichnung nutzt [15, 16].

Berechnung des Nutri-Score

Um den Nutri-Score eines Lebensmittels zu ermitteln, muss man sich zunächst die Frage beantworten, mit welcher Art von Produkt man es zu tun hat. Denn davon hängt es ab, ob die allgemeine Berechnungsformel gilt, oder ob für die Warengruppe eine von drei Sonderregelungen greift. Grundsätzlich fließen in die Berechnung des Nutri-Score vier Parameter für negative und drei für positive Nährwerteigenschaften ein. Je nach ihrem Anteil im Produkt werden für die weniger wünschenswerten Nährwerteigenschaften jeweils bis zu zehn N-Punkte vergeben. Für die günstigen Nährwertwerteigenschaften gibt es jeweils bis zu fünf P-Punkte (siehe Abbildung 1, S. 7). Der Gesamtnährwert des Produktes ergibt sich, indem die Summe der P-Punkte von der Summe der N-Punkte abgezogen wird. Je weniger N-Punkte und je mehr P-Punkte, umso günstiger sein Nutri-Score (siehe Tabelle 1, S. 7) [15].

In der Kategorie ungünstiger Nährwerteigenschaften werden jeweils bezogen auf 100 Gramm beziehungsweise 100 Milliliter eines Lebensmittels folgende Parameter berücksichtigt:

- der Brennwert (kJ/kcal)
- der Zuckergehalt (g)
- der Gehalt gesättigter Fettsäuren (g)
- der Natriumgehalt (mg)

Für die Nährwertberechnung positiv zu Buche schlagen:

- der Ballaststoffgehalt (g)
- die Anteile an Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Nüssen sowie Raps-, Nuss- und Olivenölen in Prozent
- in der Regel der Proteingehalt (g)

Für die Berücksichtigung des Proteingehaltes gilt eine Extraregel: Ist die Summe der N-Punkte ≥ 11 , kann der Proteingehalt den Gesamtnährwert eines Lebensmittels nur dann positiv beeinflussen, wenn das Produkt gleichzeitig vergleichsweise hohe Anteile an Obst, Gemüse, Schalen- oder Hülsenfrüchten oder Raps-, Nuss- oder Olivenöl aufweist [15]. Vereinfacht ausgedrückt: Viel Protein allein kann den Nährwert von Lebensmitteln nicht in jedem Fall verbessern. Ballaststoffe sowie nährstoffreiche Zutaten wie Obst und Gemüse rücken den Nutri-Score dagegen immer in eine positive Richtung.

Für die Warengruppen Käse, Getränke sowie Fette und Öle gibt es Extraregeln für die Nutri-Score-Berechnung [15]. Der Grund

Nutri-Score-Berechnung selbst gemacht

Fehlt der Nutri-Score auf dem persönlichen Lieblingsprodukt, kann man ihn auch selbst berechnen: mit Hilfe einer Excel-Tabelle, die auf der Website des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) heruntergeladen werden kann [18]. Dafür muss man in der Regel nicht über Betriebsgeheimnisse der Lebensmittelindustrie verfügen, denn die nötigen Informationen stehen meist ohnehin auf dem Etikett, vor allem in der Nährwerttabelle und im Zutatenverzeichnis. Bei vielen Produkten aus oder mit Obst und Gemüse muss der Fruchtanteil angegeben werden, etwa bei Saft oder bei Fruchtjoghurt. Insbesondere hochwertigere Öle wie Olivenöl sind im Zutatenverzeichnis auch mit ihrer Menge gekennzeichnet. Alternativ kann ein fehlender Nutri-Score auf der Packung auch über die „nutriCARD“-App recherchiert werden. Eine Android-Version der App ist jedoch noch nicht verfügbar [https://www.nutricard.de/nutricard-app].



© Africa Studio – Fotolia.com

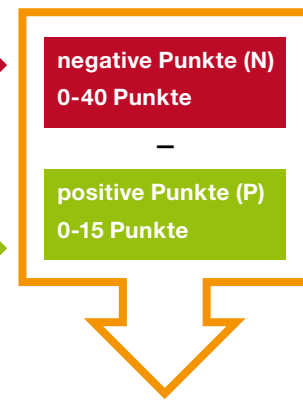
Käse

Bei Käse wird deshalb der Proteingehalt bei der Nutri-Score-Berechnung immer berücksichtigt, egal wie hoch die Summe der N-Punkte ist [15]. Die Extraregel begründet sich daraus, dass nahezu alle Käsesorten einen relativ hohen Fett- und auch Salzgehalt aufweisen, sodass nahezu jede Käsesorte eine unterlegte E-Wertung bekäme. Zumal Käse weder nennenswerte Mengen Ballaststoffe noch Obst- und Gemüseanteile enthält, die den Nutri-Score einzelner Käsesorten ins Positivere rücken könnten. Durch die generelle Berücksichtigung des Proteingehaltes gelingt eine differenziertere Klassifizierung der Nährwert-eigenschaften innerhalb der Warengruppe Käse. Harzer Käse

