

Der Nutri-Score unter der Lupe

Auf den Verpackungen liefern die Zutatenliste und die Nährwertdeklaration detaillierte Informationen über die Produkte. Diese Angaben sind jedoch nicht einfach zu verstehen und viele Verbraucherinnen und Verbraucher lesen sie gar nicht erst.

Um ihnen eine bewusste Entscheidung zu ermöglichen, war die Idee, eine vereinfachte Kennzeichnung auf der Vorderseite der Verpackung anzubringen. So werden die alten Produktinformationen und die Ernährungsempfehlungen der Lebensmittelpyramide nicht ersetzt, sondern ergänzt.



Diese vereinfachte Nährwertkennzeichnung auf der Vorderseite der Verpackung hilft den Verbraucherinnen und Verbrauchern, Produkte einer Kategorie schnell und auf einen Blick zu vergleichen und eine gesunde oder gesündere Wahl zu treffen (z. B. zwischen 2 Joghurts oder 2 Lasagnen zu wählen, siehe nebenstehendes Beispiel). Gleichzeitig regt es die Hersteller dazu an, die Ernährungsqualität ihrer Produkte zu verbessern und ein gesünderes Angebot zu haben.

In der Schweiz hat sich das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV im September 2019 für den französischen Nutri-Score ausgesprochen, der in Frankreich und 5 weiteren Ländern nach dem Prinzip der Freiwilligkeit verwendet wird (Belgien, Deutschland, Luxemburg, Niederlande und Spanien). Im Februar 2021 beschlossen diese 7 Länder, einen Lenkungsausschuss zu gründen, der jedes Land repräsentiert, um die Einführung des Nutri-Scores zu koordinieren und zu erleichtern. Seit diesem Jahr sind in der Schweiz 56 Marken (ca. 1300 Produkte) mit dem Nutri-Score gekennzeichnet, weitere werden folgen.

Nutri-Score ist eine grafische Orientierungshilfe, die auf einer Skala von 5 Farben (von dunkelgrün bis dunkelorange) basiert, die mit Buchstaben von A ("beste Nährwertqualität") bis E ("schlechteste Nährwertqualität") verbunden sind. Der Nutri-Score berücksichtigt pro 100 g Produkt Nährstoffe, deren übermäßige Aufnahme der Gesundheit schaden (wie Salz, Zucker und gesättigte Fettsäuren), und positive Nährstoffe (wie Eiweiß, Ballaststoffe und auch die Menge an Obst, Gemüse oder Hülsenfrüchten), die in der Rezeptur enthalten sind. Er berücksichtigt auch den Energiegehalt des Produkts (Kalorien). Der Grad der Verarbeitung des Produkts oder das Vorhandensein von Pestiziden werden hingegen nicht berücksichtigt. Neben dieser Punktzahl bleibt als zusätzlicher Ratschlag für Verbraucherinnen und Verbraucher, lokal und saisonal einzukaufen und wenn möglich darauf zu achten, ob die Produkte umweltfreundlich produziert wurden.

Referenzen: www.blv.admin.ch ; www.sge-ssn.ch ; www.solidarites-sante.gouv.fr ;
www.mangerbouger.fr ; www.frc.ch