



TEST DIÄTDRINKS

Es ist mal wieder so weit: Die fetten Tage sind vorbei, und jetzt sollen die überschüssigen Pfunde wieder runter. Gute Idee, meinen wir. Von Diätdrinks müssen wir jedoch abraten. Die besten Produkte im Test sind gerade einmal „befriedigend“.

Von Birgit Hinsch

Katja Ebstein hat es gesungen: „Wunder gibt es immer wieder, heute oder morgen, können sie geschehen ...“, vor fast 50 Jahren. Das ist lange her. Doch auch heute sind Wunder jederzeit willkommen und erwünscht, ganz besonders, wenn es um das schwierige Thema „Abnehmen“ geht.

Dass Diätdrinks von heute auf morgen schlank machen, versprechen die Hersteller dieser Produkte zwar nicht. Aber sie vermitteln schon den Eindruck, dass es ganz leicht ist. „Einfach weil es funktioniert“ heißt es etwa bei Marktführer Almased. Die Firma Duria Global nennt ihr Produkt vielsagend „Easy Slim“ und Anbieter Allpharm verspricht auf seinem Slimfast-Pulver: „Unser Plan ist einfach und er funktioniert – wie Studien belegen!“

*Abnehmen mit Diätshakes?
Das ist nur scheinbar einfach.*

Tatsächlich bestehen die Diätdrinks hauptsächlich aus eiweißhaltigen Pulvern, Honig, Süßstoffen, Vitaminen und Mineralstoffen. Angerührt in Wasser oder Milch liefern sie verzehrfertige 200 bis 400 Kilokalorien (kcal) pro Mahlzeit. Zurzeit noch. Denn ab September 2019 ist Schmalhans strenger. Dann dürfen es nur noch 200 bis 250 kcal sein. Das Versprechen der Pulver: Ersetzen sie zwei der täglichen Hauptmahlzeiten, tragen sie zu einer Gewichtsabnahme bei. Ersetzen sie eine der täglichen Hauptmahlzeiten,

tragen sie zum Gewichtserhalt nach der Diät bei. So weit, so realistisch. Denn die beiden Aussagen hat die EU offiziell abgesegnet und als Health Claim zugelassen. Mit einer riesengroßen Einschränkung: Das Ganze funktioniert nur, wenn man sich ohnehin kalorienarm ernährt. Dieser Wortlaut muss deshalb so auch auf den Pulverdosen stehen.

Ernüchternd. Fast zwei Drittel der Produkte fallen mit Pauken und Trompeten durch. Sie sind „mangelhaft“ oder „ungenügend“. Trotzdem zeigt sich im Vergleich zu unserem Test von 2016 ein leicht verbessertes Bild: Denn erstmals gibt es auch „befriedigende“ Urteile.

Mineralöl inklusiv. Neu ist auch, dass wir die Produkte auf die gesättigten Kohlenwasserstoffe MOSH/POSH sowie MOAH untersuchen ließen. Das Ergebnis fällt unterschiedlich aus. Während vier

Drinks gar nicht oder nur mit Spuren belastet sind, weisen drei Produkte „sehr stark erhöhte“ Gehalte von MOSH/POSH auf. Immerhin: Die problematischeren MOAH hat das Labor nicht nachgewiesen.

Extrem hoch ist die Belastung hingegen im *Alsiroyal Diät-Drink*. Er enthält 60-mal so viel an MOSH/POSH, wie wir als „sehr stark erhöht“ ansehen. Anbieter Alsitan führt die hohen MOSH-Gehalte auf ein Weißöl zurück, das bei der Herstellung verwendet wurde. Diese sogenannten Weißöle sind für den Kontakt mit Lebensmitteln zugelassen, etwa zum Schmierem von Maschinen. Sie dürfen jedoch nicht in größeren Mengen in die Lebensmittel übergehen. Laut Alsitan sind diese Öle unbedenklich. Wenn Verbraucher aber durch den Verzehr dieses Drinks bis zu 16,6 Milligramm MOSH/POSH am Tag aufnehmen, dann ist das alles anderes

ÖKO-TEST RÄT

- ▶ Diätdrinks können bestenfalls den Einstieg in kalorienärmere Ernährungsgewohnheiten unterstützen. Wir können am ehesten die „befriedigenden“ Produkte von Dm, Layenberger und Aldi empfehlen. Sie sind nahezu schadstofffrei und zudem die preisgünstigsten im Test.
- ▶ Wenn Sie keinen dauerhaften Erfolg haben oder immer wieder neu starten mit Abnehmpulvern, sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder suchen Sie eine professionelle Ernährungsberatung auf.