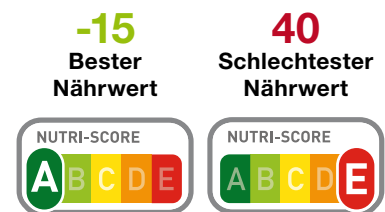
für diese Sonderbehandlung: Über die allgemeine Berechnungsformel würde sich innerhalb dieser Produktgruppen entweder keine Differenzierung über mindestens drei Nährwertstufen darstellen lassen. Oder das Ergebnis würde nicht gut genug mit den anerkannten Ernährungsempfehlungen in Einklang stehen.

Nährstoffe/100g	Punkte
Energie (kJ)	0-10
Zucker (g)	0-10
gesättigte Fettsäuren (g)	0-10
Natrium (g)	0-10
Bestandteil/100g	Punkte
Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Schalenfrüchte, Raps-, Walnuss- und Olivenöle (%)	0-5
Ballaststoffe (g)	0-5
Eiweiß (g)*	0-5

*Die Mitberücksichtigung von Eiweiß hängt von der Anzahl der N-Punkte und der Menge des im Erzeugnis enthaltenen Obst und Gemüses ab.



Punkte		
Feste Nahrungsmittel	Getränke	Logo
Min. bis -1	Wasser	
0 bis 2	min. bis 1	
3 bis 10	2 bis 5	
11 bis 18	6 bis 9	
19 bis max.	10 bis max.	



› Abbildung 1 (oben): Berechnung der Gesamtpunktzahl des Nutri-Score (allgemeiner Fall) [16, S. 28 in der deutschen Übersetzung, Stand März 2021]

› Tabelle 1 (links): Zuordnung des Nutri-Score in Abhängigkeit der errechneten Gesamtpunktzahl [16, S. 32 in der deutschen Übersetzung, Stand März 2021]

© Santé publique France, Nutri-Score Frequently Asked Questions – German Translation, 2021



beispielsweise ist fettarm und liefert daher auch kaum gesättigte Fettsäuren und nur wenige Kalorien – in der Lebensmittelkategorie Käse ist das eine Besonderheit. Über die allgemeine Nutri-Score-Formel berechnet, würde Harzer Käse trotzdem nur eine D-Wertung erhalten. Durch die Sonderregel für Käse rückt seine Bewertung auf die Stufe C. Bergkäse, Parmesan und Halloumi würden nach der allgemeinen Formel durchweg in die Nutri-Score-Stufe E eingruppiert. Durch die Sonderregel sieht das Ergebnis differenzierter aus: Bergkäse und Parmesan haben tatsächlich sehr vergleichbare Nährwerteigenschaften. Der Halloumi ist ebenfalls fettreich, hat aber im Vergleich zu Bergkäse und Parmesan zusätzlich noch einen recht hohen Salzgehalt. Das drückt sich summarisch in der Nutri-Score-Bewertung aus, da sie dem Bergkäse und Parmesan eine D-Wertung, dem Halloumi aber eine E-Wertung zuweist.

Getränke

Für die Nutri-Score-Berechnung von Getränken gelten zwar dieselben Bewertungsparameter wie für den Normalfall, allerdings erfolgt die Punktvergabe bei drei der insgesamt sieben Bewertungsparameter nach einem eigenen System [15]. Das betrifft sowohl N-Punkte wie auch P-Punkte. Abweichende Punktzahlen werden für die folgenden Parameter je nach ihrem Anteil im Getränk vergeben.

- Brennwert (kJ/kcal)
- Zuckergehalt (g)
- Anteile an Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Nüssen sowie Raps-, Nuss- und Olivenölen in Prozent

