

Inhaltsangaben auf Lebensmittel-Verpackungen lügen nicht

Damit sie überleben können, müssen Nahrungsmittelkonzerne Gewinne schreiben. Deshalb liegt ihnen mehr am Verkauf von Produkten als an der Gesundheit der Konsumenten. Doch Gesundes verkauft sich gut.

↳ Also preisen die Hersteller ihre Pausenriegel, Müesli- und Energiegetränke in den höchsten Tönen. Ob die schrille und modische Verpackung wohl über den wahren Wert hinwegtäuschen soll? Hier lohnt sich kritisches Hinterfragen!

↳ Ein Blick auf die Inhaltsangabe der Verpackung entlarvt vermeintliche Wellness-Lebensmittel als Mogelpackungen: Neben einer «Extraportion Milch» liefert mancher Riegel auch grosse Mengen an Fett; «gesund naschen» heisst in Wahrheit Zucker tanken. Kein Wunder, Fettes und Süsses schmeckt und lässt sich erst noch billig herstellen.

↳ Ideal für den kleinen Hunger zwischendurch sind hingegen Früchte und Gemüse. Statt flotter Sprüche und modischem Kleid sprechen für sie harte Fakten. Mit ihren wertvollen Inhaltsstoffen und ihrem unvergleichlichen Geschmack tun sie dem Menschen seit Jahrtausenden Gutes.