TITEL // TEST DIÄTDRINKS

ÖKO-TEST

„Diät Drinks sind schlicht überflüssig. Denn sie helfen nicht dabei, kalorienärmere Ernährungsgewohnheiten zu erlernen. Sie erwecken sogar den Eindruck, abnehmen sei leicht. Wer sich darauf verlässt, hat sein altes Gewicht schnell wieder.“

Foto: Anja Wägele



Birgit Hirsch, ÖKO-TEST-Redakteurin.

als akzeptabel. Fakt ist, dass sich MOSH in verschiedenen Organen anreichern und im Tierversuch zu Schäden an der Leber geführt haben.

POSH sind noch wenig erforscht. Wir bewerten sie wie MOSH, da sie diesen strukturell ähnlich sind und deshalb möglicherweise ähnlich wirken. Im Labor lassen sie sich nicht sicher von MOSH trennen. Gesetzliche Grenzwerte gibt es bislang nicht. Unabhängig davon sollte

Nährstoffe müssen in bestimmten Mengen enthalten sein. Bio-Anbieter Trinkkost macht es besser und reichert sein Produkt auf natürliche Weise an, mit getrocknetem und gemahlenem Obst und Gemüse sowie Nüssen.

Viermal Gentechnik. In den sojabasierten Pulvern von Alsitán, Almased, Rossmann und Certmedica International stecken Spuren von gentechnisch veränderter Soja-DNA. Wir bewerten streng, weil

*In den meisten Pulvern stecken Vitamine aus dem Chemielabor.
Nur der Bio-Anbieter packt stattdessen Fruchtpulver in den Drink.*

Alsitán sein Produkt dringend verbessern. Bis dahin können wir nur abraten.

Reines Kunstprodukt. Wer diese Produkte konsumiert, kommt kaum an umstrittenen Zusätzen vorbei. Einige Hersteller zeigen, dass es besser geht. So verzichten Aldi Nord und Naturwohl Pharma in ihren „befriedigenden“ Drinks auf überflüssige Aromen und Süßstoffe.

Anders verhält es sich mit der Zugabe von Vitaminen und Mineralstoffen: Diese

die umstrittene Technologie mit ökologischen Risiken verbunden ist und sich nicht kontrollieren lässt – wie die Funde einmal mehr zeigen. Rechtlich handelt es sich um technisch unvermeidbare Verunreinigungen. Würden die Hersteller Gentech-Soja einsetzen, müssten sie dies auf dem Etikett kennzeichnen.

Anwendungshinweise bitte! Diät Drinks können die Gewichtsabnahme unterstützen. Allerdings gibt es einiges zu beach-



Weniger essen: Das ist für Menschen, die abnehmen wollen und zuvor große Portionen verzehrt haben, die richtige Strategie. Auch wichtig: gesunde Lebensmittel auswählen und möglichst schonend und kalorienarm zubereiten.



Foto: [M] imago/Westend61

ten, damit keine Probleme auftreten. Aus diesem Grund haben wir zusammen mit dem Adipositasexperten Professor Hans Hauner einen Katalog mit fünf wünschenswerten Anwendungshinweisen erarbeitet. Fehlen diese Hinweise oder sind sie nur in Teilen vorhanden, sehen wir das als Mangel.

1. Zubereitung erklären: Erste Bedingung ist, dass die Hersteller auf der Verpackung die Zubereitung verständlich erklären.