Die Punktvergabe bezüglich der Gehalte an gesättigten Fettsäuren, Salz, Ballaststoffen und Protein bleibt gleich. Sie müssen auch bei den Getränken berücksichtigt werden. Individuell festgelegt sind auch die Grenzwerte für die Zuordnung der Nutri-Score-Stufe bei Getränken: Die A-Wertung ist für Wasser reserviert – dem nach allgemeinen Ernährungsempfehlungen besten Durstlöscher. Eine B-Wertung erhalten beispielsweise die sogenannten Near-Water-Getränke, die durch Aromaextrakte oder ähnliche Zusätze nur einen Hauch von Geschmack aufweisen aber nahezu frei von Zucker und Kalorien sind. Auch die Light-Getränke erhalten in der Regel eine B-Wertung, da sie anstelle von Zucker Süßungsmittel enthalten und entsprechend zucker- und kalorienarm sind. Süßungsmittel und auch Aromastoffe bleiben bei der Nutri-Score-Bewertung unberücksichtigt – ein Aspekt, der von Fachleuten bisweilen kritisiert wird [19]. Entsprechend schneidet beispielsweise eine Fruchtschorle gegenüber einer Limonade light auf der Nutri-Score-Skala schlechter ab. Auch eine Differenzierung der Nährwertqualität von Fruchtsäften und Fruchtschorlen mithilfe des Nutri-Score gelingt nur bedingt: Ihrem Fruchtanteil von 100 Prozent verdanken die Fruchtsäfte die volle Anzahl an P-Punkten in der betreffenden Kategorie. Sie erhalten aber auch viele N-Punkte, weil sie vergleichsweise zucker- und kalorienreich sind. Diesbezüglich schneiden die Fruchtschorlen besser ab, allerdings bekommen sie auch weniger P-Punkte, da ihr Fruchtanteil geringer ist als der der Säfte. Bei beiden Produktgruppen gibt es C- oder D-Wertungen.

Unabhängig davon, dass die Nutri-Score-Berechnung von Getränken ihrem eigenen System folgt, muss beim Vergleich im

Supermarkt eines berücksichtigt werden: Nicht jedes flüssige Lebensmittel ist auch ein Getränk. Flüssiges mit relativ hohem Nährwert wie Milch, Schokomilch oder Pflanzendrinks aus Soja, Hafer oder Mandeln sind keine Durstlöscher. Sie gelten nicht als Getränke, sondern als Lebensmittel [16]. Deshalb kann beispielsweise eine fettarme Milch oder ein ungesüßter Sojadrink genauso wie Wasser eine A-Wertung tragen. Im Nährwertvergleich mit den Getränken sind sie damit nicht, schließlich sieht der Nutri-Score nur einen Nährwertvergleich innerhalb derselben Produktkategorie vor.



© Jean Paul - 123rf.com

Fette, Öle und Fettreiches wie Sahne

Gut für den Körper sind Fette, die reich an ungesättigten Fettsäuren sind. Gesättigte Fettsäuren sollten hingegen sparsam verzehrt werden. Dieser allgemein anerkannte Ernährungsgrundsatz steckt ohnehin bereits im Nutri-Score. Denn ein hoher Anteil an gesättigten Fettsäuren führt zu einer ungünstigeren Nutri-Score-Bewertung, da er im höheren Umfang N-Punkte liefert. Steigende Anteile an Nüssen und ernährungsphysiologisch günstigen Ölen wie Oliven- oder Rapsöl rücken die Nutri-Score-Bewertung in eine positive Richtung. Einen Nährwertvergleich von Fetten, Ölen und fettreichen Lebensmitteln wie Sahne oder vegane Ersatzprodukte untereinander ermöglicht dies allerdings nicht. Damit das gelingt, gibt es für die Nutri-Score-Berechnung dieser Produktgruppe ebenfalls eine Abweichung vom Normalfall: Anstelle des Gehaltes gesättigter Fettsäuren fließt das Verhältnis von gesättigten Fettsäuren zum Gesamtfettgehalt in die Bewertung ein. Alle übrigen Bewertungsparameter bleiben gleich, einschließlich der Grenzwerte für die Einstufung [15]. Im Nutri-Score-Vergleich schneidet daher beispielsweise Rapsöl mit einer C-Wertung eine Stufe besser ab als Olivenöl. Auch unterschiedliche Nährwertqualitäten von Butter und Margarine macht der Nutri-Score sichtbar: Während Butter eine E-Wertung erhält, gibt es Margarinen, die beispielsweise eine dunkelorange unterlegte D-Wertung erhalten. Gesalzene Margarine kann wegen ihres hohen Salzgehaltes wiederum auf die Stufe E rücken.

Verständlichkeit und Akzeptanz des Nutri-Score

Damit eine Nährwertinformation eine gesündere Konsumentscheidung unterstützen kann, muss sie drei Grundvoraussetzungen erfüllen: Sie muss gut erkennbar sein, richtig verstanden und auch akzeptiert werden [4]. In Bezug auf seine Erkennbarkeit kann der Nutri-Score punkten. Denn die Farben



