



RAN AN DEN SPECK

TEST Schinkenspeck.

Wir haben 32 Schinkenspeck-, Karree- und Rohschinkenprodukte getestet. In den meisten Fällen stimmte die Qualität. Vier Proben, darunter zwei Lachsschinken, konnten jedoch nicht überzeugen.

Schinkenspeck und Rohschinken sind für viele ein unverzichtbarer Bestandteil einer guten Jause. Wir haben insgesamt 32 Produkte, darunter Schinkenspeck, Karree, Schwarzwälder Schinken sowie Roh- und Lachsschinken auf Herz und Nieren geprüft. 16 Produkte trugen das AMA-Gütesiegel, fünf stammten aus biologischer Landwirtschaft und elf waren mit einer geschützten geografischen Angabe (g.g.A.) versehen. Die Qualität kann sich durchaus sehen lassen, neunmal vergaben wir ein „sehr gut“, 13-mal ein „gut“. Sechs Produkte erhielten eine durchschnittliche Bewertung. Sie wiesen zwar Mängel auf, diese waren jedoch nicht so gravierend, dass Zweifel an ihrer Genusstauglichkeit aufkamen.

Gravierende Mängel

Nicht den Ansprüchen genügte das mit „weniger zufriedenstellend“ bewertete „Leichte Karree“ der Marke „Ich bin

Österreich“. Grund dafür war ein sehr hoher Nitratgehalt. Im Gutachten des untersuchenden Labors wird dem Hersteller dringend eine Kontrolle des Kaliumnitratzusatzes sowie eine Kontrolle des Nitratgehaltes der zugesetzten Gewürze empfohlen. Die beiden Bio-Lachsschinken der Marken Hütthaler und Spar Natur pur sowie der „Rauchschinken geschnitten“ von Emmerberger fielen komplett durch. Dem Lachsschinken sprachen die Gutachter:innen die Genusstauglichkeit ab. Zum Hütthaler Bio-Lachsschinken heißt es: „Ein derart beschaffenes Lebensmittel ist für den menschlichen Verzehr ungeeignet.“ Das Produkt von Spar Natur pur wies einen erhöhten Gehalt an Enterobacteriaceae und E. coli auf. Zudem wurden Listerien nachgewiesen. Die Probe des Rauchschinkens von Emmerberger wies sichtbaren Schimmelbefall auf. Dieses Produkt ist laut Gutachten ebenfalls nicht genusstauglich.

Einkauf September 2022

Die getesteten Proben wurden im September 2022 eingekauft. Das teuerste Produkt im Test war mit 4,84 Euro pro 100 Gramm das „Feine Karree leicht“ der Marke Handl Tyrol. Am wenigsten kosteten mit 1,20 Euro pro 100 Gramm die Schwarzwälder Schinken von Wein und Jeden Tag. 25 der Produkte wurden in Österreich verpackt, sechs in Deutschland und eines in Südtirol. Die Produkte kamen aus insgesamt 15 Betrieben. Die meisten Proben tragen das Identitätszeichen von Handl Tyrol (9), gefolgt von Franz Krainer (4), Hütthaler (3) sowie Bell Deutschland (3). Drei Produkte (Zurück zum Ursprung, Schinkenspeck und Karree sowie Schinkenspeck Tichy)

kommen mit sehr wenig Zutaten aus. Sie enthalten nur Schweinefleisch, Speisesalz, Gewürze bzw. Buchenrauch. Beim Rest ist die Zutatenliste deutlich länger. Meist kommt der Konservierungsstoff Natriumnitrit dazu, häufig werden auch Natriumascorbat oder Dextrose zugesetzt.

Nutri- und NOVA-Score

Wie bei Lebensmitteltests bereits seit einiger Zeit üblich, haben wir anhand der deklarierten Nährwerte den Nutri-Score (siehe KONSUMENT 8/2022 Fertigpizza) jedes einzelnen Produktes berechnet. Wenig überraschend weisen fast alle Proben die sehr ungünstigen Nutri-Scores E bzw. D auf und sollten deshalb nur selten konsumiert werden. Verstärkt wird diese Einschätzung durch den ebenfalls von uns berechneten

Alle Anbieter gaben Auskunft zur Herkunft des Fleisches

NOVA-Score. Dieser gibt den Verarbeitungsgrad eines Lebensmittels an. Er reicht von 1 (unverarbeitet bzw. minimal verarbeitet) bis 4 (hochverarbeitet). Verschiedene Ernährungsstudien belegen mittlerweile, dass die Ernährungsqualität mit dem Verarbeitungsgrad sinkt. Zudem steigt das Risiko für Krankheiten wie Adipositas, Diabetes, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Depressionen signifikant an. Manche Studien sehen auch einen Zusammenhang mit einem erhöhten Krebsrisiko.