2. Fragen Sie Ihren Arzt. Sehr wichtig finden wir den Hinweis, sich vorab ärztlich beraten zu lassen. Insbesondere Menschen mit Diabetes oder Bluthochdruck müssen gegebenenfalls ihre Medikamente anpassen, wenn sie abnehmen. Aber auch diejenigen, die die Produkte über längere Zeit einsetzen oder sehr viel Gewicht verlieren wollen, sollten vorsorglich einen Arzt hinzuziehen. Dazu kommt: Die Diät Drinks sind frei verkäuflich, können also überall erworben und auf eigene Faust angewendet werden. Das birgt Risiken, die es zu minimieren gilt. Vorgeschieden ist ein solcher Hinweis nicht.

3. Ernährung umstellen. Das erreichte Gewicht lässt sich dauerhaft nur halten, wenn die Anwender die Ernährung nach der Diät umstellen. Eigentlich eine Binsenweisheit, die aber trotzdem gern vergessen wird. Deshalb fordern wir hierauf einen deutlichen Hinweis. Der Gesetzgeber verlangt lediglich einen allgemeinen Hinweis auf eine kalorienarme Ernährung.

4. Viel Flüssigkeit. Auch die vorgeschriebene Angabe auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme sollten die Anbieter konkret und klar formulieren. Zu empfehlen sind „zwei bis drei Liter kalorienfreie Getränke täglich“ – gut, wenn das so auf der Packung steht.

5. Bewegen hilft. Wünschenswert ist überdies der Hinweis, dass Bewegung das Abnehmen unterstützt. Denn: Körperliche Aktivität kann den Abbau von Muskelmasse messbar verzögern und dadurch helfen, den Energieverbrauch hoch zu halten und auf diese Weise den Gewichtsverlust langfristig zu stabilisieren.

Werbeversprechen: Angaben, die rechtlich nicht korrekt sind oder zu viel versprechen, haben wir abgewertet.

„Mahlzeitenersatz durch Formelprodukte, etwa Drinks oder Riegel, sind in den letzten Jahren zunehmend beliebt geworden. Sie enthalten trotz der wenigen Kalorien viele wichtige Nährstoffe, sodass sie als sichere Alternativen gelten. Liegen allerdings gesundheitliche Probleme vor, ist eine ärztliche Mitbetreuung unbedingt zu empfehlen – von Anfang an.“

Foto: Michael Stobrawe, MRI-TUM

Professor Hans Hauner ist Ernährungsmediziner und Adipositasexperte.

SO TESTET ÖKO-TEST

Auf dem Prüfstand: 14 Diät Drinks aus Drogerien, Apotheken, Supermärkten und Discountern, darunter erstmals ein bio-zertifiziertes Produkt. Die Pulver enthalten Soja- und Milchbestandteile, Zucker- und Süßstoffe, Pflanzenfasern, Aromen, Vitamine und Mineralstoffe.

Im Labor ließen wir sie auf Rückstände von Reinigungsmitteln, auf **Mineralölbestandteile**, Keime und **gentechnisch veränderte Organismen** untersuchen. Produkte mit einem hohen Anteil an wenig verarbeiteten pflanzlichen Zutaten ließen wir zusätzlich auf Pestizide prüfen.

Lebensmittelrechtlich geschulte Experten nahmen die **Packungsangaben** unter die Lupe. Darüber hinaus interessierte uns, wie gut und wie sicher die Hersteller Zubereitung und Anwendung auf der Dose be-

schreiben. Wir klopfen dies anhand eines Kriterienkatalogs ab, den wir mit fachlicher Unterstützung des Adipositasexperten Professor Hans Hauner entwickelt hatten.

Die Bewertung basiert zu gleichen Teilen auf dem Testergebnis Inhaltsstoffe und dem Testergebnis Anwendung/Deklaration. Wenn diese Testergebnisse allerdings „mangelhaft“ oder „ungenügend“ ausfallen, kann das Gesamturteil nicht besser sein.