rot und grün werden vom menschlichen Auge besonders schnell erkannt [20]. Sie werden zudem besonders leicht, nämlich intuitiv, verstanden, weil sie als Stopp-Weiter-Signale bekannt sind [21]. Dass der Nutri-Score von vielen Menschen auch richtig verstanden wird, zeigen die Ergebnisse der FOP-ICE-Studie: In der 12-Länder-Studie wurde ermittelt, welches von insgesamt fünf Nährwertkennzeichnungs-Modellen auf der Packungsvorderseite (Front of Pack, FoP) Verbraucherinnen und Verbrauchern die meisten zutreffenden Nährwerteinstufungen verschiedener Pizzen, Fertigmehlkuchen und Frühstückscerealien ermöglicht. Das Ergebnis: Im Vergleich zu Produktvarianten ohne erweiterte Nährwertkennzeichnung liefern alle Modelle mehr zutreffende Nährwerteinstufungen. Im direkten Vergleich der fünf Logos schnitt der Nutri-Score am besten ab, gefolgt vom britischen Ampel-Modell [22]. Auch allein auf Deutschland bezogen lieferte der Nutri-Score in Sachen Verständlichkeit das insgesamt beste Ergebnis [23].

Verbraucherumfragen weisen zudem darauf hin, dass der Nutri-Score in Deutschland breite Akzeptanz findet. Für einen weit überwiegenden Anteil der Bevölkerung ist er das Modell der Wahl [24, 25]. Überzeugt von seinem Nutzen zeigen sich auch Akteure aus den Bereichen Public Health, Ernährung und Medizin: Rund 300 Wissenschaftler aus 32 europäischen Staaten haben sich im März 2021 mit einem offenen Brief an die Öffentlichkeit gewandt, in dem sie eine EU-weit verbindliche Einführung des Nutri-Score fordern [26].

Die Positionierung der Hersteller stellt sich differenzierter dar. In Frankreich steigt die Anzahl von Lebensmittelunternehmen, die den Nutri-Score nutzen, kontinuierlich [27]. Auch in Deutschland haben sich innerhalb von rund neun Monaten mehr als 190 Unternehmen mit über 350 Marken für die Nutzung des Nutri-Score entschieden (Stand: 1. Juni 2021) [28]. In der Bio-Branche gibt es jedoch praktisch keinen Zuspruch für den Nutri-Score [29, 30].

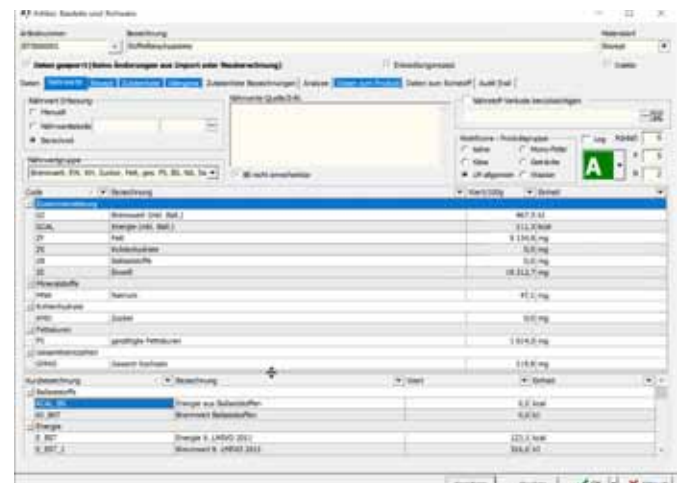
Wirkungen auf das Einkaufsverhalten und die Gesundheit

Ob ein Nährwertlogo wie der Nutri-Score beim Einkauf auch tatsächlich genutzt wird, hängt von zahlreichen Faktoren ab, etwa vom Produktpreis oder von der Art des Lebensmittels [31]. Snacks oder Desserts bieten einer Studie zufolge weniger Motivation dazu, ein Nährwertlogo zu berücksichtigen [32]. Entsprechend inhomogen sind die Studienergebnisse zu der Frage, ob Nährwertlogos Effekte auf das Einkaufsverhalten haben. Die konkret auf Nutri-Score bezogene Datenlage ist noch dünn, da das Logo erst vergleichsweise kurze Zeit Verwendung findet. Nach einer französischen Studie, die noch mit einem Vorläufer-Modell des heutigen Nutri-Score durchgeführt wur-

nut.s industrial kann Nutri-Score! Auf Knopfdruck.

Mit nut.s industrial erfolgt die Berechnung des Nutri-Score auf Knopfdruck. Über die Stückliste der Rezeptur werden Nährwerte berechnet und die Eigenschaften der eingesetzten Rohstoffe ausgewertet. Das Ergebnis der Berechnung zeigt den Buchstaben samt Farbe und zur besseren Kontrolle die einzelnen N und P-Punkte samt deren Herkunft.