Foto: beats/Shutterstock.com



Deshalb sollte man Lebensmittel mit dem NOVA-Score 4, was auf 27 Produkte in diesem Test zutrifft, möglichst selten konsumieren.

Herkunft und Zusammensetzung

Da die Frage der Herkunft von Lebensmitteln für Verbraucher:innen immer wichtiger wird, haben wir alle Anbieter um Auskunft hinsichtlich der Herkunft des im jeweiligen Produkt verarbeiteten Schweinefleisches ersucht. Abgefragt wurde, wo die Tiere geboren, gemästet und geschlachtet wurden. Positiv zu vermerken ist, dass wir in allen Fällen Auskunft erhielten. In 25 Produkten wurde ausschließlich Fleisch von Tieren verwendet, die in Österreich geboren, gemästet und geschlachtet worden sind. Was die Zusammensetzung der Produkte angeht, interessierten uns besonders die Fett- und Salzgehalte. Beim Fett ergab die Analyse Gehalte zwischen 1,4 und 37,2 Prozent. Am wenig-

sten Fett steckte im Lachsschinken von Spar Natur pur und im „Feinen Karree leicht“ von Handl. Die fettreichsten Produkte im Test waren der Bio-Karreespeck von Spar Natur pur und der Schinkenspeck von Greisinger. Der analysierte Salzgehalt reicht von 0,62 bis 7,25 Prozent. Verhältnismäßig salzarm waren die getesteten Lachsschinken, am meisten Salz war im Schinkenspeck von Tann enthalten. Ebenfalls sehr salzhaltig waren die Produkte von Dulano, Wein, Greisinger (Karree), Karnerta und Hiess. Verzehrt man 100 Gramm dieser Produkte, nimmt man mehr Salz zu sich, als die Weltgesundheitsorganisation pro Tag für zuträglich erachtet.

Nitrat und Nitrit

Der Nitritgehalt lag bei allen Proben unter der Nachweisgrenze. In drei Viertel der Produkte war Nitrat nachweisbar. Dieses stammt aus dem verwendeten Pökelsalz. Den höchsten Gehalt fanden

wir mit 344 mg/kg im „Leichten Karree“ von Ich bin Österreich. Zu diesem Produkt gab es im Gutachten auch eine entsprechende Anmerkung.

Lagertemperatur

Einmal mehr stellten wir fest, dass die Kühlung der Produkte teilweise zu wünschen übrig lässt. In insgesamt zehn Fällen ergaben unsere Messungen eine höhere Lagertemperatur als empfohlen. Die größte Überschreitung mit plus 1,9 Grad Celsius ermittelten wir in einer Filiale von Billa plus beim Karree von Hofstädter.

Kennzeichnung

Die meisten Mängel stellten wir bei der Kennzeichnung fest. Nur sechs der 32 getesteten Produkte erfüllten die Vorgaben der LMIV uneingeschränkt. Teilweise waren etwa enthaltene Zutaten gar nicht aufgeführt. Besonders häufig kam es zu starken Abweichungen zwischen deklariertem und enthaltenem Salz- oder Fettgehalt. Bei manchen Produkten waren die Etiketten kaum lesbar bzw. war die Angabe des Mindesthaltbarkeitsdatums verwirrend.

KONSUMENT-Tipps

Selten genießen. Schinkenspeck & Co haben meist einen Nutri-Score D oder E. Sie weisen somit eine ungünstige Nährwertzusammensetzung auf. Außerdem sind die Produkte in der Regel ultra-hochverarbeitet. Deshalb sollten sie nur sehr selten genossen werden.

Fett- und Salzgehalt. Verlassen Sie sich nicht auf die deklarierten Fett- und Salzgehalte. Bei rund zwei Dritteln der Produkte stellten wir teilweise erhebliche Abweichungen zu den gemessenen Werten fest.

MHD nicht ausreizen. Unsere Untersuchungen legen nahe, mit dem Konsum der Produkte nicht bis zum Ende des angegebenen Mindesthaltbarkeitsdatums zu warten. Etwa beide Lachsschinkenproben waren am Ende des MHD verdorben.

Bio ist im Vorteil. Bioprodukte haben mehrere Vorteile gegenüber konventionellen Produkten. Die Haltung der Tiere ist artgerechter, es darf kein gentechnisch verändertes Soja verfüttert werden und bestimmte problematische Zusatzstoffe sind nicht erlaubt. Zudem sind Bioprodukte nicht zwangsläufig teurer als Markenprodukte.

MEHR ZUM THEMA

Die Testkriterien finden Sie auf [konsument.at/schinken23](https://www.konsument.at/schinken23).