Unter den **Inhaltsstoffen** kritisieren wir vor allem Belastungen mit MOSH/POSH, aber auch Spuren von gentechnisch veränderter Soja-DNA, außerdem umstrittene Zusätze. Unter dem Testergebnis **Anwendung/Deklaration** lautet das Urteil bestenfalls „ausreichend“, wenn die Anwendung auf der Packung nur „unzureichend“ beschrieben wird. Kommen „sonstige“ Deklarationsmängel dazu, wie die Werbung mit nicht zugelassenen Gesundheitsaussagen, rutschen die Noten weiter in den Keller.



Foto: ÖKO-TEST

Almased bewirbt sein Produkt mit „100 % Natur“. Ein Unding, angesichts von Zutaten in Pulverform und künstlichen Vitaminzugaben.

TITEL // TEST DIÄTDRINKS



Das Gesunde Plus Diät Vitalkost, Vanillegeschmack



Layenberger Fit + Feelgood Slim, Vanille-Sahne Geschmack



Multinorm Diät Vitalkost, Vanille-Geschmack



Vitalis Diät Vitalkost

DIÄTDRINKS

Anbieter	Dm	Layenberger	Aldi Süd	Aldi Nord
Preis pro Mahlzeit	0,60 Euro	0,65 Euro	0,60 Euro	0,60 Euro
MOSH/POSH	nein	Spuren	nein	Spuren
Weitere bedenkliche und/oder umstrittene Inhaltsstoffe	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	künstliche Vitamine/Mineralstoffe
Testergebnis Inhaltsstoffe	befriedigend	befriedigend	befriedigend	gut
Wünschenswerte Anwendungshinweise vorhanden	überwiegend	teilweise	überwiegend	überwiegend
Sonstige Deklarationsmängel	ja, wenige	nein	ja, wenige	ja, wenige
Testergebnis Anwendung und Deklaration	befriedigend	befriedigend	befriedigend	befriedigend
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen	4)		7)	2)
GESAMTURTEIL	befriedigend	befriedigend	befriedigend	befriedigend



Alsiroyal Diät-Drink



Formoline Eiweiß-Diät



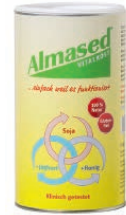
Naduria Easy Slim Mahlzeitenersatz, vegan



Wellmix Balance Shake Chocolate Dream Geschmack

DIÄTDRINKS

Anbieter	Alsiton	Certmedica International	Duria Global	Rossmann
Preis pro Mahlzeit	1,32 Euro	1,46 Euro	1,87 Euro	0,43 Euro
MOSH/POSH	sehr stark erhöht	sehr stark erhöht	stark erhöht	stark erhöht
Weitere bedenkliche und/oder umstrittene Inhaltsstoffe	gentechnisch veränderte Soja-DNA; künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	gentechnisch veränderte Soja-DNA; künstliche Vitamine/Mineralstoffe	besonders bedenkliches Pestizid; künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	gentechnisch veränderte Soja-DNA; künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff; L-Carnitin
Testergebnis Inhaltsstoffe	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend
Wünschenswerte Anwendungshinweise vorhanden	unzureichend	ja	unzureichend	teilweise
Sonstige Deklarationsmängel	ja, wenige	ja, mehrere	nein	ja, wenige
Testergebnis Anwendung und Deklaration	mangelhaft	befriedigend	ausreichend	ausreichend
Weitere Mängel	nein	nein	nein	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Anmerkungen	6)	3)		4)
GESAMTURTEIL	ungenügend	ungenügend	ungenügend	ungenügend