So einfach kann der Nutri-Score sein!





de, verbesserte sich die Qualität des Wocheneinkaufs durch die erweiterte Nährwertkennzeichnung [33]. In einer anderen, nahezu zeitgleich und ebenfalls in Frankreich durchgeführten Studie zeigt sich hingegen kein signifikanter Einfluss [34]. Nach einer Metaanalyse von insgesamt 137 Studien, die in der Zeit von Januar 2008 bis April 2015 publiziert wurden, kann eine FoP-Nährwertinformation den Anteil von Verbrauchern, die sich für eine gesündere Lebensmittelauswahl entscheiden, um durchschnittlich 18 Prozent erhöhen. Effekte zeigten sich dabei insbesondere bei bewertenden Modellen wie der britischen Nährwertampel [35].

Würde der Nutri-Score das Konsumverhalten der Bevölkerung tatsächlich verändern, hätte dies auch Einfluss auf das Ernährungsverhalten und die Gesundheit. Diese These stützen die Ergebnisse verschiedener Modellierungsstudien zur FoP-Nährwertkennzeichnung [36], darunter eine Studie von 2019 aus Frankreich, die auch Effekte des Nutri-Score untersuchte. Ihr zufolge könnte der Nutri-Score unter anderem die Gesamtkalorienaufnahme pro Person um durchschnittlich neun Prozent senken. Das entspräche einer verringerten Kalorienaufnahme von knapp 200 Kilokalorien täglich. Die Verknüpfung dieser Ergebnisse mit den Daten aus der französischen NutriNet-Santé-Kohorte führt zu der Schlussfolgerung, dass durch eine flächendeckende Verwendung des Nutri-Score in Frankreich die dortigen Todesfälle aufgrund von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs um 3,4 Prozent gesenkt werden könnten [37].

Mögliche Auswirkungen auf Rezepturen

Eine breite Verwendung des Nutri-Score könnte außerdem das Angebot an Convenience-Produkten in einer gesundheitspolitisch gewünschten Weise verändern – vorausgesetzt, dass Le-

bensmittel mit einer günstigen Nährwertqualität tatsächlich in besonderem Maße nachgefragt werden. Für Lebensmittelunternehmen könnte das ein Anreiz sein, die Rezepturen ihres Sortiments zucker-, fett- und salzärmer zu gestalten. In den Niederlanden wurden derartige Effekte durch das dort zwischenzeitlich genutzte „Choice“-Label bereits beobachtet: Nach einer Evaluation von über 4000 entsprechend gekennzeichneten Produkten über einen Zeitraum von zehn Jahren verringerten sich die Gehalte an Natrium und Transfettsäuren in zehn von elf Produktkategorien signifikant. Auch die Gehalte an Energie, gesättigten Fettsäuren und zugesetztem Zucker nahmen signifikant ab, während der Gehalt an Ballaststoffen signifikant zunahm [38]. Ganz ähnliche Ergebnisse liefert auch eine Studie aus Australien anhand des dort genutzten Health-Star-Rating-Logos mit einer Stichprobe von über 15.000 Lebensmitteln und Getränken [39]. Bei aller Euphorie ist aber zu berücksichtigen, dass in beiden Studien jeweils nur die Nährwerteigenschaften erfasst wurden, die für die Nährwertkategorisierung innerhalb der Logos auch relevant sind. Bei einer Reformulierung können jedoch weitere Nährwertparameter wie Transfettsäuren oder mögliche Ersatzstoffe eine Rolle spielen [36]. Möglich ist es zudem, dass die Verbesserung einzelner Nährwerteigenschaften mit der Verschlechterung anderer, im Logo nicht erfasster Qualitätsfaktoren einhergeht, beispielsweise wenn Zucker durch Süßungsmittel ausgetauscht wird.

Fazit

Nährwertvergleiche von Lebensmitteln sind für viele Menschen beim Einkauf eine Herausforderung. Denn oft ist die Zeit knapp oder es fehlt die Muße, die detaillierten Nährwertinformationen in der verpflichtenden Nährwerttabelle zu studieren. Der Nutri-Score soll hier helfen: Das freiwillige System zur Nährwertkennzeichnung nimmt eine zusammenfassende Bewertung der Nährwertqualität in fünf Stufen vor. Er gibt auf einen Blick zu erkennen, ob ein Lebensmittel im Vergleich zu einem anderen derselben Kategorie einen günstigen oder weniger günstigen Nährwert hat. Das neue Label ist aufgrund seiner farblichen Gestaltung gut wahrnehmbar und wird EU-weit gut verstanden. Umfrageergebnisse aus Deutschland attestieren ihm eine hohe Verbraucherakzeptanz. Damit sind grundlegende Voraussetzungen dafür erfüllt, dass der Nutri-Score Verbrauchern bei einer gesünderen Lebensmittelauswahl helfen kann.

