

Wie lange muss man auf Ware warten?

Dresden. Onlineshopping ist bequem. Aber nicht immer ist die gewünschte Ware auch vorrätig. Wie lange müssen Kunden nach einer Bestellung warten? „Es kommt immer auf den Einzelfall an“, sagt Rechtsanwältin Sylvia Kaufhold aus Dresden, die Mitglied des Zivilrechtsausschusses des Deutschen Anwaltvereins ist. „Eine Woche ist aber in der Regel eine angemessene Frist.“

Trifft die Bestellung erst nach vielen Monaten beim Kunden ein, muss dieser die Ware nicht mehr zwingend annehmen und kann den Kaufpreis zurückfordern. Es sei denn, der Händler hat bereits im Onlineshop ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Ware erst nach längerer Zeit geliefert werden kann.

Juristisch gesehen kommt der Vertrag zwischen Kunde und Händler in der Regel erst mit der Versandbestätigung zustande. Wer nach langer Zeit gelieferte Ware nicht mehr möchte, muss das Geschäft nicht eingehen. „Sie können gegenüber dem Händler erklären, dass aus Ihrer Sicht kein Vertrag zustande gekommen ist“, so Kaufhold.

Eine andere Möglichkeit: „Sie können von Ihrem 14-tägigen Widerrufsrecht Gebrauch machen.“ Dazu müssen Kunden den Widerruf erklären – schriftlich, per Mail oder telefonisch. In beiden Fällen müssen sie, meist auf eigene Kosten, die Ware zum Händler zurückschicken.

IN KÜRZE

Käse essen trotz Laktoseintoleranz

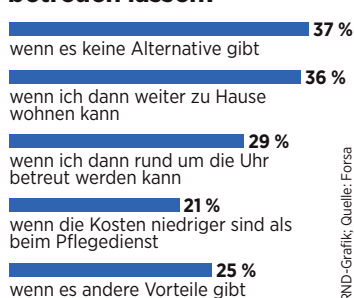
Neuwied. Wer keine Laktose verträgt, muss auf Käse nicht gänzlich verzichten. Gut verträglich sind in der Regel lange gereifte Käse wie Emmentaler, Edamer, Gouda, Bergkäse, Parmesan oder Appenzeller. Wenn diese Sorten reifen, wird der Milchzucker in der verarbeiteten Milch nach und nach in Milchsäure umgewandelt. Mit zunehmender Reifedauer enthält Käse also immer weniger Milchzucker, erklärt die Fachzeitschrift „Lebensmittel-Praxis“ (Ausgabe 4/2018). Alle lang gereiften Käsesorten enthalten von Natur aus weniger als 0,1 Gramm Milchzucker pro 100 Gramm und gelten deshalb laut Definition als laktosefrei.

Raffiniertes Öl nicht genau zu erkennen

München. Raffiniertes Öl eignet sich gut zum Braten und Frittieren, da es besonders hitzestabil ist. Es schmeckt neutral und ist vielseitig einsetzbar. Auf dem Etikett muss die sogenannte Raffination aber nicht angegeben sein. Fehlen Kennzeichnungen wie „nativ“ oder „kalt gepresst“, können Verbraucher davon ausgehen, dass es sich um ein raffiniertes Öl handelt. Darauf weist die Verbraucherzentrale Bayern hin. Der Herstellungsprozess läuft in mehreren Schritten ab und entfernt geschmacks- und geruchsbeeinträchtigende Aromen. Aber auch Betacarotin und Teile des Vitamin-E-Gehaltes gehen verloren. Raffinierte Öle lagert man am besten dunkel und kühl, ausnahmsweise vertragen sie auch Zimmertemperaturen. Angebrochene Flaschen gehören definitiv in den Kühlschrank.

ZAHLEN, BITTE!

Wann würden Sie sich im Alter von einem Roboter statt einer Pflegekraft betreuen lassen?



Ein Forscher hält zerkleinerte Moringa-Blätter einer Firma (l.) und gefrorene Moringa-Blätter aus dem eigenen Anbau (r.) in seiner Hand.