Yokebe Die Aktivkost, Classic	Slimfast Milchshake-Pulver Schokolade Geschmack	Bodychange Slim Shake, Vegane, sojafreie Mahlzeiten	Charlotte Eden Vital Kost, White Vanilla Geschmack	Trinkkost Slim Fruity Diätshake, Bio	Almased Vitalkost
Naturwohl Pharma	Allpharm	Social Media Interactive	Charlotte Eden	Trinkkost	Almased
1,15 Euro	1,67 Euro	2,18 Euro	0,92 Euro	3,35 Euro	1,60 Euro
erhöht	erhöht	stark erhöht	stark erhöht	stark erhöht	sehr stark erhöht
künstliche Vitamine/Mineralstoffe	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma	künstliche Vitamine/Mineralstoffe; Aroma/Süßstoff	Aroma	gentechnisch veränderte Soja-DNA; künstliche Vitamine/Mineralstoffe
befriedigend	ausreichend	mangelhaft	mangelhaft	ausreichend	ungenügend
überwiegend	überwiegend	teilweise	unzureichend	überwiegend	überwiegend
ja, wenige	ja, wenige	nein	ja, wenige	ja, viele	ja, mehrere
befriedigend	befriedigend	befriedigend	mangelhaft	mangelhaft	ausreichend
nein	ja	nein	ja	nein	nein
sehr gut	gut	sehr gut	gut	sehr gut	sehr gut
4)	1)	8)	1)	5)	9)
befriedigend	ausreichend	mangelhaft	mangelhaft	mangelhaft	ungenügend

Fett gedruckt sind Mängel.

Abkürzungen: MOSH = gesättigte Kohlenwasserstoffe aus Mineralöl; POSH = oligomere gesättigte Kohlenwasserstoffe aus Polyolefinen.

Glossar: Erläuterungen zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 120.

Anmerkungen: **1)** Weiterer Mangel: PVC/PVDC/chlorierte Verbindungen in der Verpackung. **2)** Laut Anbieter wurde das Etikett überarbeitet. Darauf befindet sich jetzt ein Hinweis auf die Notwendigkeit einer dauerhaften Ernährungsumstellung, zudem heiße es richtig „Hauptmahlzeiten“. **3)** Laut Anbieter ist das Produkt ab Januar 2019 mit angepassten Verzehrempfehlungen im Handel. Dann werde für die Gewichtsreduktion nur noch das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten empfohlen. Laut Anbieter musste der Wortlaut des Health Claims zum Zeitpunkt der Herstellung des Produkts nach „Mahlzeiten“ lauten; dies sei auf aktuellen Produkten angepasst worden. Zudem wurde die Empfehlung für eine kalorienreduzierte Zwischenmahlzeit entfernt. **4)** Laut Anbieter wurde die Deklaration zwischenzeitlich angepasst. **5)** Laut Anbietergutachten erfüllt die Deklaration des Dosenetiketts die derzeit gültigen lebensmittelrechtlichen Vorgaben. Laut Anbieter soll die Produktbeilage angepasst werden. **6)** Laut Anbieter wurde die Angabe „Mahlzeiten“ durch „Hauptmahlzeiten“ ersetzt. **7)** Laut Anbieter wurde das Produkt ausgelistet und nur noch Restbestände verkauft. **8)** Laut Anbieter informiert der aktuelle Beileger über die Bedeutung einer dauerhaften Gewichtsabnahme und über die Steigerung von körperlicher Aktivität. **9)** Laut Anbietergutachten wurde in chargengleicher Ware keine gentechnisch veränderte Soja-DNA nachgewiesen.

Legende: Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Inhaltsstoffe führt zur Abwertung um vier Noten: ein Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 4 mg/kg (in der Tabelle: „sehr stark erhöht“). Zur Abwertung um jeweils zwei Noten führen: a) ein Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 2 bis 4 mg/kg (in der Tabelle: „stark erhöht“); b) der Nachweis von gentechnisch veränderter Soja-DNA. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) ein Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 1 bis 2 mg/kg (in der Tabelle: „erhöht“); b) ein besonders bedenkliches Pestizid in einem Gehalt von mehr als 0,01 mg/kg (hier: Fluazifop); c) Aromen und/oder Süßstoffe; d) zugesetzte künstliche Vitamine und/oder Mineralstoffe; e) L-Carnitin.