Diese These wird durch eine Reihe wissenschaftlicher Studien gestützt. Um allerdings das Ernährungsverhalten der Bevölkerungen nachhaltig in eine gesündere Richtung zu lenken, braucht es mehr als

ein gut verständliches Nährwertlabel. Denn das alltägliche Einkaufen und Essen wird maßgeblich von Routinen, der Qualität des Produktangebots, von persönlichen Geschmacksvorlieben und der Bequemlichkeit geprägt. Nährwertinformationen sind dabei nur ein kleines Zahnradchen unter vielen nötigen Angeboten – nicht mehr, aber eben auch nicht weniger.



Literatur

- Königstorfer J, Göppel-Klein A. Examining the use of nutrition labelling with photoelicitation. *Qualitative Market Research: An international Journal* 2010; 13 (4): 389–413
- Moorman C. A quasi experiment to assess the consumer and informational determinants of nutrition information processing activities: The case of the nutrition labelling and education act. *Journal of Public Policy & Marketing* 1996; 15 (1): 28–44
- Elmadfa I, Meyer A L. Front of Pack-Labeling als Beitrag zur Verbesserung des Ernährungsverhaltens. *Ernaehrungs Umschau international* 2019; 66 (8): 154–159
- Grunert KG, Wills J M. A review of European research of consumer response to nutrition information on food labels. *J Publ Health* 2007; 15: 385–399
- Bundeszentrum für Ernährung (BZfE). Europäische Wissenschaftler für verpflichtenden Nutri-Score. BZfE-Newsletter Nr. 12/21 vom 24.03.2021. Im Internet: www.bzfe.de/fileadmin/newsletter/2021/BZfE-Newsletter_Nr_12_vom_24_Maerz_2021.html (Zugriff vom 21.06.2021)
- Rayner M. Nutrient profiling for regulatory purposes. *Proc Nutr Soc.* 2017; 76 (3): 230–236. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0029665117000362>
- Department of Health. Policy paper. The nutrient profiling model. The nutrient profiling model. Published 14 January 2011. Im Internet: www.gov.uk/government/publications/the-nutrient-profiling-model (Zugriff vom 21.06.2021)
- Max Rubner-Institut (MRI). Beschreibung und Bewertung ausgewählter „front-of-pack“-Nährwertkennzeichnungs-Modelle. Stand: August 2019. Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/Lebensmittel-Kennzeichnung/MRI-Bericht-Naehrwertkennzeichnungs-Modelle.pdf?__blob=publicationFile&v=4 (Zugriff vom 21.06.2021)
- Edelenyi FS de, Egnell M, Galan P, Druesne-Pecollo N, Hercberg S, Julia C. Ability of the Nutri-Score front-of-pack nutrition label to discriminate the nutritional quality of foods in the German food market and consistency with nutritional recommendations. *Archives of Public Health* 2019; 77 (28). <https://doi.org/10.1186/s13690-019-0357-x>
- Edelenyi FS de, Egnell M, Galan P, Hercberg S, Julia C. Ability of the front-of-pack nutrition label Nutri-Score to discriminate nutritional quality of food products in 13 European countries and consistency with nutritional recommendations. 2010. Im Internet: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_eren_off_7_countries.pdf (Zugriff vom 21.06.2021)
- Dréano-Trécant L, Egnell M, Hercberg S, Galan P, Soudon J, Fialon M, Touvier M, Kesse-Guyot E, Julia C. Performance of the Front-of-Pack Nutrition Label Nutri-Score to Discriminate the Nutritional Quality of Foods Products: A Comparative Study across 8 European Countries. *Nutrients* 2020; 12 (5): 1303. doi: 10.3390/nu12051303
- Lebensmittelverband Deutschland e.V. Anpassungen bei Berechnung des Nutri-Score erforderlich. Pressemitteilung vom 03.12.2021. Im Internet: www.lebensmittelverband.de/de/presse/pressemitteilungen/pm-20191203-nutri-score-rahmenbedingungen-anpassungen (Zugriff vom 21.06.2021)
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Klöckner: Erste Schallmauer beim Nutri-Score durchbrochen. Pressemitteilung Nr. 20/2021 vom 15.02.2021. Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2021/20-erste-schallmauer-nutri-score-durchbrochen.html (Zugriff vom 21.06.2021)
- Meisterernt A. Unionsrechtliche Grundlagen und amtliche Überwachung des Nutri-Score. *Zeitschrift für das gesamte Lebensmittelrecht* 2020; 3: 293–303
- Santé publique France. Markensatzung zur Verwendung des Logos „Nutri-Score“. Nicht-amtliche Übersetzung der französischen Markensatzung zur Verwendung des Logos „Nutri-Score“ (Version 21 vom 16. Juni 2020). Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/Lebensmittel-Kennzeichnung/markensatzung.pdf;jsessionid=4373C07CAEBA058CF7167EA30AD69E3D.live852?__blob=publicationFile&v=3 (Zugriff vom 21.06.2021)
- Der Nutri-Score: Fragen und Antworten wissenschaftlicher und technischer Art. Deutsche Übersetzung des französischen Originals. Fassung