Als Abonnent:in bzw. bei Kauf eines 24-h-Tickets haben Sie Zugriff auf die Stellungnahmen der Anbieter mit weniger bzw. nicht zufriedenstellendem Testergebnis sowie weitere Informationen zum Thema.

Dieser Test entstand in Kooperation mit der AgrarMarkt Austria (AMA).



Abbildungsnummer	Marke	Name	Preis/100 g in €	Gekauft bei	TESTURTEIL	Verpackendes Unternehmen	Füllmenge in g	Aus biologischer Landwirtschaft	AMA-Gütesiegel oder AMA-Biosiegel	g.g.A. Produkt
					Erreichte von 100 Prozentpunkten					
SCHINKENSPECK										
1	Hofer ¹⁾	Tiroler Speck g.g.A. Schinkenspeck	2,39	H	sehr gut (84)	Handl Tyrol	150		✓	✓
2	Zurück zum Ursprung	Schinkenspeck	4,74	H	sehr gut (81)	Franz Krainer	80	✓	✓	
3	Christanell	Südtiroler Speck g.g.A.	3,32	Gur	sehr gut (80)	Christanell	90			✓
	Greisinger	Schinkenspeck	2,35	Mt	gut (79)	Greisinger	500			
	Hiess	Weinviertler Schinkenspeck	3,29	Gur	gut (79)	Hiess	100			
	Abraham	Milder Schinkenspeck	2,46	Tg	gut (78)	Bell Deutschland	80			
	Karnerta	AMA Schinkenspeck geschnitten	2,00	K	gut (71)	Karnerta	520		✓	
	Tann	Schinkenspeck	2,39	I	gut (69)	Spar Föderlach	100			
	Wiesentaler	Tiroler Speck g.g.A. Schinkenspeck	2,39	L	durchschnittlich (50)	Handl Tyrol	100		✓	✓
	Handl Tyrol	Tiroler Speck g.g.A.	3,89	Bp	durchschnittlich (50)	Handl Tyrol	100		✓	✓
	Frierss	Kärntner Schinkenspeck	3,49	Gur	durchschnittlich (40)	Frierss	100			
	Tichy	Schinkenspeck	3,59	Bl	durchschnittlich (40)	Franz Krainer	100			
	Emmerberger	Rauchschinken geschnitten	4,79	Bl	nicht zufriedenst. (0)	Emmerberger	150			
KARREE										
4	Spar Natur pur	Bio-Karree-Speck	4,75	I	sehr gut (88)	Hütthaler	80	✓	✓	
5	Wiesentaler	Tiroler Speck g.g.A. Karreespeck	2,39	L	sehr gut (87)	Handl Tyrol	100		✓	✓
6	Handl Tyrol	Tiroler Speck g.g.A. Karreespeck	3,89	Bp	sehr gut (81)	Handl Tyrol	100		✓	✓
	Ich bin Österreich	Tiroler Speck g.g.A. Karreespeck	2,39	Pe	gut (76)	Handl Tyrol	150		✓	✓
	Arlberger New Lifestyle ¹⁾	Leichtes Karree Zitronenpfeffer	2,99	H	gut (75)	Handl Tyrol	90		✓	
	Zurück zum Ursprung	Karree rose	4,74	H	gut (74)	Franz Krainer	80	✓	✓	
	Hofstädter	Karreespeck	2,79	Bp	gut (71)	Franz Krainer	100		✓	
	Handl Tyrol	Feines Karree leicht	4,84	Bp	gut (69)	Handl Tyrol	70		✓	
	Greisinger	Karree Speck	3,99	MP	durchschnittlich (40)	Greisinger	100			
	Ich bin Österreich	Leichtes Karree	2,99	Pe	weniger zufriedenst. (25)	Handl Tyrol	90		✓	
SCHWARZWÄLDER SCHINKEN										
7	Wein	Schwarzwälder Schinken	1,20	H	sehr gut (83)	Hermann Wein	200			✓
8	Abraham	Schwarzwälder Schinken	1,86	Bp	sehr gut (83)	Bell Deutschland	80			✓
	Jeden Tag	Schwarzwälder Schinken	1,20	MP	gut (76)	Bell Deutschland	200			✓
	Tannenhof	Schwarzwälder Schinken	1,35	Mt	durchschnittlich (40)	Tannenhof	200			✓
ROHSSCHINKEN										
9	Gourmet	Steirischer Vulkanland Prosciutto	2,89	H	sehr gut (80)	Loidl	100		✓	
	Spar Premium	Steirischer Prosciutto	4,11	I	gut (76)	Loidl	80			
	Dulano	Luftgetrockneter Landschinken	1,50	L	gut (70)	TFB ⁴⁾	200			
LACHSSCHINKEN										
	Hütthaler	Bio-Lachsschinken	3,74	Gur	nicht zufriedenst. (0)	Hütthaler	80	✓		
	Spar Natur pur	Bio-Lachsschinken	3,74	I	nicht zufriedenst. (0)	Hütthaler	80	✓	✓	

Bei gleicher Punktezahl Reihung nach Preis/100 g in €.