Unter dem Testergebnis Anwendung und Deklaration führen zur Abwertung um jeweils drei Noten: a) wünschenswerte Anwendungshinweise „unzureichend“ vorhanden; b) „viele“ sonstige Deklarationsmängel. Zur Abwertung um jeweils zwei Noten führen: a) wünschenswerte Anwendungshinweise „teilweise“ vorhanden; b) „mehrere“ sonstige Deklarationsmängel. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) wünschenswerte Anwendungshinweise „überwiegend“ vorhanden; b) „wenige“ sonstige Deklarationsmängel.

Folgende Anwendungshinweise sollten vorhanden sein: 1. verständliche und nachvollziehbare Zubereitungsanleitung; 2. Hinweis, dass Personen mit bekannten Stoffwechselerkrankheiten wie Diabetes oder Bluthochdruck vor dem Verzehr den Arzt zu Rate ziehen sollten und bei Langzeitanwendung eine ärztliche Beratung zu empfehlen ist; 3. Hinweis auf eine tägliche Flüssigkeitsaufnahme von etwa zwei bis drei Litern kalorienfreier Getränke; 4. Hinweis, dass für eine dauerhafte Erhaltung des Wunschgewichts eine Umstellung der Ernährung und/oder der Lebensweise erforderlich ist; 5. Hinweis auf die Bedeutung von regelmäßiger körperlicher Aktivität. Die Hinweise überprüfen wir anhand der Packungsangaben und eventuell vorhandener Beipackzettel. Verweise auf die Homepage wurden nicht berücksichtigt. „Fehlende“ Hinweise kritisieren wir bei folgenden Produkten: Hinweis 2: *Alsiroyal, Charlotte Eden,*

Layenberger, Naduria, Wellmix; Hinweis 4: *Alsiroyal, Bodychange, Charlotte Eden, Layenberger, Multinorm, Naduria, Slimfast, Vitalis;* Hinweis 5: *Alsiroyal, Bodychange, Charlotte Eden, Naduria, Trinkkost, Wellmix.* „In Teilen vorhanden“ sind die Hinweise bei folgenden Produkten: Hinweis 1: *Almased, Naduria;* Hinweis 2: *Almased, Bodychange, Dm, Multinorm, Trinkkost, Vitalis, Yokebe.* Hinweis 3: *Alsiroyal, Bodychange, Charlotte Eden, Yokebe.* „Fehlende“ Hinweise wurden mit jeweils zwei Minuspunkten bewertet. „In Teilen vorhandene“ Hinweise wurden mit jeweils einem Minuspunkt bewertet. Die Minuspunkte wurden addiert.

In der Summe führen mehr als 6 Minuspunkte zum Abzug von drei Noten (in der Tabelle: „unzureichend“ vorhandene Anwendungshinweise), 4 bis 6 Minuspunkte führen zum Abzug von zwei Noten (in der Tabelle: „teilweise“ vorhandene Anwendungshinweise) und 1 bis 3 Minuspunkte führen zum Abzug von einer Note (in der Tabelle: „überwiegend“ vorhandene Anwendungshinweise).

