

Versteckte Süßmacher

Hinweise auf Verpackungen lassen Kunden glauben, die Lebensmittel seien zuckerfrei. Das sind sie aber nicht.

zuckerfrei	heißt nicht ganz „ohne Zucker“ (0,5% sind erlaubt) bzw. energieärmer
mit (natürlicher Fruchtsüße	heißt nicht „ohne Zucker“ oder „zuckerhaltige Zutaten“ bzw. besonders natürlich
Zuckerauszug aus Trauben/ Süße aus Trauben	heißt nicht ein besonders „gesunder“ Zucker
Süße nur aus Früchten/ naturesüß	heißt nicht „ungesüßt“, Süße stammt aus Frucht- konzentraten, Saftkonzentraten oder aus Früchten gewonnenem Zucker
zuckerreduziert	heißt nicht immer „kalorienreduziert“
weniger süß	heißt nicht „wenig(er)“ Zucker
für Kinder geeignet/genau richtig für Kindergarten und Schule	heißt nicht besonders wenig Zucker
ohne Zuckerzusatz	heißt nicht ohne süßende Zutaten
weniger Zucker	heißt nicht grundsätzlich weniger Zucker als in den Produkten anderer Hersteller
mit Traubenzucker	heißt nicht ein besonders gesunder Zucker. Im Gegenteil, denn die geringere Süßkraft muss unter Umständen sogar mehr verwendet werden
mit Fruktose/Fruchtzucker gesüßt	heißt nicht besonders gesund oder für Diabetiker besonders geeignet
mit Stevia gesüßt	heißt nicht, dass die Steviapflanze verwendet wurde, gesetzlich erlaubt ist nur der Zusatz des Süßstoffes Steviolglykosid*
mit Apfeldick gesüßt	heißt nicht ernährungsphysiologisch günstiger
ohne Zusatz von Süßungsmittel	heißt nicht ohne Zucker oder andere süßende Zutaten, bedeutet lediglich ohne Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe

Quelle: WAZ vom 14.03.2015

* **Steviolglykosid:** ein Glycosid des Steviol aus den Blättern der Stevia-Pflanze (Stevia rebaudiana bertonii, eine von ca. 200 Stevia-Arten weltweit), ein natürlicher Süßstoff und einer der Hauptbestandteile von Stevia. ... Im weiteren Sinne wird auch das durch Extraktion gewonnene Gemisch dieser Süßstoffe als Steviosid bezeichnet. Steviolglycoside wurden am 12. November mit Wirkung zum 2. Dezember 2011 in der EU unter der Bezeichnung E 960 als Lebensmittelzusatzstoff zugelassen.[3] **Quelle:** <https://de.wikipedia.org/wiki/Steviosid>

Glycosid: organisch-chemische Verbindung, bei der ein Alkohol über eine glykosidische Bindung mit einem Zuckerteil verbunden ist.