

AK: "Light" oder "ohne Zucker" - Getränke als Dickmacher 2

Utl.: Zuckeranteil kommt aus Fruchtsaftanteilen - Limonaden, Eistees und Wellness-Getränke nicht als Durstlöscher geeignet =

Wien (OTS) - Es geht oft süß her bei Limonaden, Eistees, aber auch Wellness-Drinks. Das zeigt eine AK Stichproben-Erhebung von 70 Getränken. "Die Getränke werden gerade im Sommer gerne zum Durstlöschen getrunken", sagt AK Konsumentenschützer Heinz Schöffl. "Aber Konsumenten sollten darauf achten, dass in Limonaden der Zuckergehalt bis zu 35 Stück Würfelzucker im Liter entsprechen kann. Die besten Durstlöscher sind und bleiben Leitungswasser, Mineralwasser und ungesüßte Tees."

Herr und Frau Österreicher trinken durchschnittlich rund 82 Liter Limonade im Jahr (Jahresbericht 2006/2007 zum österreichischen Getränkemarkt). Neben Zucker enthalten diese Getränke häufig auch künstliche Süßstoffe.

"Konsumenten sollten allerdings nicht all zu viel von den künstlichen Süßstoffen zu sich nehmen", sagt Schöffl, "vor allem bei Kindern ist Vorsicht geboten." Wenn etwa ein Kind mit 20 Kilogramm einen Liter Limonade mit den zulässigen Höchstgehalt an Saccharin trinkt, ist die maximale tägliche Aufnahme an Saccharin erreicht. Bei Acesulfam würde schon ein halber Liter reichen. Die meist verwendeten künstlichen Süßstoffe sind Cyclamat E 952, Acesulfam E 950, Saccharin E 954, Aspartam E 951. Eine Erhebung der AK im November 2007 zum Süßstoffgehalt in Erfrischungsgetränken zeigte, dass die enthaltenen Süßstoffmengen häufig nicht an die Höchstwerte herankamen. "Konsumenten sollten allerdings beachten, dass künstliche Süßstoffe auch in sehr vielen anderen kalorienreduzierten Produkten enthalten sind", sagt Schöffl.

Limonaden, Eistees und Wellness-Wässer in der klassischen Variante enthalten keine künstlichen Süßstoffe. Der süße Geschmack kommt vom Zucker, der aus zugesetztem Rübenzucker, Glukose, Fructose, Invertzuckersirup oder auch aus dem fruchteigenen Zucker stammen kann.

Achtung bei Light oder kalorienarmen Getränken: Werden etwa Wellness-Getränke auf Mineralwasserbasis als "ohne Zuckerzusatz"

beworben, heißt das nicht, dass sie zuckerfrei sind. Es bedeutet lediglich, es ist kein extra Zucker zugesetzt. Der Zuckeranteil rührt aus Fruchtsaftanteilen her. "Auch Light-Getränke sind oft noch deutlich zuckerhältig, wie der AK Test zeigt", sagt Schöffl.

Auffallend war auch, dass bei kalorienarmen Eistees und beim kalorienarmen Wellness-Wasser als Zuckerquelle überwiegend Fructose verwendet wird. Hingegen wird in der Zutatenliste bei normalen Limonaden und Eistees Zucker angegeben. "Fructose klingt für Konsumenten gesünder, tatsächlich besteht aber in Hinblick auf den Kaloriengehalt kein Unterschied zwischen Fructose und anderen Zuckern", so Schöffl.

SERVICE: Die Erhebung finden Sie im Internet unter www.arbeiterkammer.at

Rückfragehinweis:

~

Doris Strecker
AK Wien Kommunikation
tel.: (+43-1) 501 65-2677
tel.: (+43)664 845 41 52
mailto:doris.strecker@akwien.at
wien.arbeiterkammer.at

~

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0059 2008-06-03/09:36

030936 Jun 08

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20080603_OTS0059