Unter „sonstigen“ Deklarationsmängeln kritisieren wir folgende Angaben: a) Wortlaut entspricht nicht der Health Claims Verordnung (HCVO); hier: ... Ersetzen von „Mahlzeiten“ statt „Hauptmahlzeiten“ (betrifft: *Almased, Alsiroyal, Dm, Formoline, Multinorm, Slimfast, Trinkkost, Vitalis*) b) Empfehlung einer Startphase o.Ä., in der drei oder mehr Mahlzeiten durch das Produkt ersetzt werden sollen; das ist laut HCVO für Mahlzeiteratzprodukte nicht vorgesehen (betrifft: *Almased, Dm, Formoline, Yokebe*); c) Werbung mit nicht zugelassenen Health Claims für Leinsamen, Hagebutten, Hanfprotein und/oder Braunalgen (betrifft: *Trinkkost*); d) fragwürdige Auslobungen (hier: „100 % Natur“ (betrifft: *Almased*); Werbung mit „Lower Carb“, wenn die Bedingung für diese Angabe bezogen auf den durchschnittlichen Kohlenhydratgehalt der Testprodukte nicht erfüllt ist (betrifft: *Wellmix*); Abbildung einer Vanilleblüte und Vanilleschote, wenn das Produkt Aroma, aber kein natürliches Vanillearoma oder Vanilleextrakt enthält (betrifft: *Charlotte Eden*); die Auslobung „Sättigender durch mehr Ballaststoffe“, wenn das Produkt für eine „Ballaststoffquelle“ zu wenig Ballaststoffe aufweist (betrifft: *Yokebe*); e) weitere Deklarationsmängel (hier: Vitamin- und Mineralstoffgehalte nicht auf die verzehrfertige Mahlzeit bezogen (betrifft: *Wellmix*); nicht korrekte Nennung von Zutaten und Zusatzstoffen, z. B. fettreduziertes Kakaopulver, Xanthangummi, Emulgatoren (Cellulosepulver, Natriumcarboxymethylcellulose) (betrifft: *Slimfast*); unvollständige Produktbezeichnung: „mit Süßungsmittel“, wenn das Produkt auch Zucker oder Honig enthält (betrifft: *Charlotte Eden, Multinorm*); Zubereitungsempfehlung für eine kalorienreduzierte Zwischenmahlzeit, wenn diese mit ca. 198 kcal nicht den Anforderungen der HCVO entspricht (betrifft: *Formoline*)).

Die Deklarationsmängel wurden für jedes Produkt addiert. In der Summe führen mehr als vier Deklarationsmängel zum Abzug von drei Noten (in der Tabelle: „ja, viele“), drei bis vier Deklarationsmängel führen zum Abzug von zwei Noten (in der Tabelle: „ja, mehrere“) und ein bis zwei Deklarationsmängel führen zum Abzug von einer Note (in der Tabelle: „ja, wenige“).

Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führt zur Abwertung um eine Note: PVC/PVDC/chlorierte Verbindungen in der Verpackung.

Das Gesamturteil beruht zu gleichen Teilen auf den Testergebnissen Inhaltsstoffe und Anwendung/Deklaration. Es wird kaufmännisch gerundet. Ist ein Testergebnis Inhaltsstoffe und/oder ein Testergebnis Anwendung/Deklaration „mangelhaft“ oder „ungenügend“, kann das Gesamturteil nicht besser sein.

Testmethoden und Anbieterverzeichnis finden Sie unter oekotest.de → Hefte → ÖKO-TEST Magazin. Wählen Sie die Ausgabe aus und scrollen ans Seitenende.

Einkauf der Testprodukte: September 2018.

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlags dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.

WWW TEST DIÄTDRINKS

Testmethoden: MOSH/POSH/MOAH: DIN EN 16955:2017 mod. (Die Modifikation betrifft die Verseifung und eine andere Matrix.). Perchlorat / Chlorat: LC-MS/MS. Gentechnisch veränderte DNA: Im ersten Schritt wurden zwei unabhängige DNA-Extraktionen in Anlehnung an § 64 LFGB gemacht. Die PCR-Analysen wurden im Doppelansatz durchgeführt. Analysenmethode: Realtime PCR-Analyse mit 45 Zyklen. Kontrollreaktionen: Positivkontrollen mit 20 DNA-Kopien der genetisch modifizierten Pflanzen-DNA oder interne Positivkontrollen zur Bestätigung des inhibitionsfreien Ablaufs der PCR. Negativkontrollen in Form von Extraktionskontrollen, die die reale Probe in Aufarbeitung und Analyse begleiten. Auf 35S promoter, SAMS/ALS modification, CV127rec soybean, Agro border II, Roundup Ready soy modification, MON89788 soybean und PAT(SYN) gene wurde per Einzeltests geprüft. Gesamtkeimzahl: DIN EN ISO 4833-2:2014 (aerob). Pestizide in Produkten mit einem hohen Anteil wenig verarbeiteter pflanzlicher Zutaten: per GC/MS und LC-MS/MS; saure Herbizide mittels LC-MS/MS. PVC/PVDC/chlorierte Verbindungen: Röntgenfluoreszenzanalyse.