FOTO: DPA

Die Krux mit exotischem Superfood

Der Ruf ist lädiert, der Nutzen von Chia-Samen und Co. umstritten. Viele Produkte sind überteuert. Zudem sind Imitate auf dem Markt, die schädlich sein können. Doch Tests können sie entlarven

Von Anika von Greve-Dierfeld

Die getrockneten Blättchen in der Tüte auf dem Labortisch des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT) riechen nach Heu und sehen unauffällig aus. Moringa oleifera soll das sein, eine extrem nährstoffreiche Pflanze aus Nordindien und als sogenanntes Superfood schwer in Mode. Aber steckt wirklich diese Moringa-Art in der Tüte? Die Firma, die sie vertreibt, will es vom KIT-Zellbiologen Peter Nick genau wissen. Zur Sicherheit. Denn immer wieder verbergen sich hinter exotischem Superfood wie Chia-Samen und Goji-Beeren andere Pflanzen als auf der Verpackung deklariert. Das ist bestenfalls Täuschung der Verbraucher. Schlimmstenfalls kann es schädlich sein.

„Wenn ein Superfood in Mode kommt, entsteht in kurzer Zeit eine hohe Nachfrage“, erklärt Nick. „Es gibt inzwischen einen riesigen Markt für solche Heilpflanzen, die nur in bestimmten Regionen vorkommen.“ Importeure suchen dringend Nachschub – die Folge sei ein blühender Plagiatehandel. Angela Clausen von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen sieht das ähnlich. „Man muss sich bei den plötzlich nachgefragten Mengen schon fragen, wo diese eigentlich herkommen“, sagt sie. „Denn so

schnell lassen sich Anbaugelände ja nicht aus dem Boden stampfen.“

Nick entwickelte „eine ganze Batterie von Tests“, mit deren Hilfe er die genetischen Barcodes der „echten“ Pflanzen von denen anderer Arten unterscheiden kann und die auch bei Pulver oder getrocknetem Superfood funktionieren. Mithilfe sogenannter Referenzpflanzen ermittelt er den genetischen Fingerabdruck, der zu einem bestimmten Superfood-Gewächs gehört. Will er



Es gibt keine rechtliche Definition von Superfood. Jeder kann das auf seine Produkte schreiben.

Michaela Barthmann,
Chemisches und
Veterinäruntersuchungsamt

dann prüfen, ob die Blätter einer Probe damit identisch sind, startet er ein mehrstufiges Verfahren.

Im Falle des von der Firma eingereichten Moringa-Produktes läuft

das so: Ein Löffelchen der verarbeiteten Blätter wird in einen Mörser bugsiert, mit flüssigem Stickstoff begossen und zermahlen. Eine Lösung kommt hinzu, die DNA extrahiert und typische Abschnitte werden dann in einem Gerät solange vervielfältigt, bis sie erkennbar sind. Dann werden die Sequenzen auf ein Gel aufgetragen, in UV-Licht sichtbar gemacht und mit der DNA der Referenzpflanze verglichen.

Aber warum der ganze Aufwand? „Aus gutem Grund ist es in Deutschland die Regel: Was draufsteht, muss auch drin sein“, erklärt Nick. Andernfalls kann es für Verbraucher unangenehm oder sogar gefährlich werden. Als Beispiel nennt Nick den Bambustee-Boom vor zwei Jahren. In den ihm vorgelegten Proben sei nirgends Bambus drin gewesen, sondern chinesische Nelke – offenbar eine sprachliche Verwechslung. Das kann fatale Folgen haben: Schwangere Frauen sollten Nelkentees nicht trinken.

Überhaupt ist die Sache mit dem Superfood heikel. „Es gibt ja keine rechtliche Definition von Superfood, jeder kann das auf seine Produkte schreiben“, sagt Michaela Barthmann vom Chemischen und Veterinäruntersuchungsamt (CVUA) Stuttgart. Vor allem der Handel im Internet sei schwer zu kontrollieren. Generell mahnen Experten: Je exotischer die Pflanze ist, desto häufiger finden sich Rück-



Moringa-Bäume: Die Pflanzen werden als Vergleichsobjekte zur Untersuchung von Lebensmitteln gezüchtet, die Moringa enthalten.

FOTO: DPA

Was macht ein Superfood aus?

Laut Verbraucherzentrale zeichnen sich Superfoods durch „einen hohen Gehalt an wertvollen Wirkstoffen aus“. Besonders herausgestellt werde oft ihr antioxidatives Potenzial. Die Wirkung dieser Superfoods, darauf weisen die Verbraucherschützer ausdrücklich hin, sei allerdings „nicht bewiesen“. Meist würden natürliche oder exotische Lebensmittel mit größeren Mengen an Vitaminen und/oder Mineralstoffen sowie sekundären Pflanzenstoffen als Superfood angeboten – selten allerdings frisch, nicht zuletzt wegen der oftmals langen Transportwege, sondern meist getrocknet, als Püree oder Extrakt.

stände wie Schwermetalle oder Pestizide.