PKU GOLIKE mit
GOLIKE Shake
& Drink

*Einfach mischen,
einfach schütteln,
trinke es einfach!*

PKU GOLIKE ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei Phenylketonurie und Hyperphenylalaninämie. Es ist eine Phenylalanin-freie Aminosäuremischung in Granulatform.

In einem innovativen Verfahren, der **Physiomimic Technology™**, werden die Aminosäuren granuliert und ummantelt. Dies ermöglicht eine Freisetzung der Aminosäuren über einen verlängerten Zeitraum – ähnlich wie bei natürlichen Proteinen. Hierdurch verbessert sich die **physiologische Absorption** und der für Aminosäuren typische Geschmack und Geruch wird überdeckt und ein Nachgeschmack verhindert.



**SCHAU' DIR
UNSER VIDEO AN!**

www.golike-shake-and-drink.de



Vertrieb in Deutschland durch:
APR Applied Pharma Research Deutschland GmbH
Carl-Legien-Str. 15
D-63073 Offenbach
info@aprdeutschland.de
www.apr.ch



Unter ärztlicher Aufsicht verwenden



- vom 03.03.2021. Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/Lebensmittel-Kennzeichnung/faq-nutri-score-markeninhaber-in-dt-uebersetzung.pdf?__blob=publicationFile&v=4 (Zugriff vom 21.06.2021)
17. Deutscher Bundestag. Antwort der Bundesregierung auf die kleine Anfrage der Abgeordneten Verena Hartmann, Peter Felser, Franziska Gminder, weiterer Abgeordneter und der Fraktion der AfD. Drucksache 19/15925. Drucksache 19/16255 vom 30.12.2019
 18. Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Excel-Tabelle zur Berechnung des Nutri-Score – deutsche Übersetzung. Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/Lebensmittel-Kennzeichnung/nutri-score-dt-excel-berechnungstabelle.html (Zugriff vom 21.06.2021)
 19. Bio-Saft Mittelmaß, Cola-Light gut. taz, die tageszeitung. Beitrag vom 09.10.2020. Im Internet: <https://taz.de/Biohaendler-kritisieren-Nutri-Score/!5719188/> (Zugriff vom 21.06.2021)
 20. Nagle MG, Osorio D. The tuning of human photopigments may minimize red-green chromatic signals in natural conditions. *Proc Biol Sci.* 1993; 252: 209–213
 21. Vasiljevic M, Pechey R, Marteau TM. Making food labels social: the impact of colour of nutritional labels and injunctive norms on perceptions and choice of snack foods. *Appetite* 2015; 91: 56–63. doi: 10.1016/j.appet.2015.03.034
 22. Egnell M, Talati Z, Hercberg S, Pettigrew S, Julia C. Objective Understanding of Front-of-Package Nutrition Labels: An International Comparative Experimental Study across 12 Countries, *Nutrients*. 2018; 10: 1542. doi: 10.3390/nu10101542
 23. Egnell M, Talati Z, Pettigrew S, Galan P, Hercberg S, Julia C. Vergleich von Front-of-Pack-Kennzeichnungen zur Aufklärung deutscher VerbraucherInnen über den Nährwert von Lebensmitteln. *Ernaehrungs Umschau international* 2019; 66 (5): 76–84. Im Internet: www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/pdf_2019/05_19/EU05_2019_M260_M268.pdf [Zugriff vom 21.06.2021]
 24. Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Ergebnis der Verbraucherbeteiligung liegt vor: Bundesministerin Julia Klöckner wird Nutri-Score® einführen. Pressemitteilung Nr. 197/2019 vom 30.09.2020. Im Internet: www.bmel.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2019/197-erweiterte-naehrwertkennzeichnung.html (Zugriff vom 21.06.2021)
 25. Foodwatch. Umfrage: Neun von zehn Verbrauchern für Nutri-Score. Meldung vom 06.11.2020. Im Internet: www.foodwatch.org/de/aktuelle-nachrichten/2020/neun-von-zehn-verbrauchern-fuer-nutri-score/ (Zugriff vom 21.06.2021)
 26. Group of European scientists supporting the implementation of Nutri-Score in Europe. Call from European scientists to implement Nutri-Score in Europe, a simple and transparent front-of-pack food label with rigorous scientific support, intended to guide dietary choices and thus contribute to chronic disease prevention. 16.03.2021. Im Internet: <https://nutriscore.blog/2021/03/16/call-from-european-scientists-to-implement-nutri-score-in-europe-a-simple-and-transparent-front-of-pack-food-label-with-rigorous-scientific-support-intended-to-guide-dietary-choices-and-thus-contrib/> (Zugriff vom 21.06.2021)
