Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Verbraucherzentrale Südtirol

Zwölfmalgreiner Straße 2
39100 Bozen
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Wie viel Frucht steckt in einem Früchtemüsli?

Mo, 22.10.2018 - 10:51

Essen, Trinken und Genuss – hätten Sie's gewusst?

Für den Fruchtanteil in Frühstücksprodukten, die als „Früchtemüsli“ verkauft werden, sind keine Mindestmengen vorgegeben. Der Anteil der Trockenfrüchte in den einzelnen Produkten fällt daher sehr unterschiedlich aus, sowohl in Hinblick auf die Menge als auch auf die Art der Früchte.

Hinweise auf den Fruchtanteil gibt die Zutatenliste auf der Verpackung. Zum Teil werden dort Prozentangaben für die einzelnen Trockenfrüchte oder für den Gesamtgehalt an Trockenfrüchten gemacht. Auch die Reihenfolge der Zutaten ist aufschlussreich. Zutaten, die in größerer Menge im Produkt enthalten sind, stehen in der Zutatenliste am Anfang, Zutaten, die nur in kleinen Mengen enthalten sind, am Ende.

Da Rosinen deutlich preiswerter als andere Trockenfrüchte sind, werden vielen Früchtemüslis zwar viele Rosinen, aber nur wenig andere Früchte beigemischt. Teurere Produkte enthalten im Vergleich zu Billigprodukten meist eine größere Vielfalt an Trockenfrüchten: neben Rosinen auch Feigen, Pflaumen, Beeren, Apfelstücke, Aprikosen u.ä. Vom Bild auf der Verpackung sollten Verbraucher und Verbraucherinnen sich jedoch nicht täuschen lassen – die meisten Hersteller bilden auf der Verpackung eine größere Menge an Früchten ab, als tatsächlich im Müsli stecken. Eine schmackhafte Müslimischung lässt sich aus den einzelnen Zutaten übrigens leicht selbst herstellen: man braucht dazu nur Getreideflocken, Nüsse oder Ölsaaten und frische und/oder getrocknete Früchte nach Geschmack.