Zeichenerklärung: ✓ = ja Bl = Billa, Bp = Billa Plus, Gur = Gurkerl, H = Hofer, I = Interspar, K = Karnerta, L = Lidl, MP = MPPreis, Mt = Metro, Pe = Penny, Tg = Transgourmet
AT = Österreich, BE = Belgien, DE = Deutschland, DK = Dänemark, NL = Niederlande ¹⁾ Produktumstellung; neu unter der Bezeichnung Arlberger erhältlich

²⁾ kein AMA-Gütesiegel oder AMA-Biosiegel ³⁾ führt zur Abwertung ⁴⁾ The Family Butchers Germany

DIE BESTEN IM TEST

LAGERTEMPERATUR	5 %	AUSKUNFT HERKUNFT	geboren (Schwein)	gemästet und geschlachtet (Schwein)	NUTRI-SCORE	5 %	ZUSAMMENSETZUNG	MIKROBIOLOGIE	SENSORIK ENDE MINDESTHALTBARKEIT	BESCHAFFENHEIT	5 %	KENNZEICHNUNG	10 %
	10 %					NOVA					10 %		10 %
++	++	AT	AT	AT	E	4	++	++	++	++	+	+	
++	++	AT	AT	AT	E	3	+	++	++	++	++	-	
++	++	DE	DE	DE	E	4	++	++	++	++	++ ²⁾	-	
++	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	++	++	++ ²⁾	-	
++	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	++	++	++ ²⁾	-	
++	++	DE, NL, DK, BE	DE, NL, DK, BE	DE, NL, DK, BE	D	4	+	++	+	++	- ²⁾	++	
++	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	+	++	+	-	
o	++	AT	AT	AT	E	4	-	+	++	++	++ ²⁾	-	
++	++	AT	AT	AT	E	4	+	- ³⁾	++	o	+	-	
o	++	AT	AT	AT	E	4	++	- ³⁾	++	o	-	++	
++	++	AT	AT	AT	D	4	+	++	++	++	++ ²⁾	- ³⁾	
++	++	AT	AT	AT	D	3	+	++	++	++	++ ²⁾	- ³⁾	
++	++	AT	AT	AT	D	3	-	++	+	- ³⁾	- ²⁾	- ³⁾	
o	++	AT	AT	AT	E	4	++	++	++	++	++	++	
++	++	AT	AT	AT	E	4	++	++	++	++	o	++	
++	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	+	++	++	-	
++	++	AT	AT	AT	E	4	++	++	+	++	++	-	
++	++	AT	AT	AT	D	4	++	++	+	++	++	-	
++	++	AT	AT	AT	D	3	-	++	+	++	++	-	
-	++	AT	AT	AT	D	4	+	++	+	++	++	-	
o	++	AT	AT	AT	D	4	+	++	o	++	+	-	
++	++	AT	AT	AT	E	4	o	++	+	++	++ ²⁾	- ³⁾	
++	++	AT	AT	AT	D	4	+	++	+	- ³⁾	o	-	
++	++	DE, NL, DK, BE	DE	DE	E	4	+	++	+	++	++ ²⁾	++	
+	++	DE, NL, DK, BE	DE, NL, DK, BE	DE, NL, DK, BE	D	4	++	++	+	++	++ ²⁾	++	
++	++	DE, NL, DK	DE, NL, DK	DE, NL, DK	D	4	+	++	+	++	++ ²⁾	-	
++	++	DE	DE	DE	D	4	+	++	o	++	++ ²⁾	- ³⁾	
+	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	++	++	++	-	
o	++	AT	AT	AT	E	4	+	++	++	++	++ ²⁾	-	
++	++	DE	DE	DE	D	4	o	+	++	++	- ²⁾	-	
++	++	AT	AT	AT	D	3	+	o	- ³⁾	- ³⁾	- ²⁾	-	
o	++	AT	AT	AT	C	3	+	- ³⁾	- ³⁾	- ³⁾	o	-	

Beurteilungsnoten: sehr gut (++) , gut (+) , durchschnittlich (o) , weniger zufriedenstellend (-) , nicht zufriedenstellend (- -)
Prozentangaben = Anteil am Endurteil
Preise: September 2022



1



2



3



4



5



6



7



8



9