 27. Santé publique France. Le Nutri-Score, un repère utile pour connaître la qualité nutritionnelle d'un produit pour plus de 9 Français sur 10. Meldung vom 05.01.2021. Im Internet: www.santepubliquefrance.fr/presse/2021/le-nutri-score-un-repere-utile-pour-connaître-la-qualite-nutritionnelle-d-un-produit-pour-plus-de-9-francais-sur-10 (Zugriff vom 21.06.2021)
 28. Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. Hilfestellung für Unternehmen – Einführung des Nutri-Score. Im Internet: www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittel-kennzeichnung/freiwillige-angaben-und-label/nutri-score/naehrwertkennzeichnung-hilfestellungen.html (Zugriff vom 21.06.2021)
 29. Bund für ökologische Lebensmittelwirtschaft (BÖLW). BÖLW-Stellungnahme zur Einführung des NutriScore in Deutschland. Im Internet: www.boelw.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Weitere/201012_B%C3%96LW_Stellungnahme_NutriScore.pdf (Zugriff vom 21.06.2021)
 30. Bundesverband Naturkost Naturwaren. Nutri-Score benachteiligt Bio: BNN startet Kampagne im Naturkostfachhandel. Meldung vom 22.04.2021. Im Internet: <https://n-bnn.de/aktuelles/22042021-nutri-score-benachteiligt-bio-bnn-startet-kampagne-im-naturkostfachhandel> (Zugriff vom 21.06.2021)
 31. Grunert KG, Fernández-Celemin L, Wills JM, Storcksdieck S. genannt Bonsmann, Nureeva L. Use and understanding of nutrition information on food labels in six European countries, *Z Gesundsh Wiss.* 2010; 18 (3): 261–277, doi: 10.1007/s10389-009-0307-0
 32. Talati Z, Pettigrew S, Kelly B, Ball K, Dixon H, Shilton T. Consumers' responses to front-of-pack labels that vary by interpretive content, *Appetite*. 2016; 101: 205–213. doi: 10.1016/j.appet.2016.03.009
 33. Ducrot P, Julia C, Méjean C, Kesse-Guyot E, Touvier M, Fezeu L, Hercberg S, Péneau S. Impact of Different Front-of-Pack Nutrition Labels on Consumer Purchasing Intentions: A Randomized Controlled Trial, *Am J Prev Med* 2016; 50 (5): 627–636. doi: 10.1016/j.amepre.2015.10.020
 34. Julia C, Blanchet O, Méjean C, Péneau S, Ducrot P, Allès B, Fezeu L K, Touvier M, Kesse-Guyot E, Singler E, Hercberg S. Impact of the front-of-pack 5-colournutrition label (5-CNL) on the nutritional quality of purchases: an experimental study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2016; 13: 101. DOI 10.1186/s12966-016-0416
 35. Cecchini M, Warin L. Impact of food labelling systems on food choices and eating behaviours: a systematic review and meta-analysis of randomized studies, *obesity reviews* 2016; 17: 201–210
 36. EU-Kommission. Bericht der Kommission an das Europäische Parlament und den Rat über die Verwendung zusätzlicher Formen der Angabe und Darstellung der Nährwertdeklaration, COM (2020) 207 final. Im Internet: <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2020:0207:FIN:DE:PDF> (Zugriff vom 21.06.2021)
 37. Egnell M, Crosetto P, d'Almeida T et al. Modelling the impact of different front-of-package nutrition labels on mortality from non-communicable chronic disease. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2019. doi 10.1186/s12966-019-0817-2
 38. van der Bend DLM, Jansen L, van der Velde G, Blok V. The influence of a front-of-pack nutrition label on product reformulation: A ten-year evaluation of the Dutch Choices programme, *Food Chem: X* 2020; 6. doi: 10.1016/j.fochx.2020.100086
 39. Ni Mhurchu C, Eyles H, Choi Y-H. Effects of a Voluntary Front-of-Pack Nutrition Labelling System on Packaged Food Reformulation: The Health Star Rating System in New Zealand, *Nutrients*. 2017; 9 (8): 918; doi: 10.3390/nu9080918

Dr. jur. Christina Remppe

Staatlich geprüfte Lebensmittelchemikerin, Fachautorin für Lebensmittelrecht, Lebensmittelkunde und Ernährungsbildung, Berlin