„Wir hatten 2016 eine Moringa-Probe mit so hohem Nikotinrückstand, dass wir sie als gesundheitsschädlich beurteilen mussten“, erzählt Barthmann. Die Zeitschrift „Ökotest“ fand vor knapp einem Jahr in 20 von 22 Produkten – etwa Chia-Samen, Goji-Beeren, Weizen-gras-Pulver, Hanf-Samen, Roh-Kakao und Moringa-Pulver – Schadstoffe, darunter erhöhte Mengen an Pestiziden, aromatischen Kohlenwasserstoffen (MOAH), Schimmelpilzen, Kadmium und Blei.

Auch wenn es sich gut verkauft: Wissenschaftliche Nachweise dafür, dass Superfood aus exotischen Ländern gesünder ist als einheimisches Obst und Gemüse, gibt es laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) nicht.

Vielleicht haben neue Erkenntnisse dazu beigetragen, dass sich die Superfood-Begeisterung inzwischen abgeschwächt hat: Der Gesamtumsatz exotischer Superfood-Artikel ging nach Angaben von Katharina Feuerstein, Expertin beim Düsseldorfer Marketing-Beratungsunternehmen IRI, 2017 um 9,2 Prozent zurück. Viele sahen Superfood inzwischen kritisch, meint Iris Lehmann vom Max-Rubner-Institut, dem Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel. „Man sollte die Verbraucher hier nicht unterschätzen.“

Gute Weiterbildungen finden und erkennen

Viele Anbieter schmücken sich mit Siegeln. In der Praxis sind die aber nur begrenzt hilfreich, warnen Experten

Von Pauline Sickmann

DIN EN ISO 9001, LQW oder QES-Plus: Wer sich beruflich weiterbilden möchte, stößt bei der Suche nach dem richtigen Institut häufig auf Siegel wie diese. Sie stehen für sogenannte Qualitätsmanagementsysteme. Doch was heißt das konkret?

„Wenn eine Einrichtung ein Siegel hat, ist das erst mal nicht schlecht“, sagt Alrun Jappe von der Stiftung Warentest. Es ist für den Verbraucher aber keine große Orientierungshilfe. „Mit dem Siegel zeigt der Anbieter nur, dass er seine Arbeitsabläufe systematisch plant und steuert. Es sagt nichts über die von ihm angebotenen Weiterbildungen aus.“ Deshalb sei umgekehrt ein siegelloses Anbieter nicht unbedingt schlechter.

Wer ein Siegel hat, ist zumindest auf dem Papier um Qualität bemüht.



Siegel können gute Weiterbildungen auszeichnen. Verbraucher sollten bei der Auswahl aber nicht nur auf solche Zertifizierungen achten.

FOTO: DPA

Denn die verschiedenen Systeme helfen Einrichtungen und Trägern, ihr Angebot zu verbessern. Eine Sprachschule kann zum Beispiel festlegen, dass nur Muttersprachler mit fremdsprachendidaktischer Qualifikation unterrichten und eine bestimmte Lerngruppengröße nicht überschritten wird. Generell gibt es

verschiedene Qualitätsmanagementsysteme. Sie unterscheiden sich durch die Branche, für die sie entwickelt wurden. Einige sind branchenübergreifend anwendbar. Andere sind extra für Bildungseinrichtungen entwickelt worden. Dazu gehören unter anderem die „Lernerorientierte Qualitätstestierung in

der Weiterbildung“ (LQW), erklärt Thomas Borowiec vom Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB). Auch das Siegel QESplus gehört dazu.

Statt bei der Wahl der Weiterbildung ausschließlich auf Siegel zu achten, sollten Interessierte folgendermaßen vorgehen, sagt Alrun Jappe: „Man sollte sich im ersten Schritt bewusst machen, was man in der Weiterbildung lernen möchte. Im zweiten Schritt kann man schauen, ob die Kurse der verschiedenen Einrichtungen das bieten, was man sich vorstellt.“

Auch Thomas Borowiec rät, nicht auf einzelne Siegel zu vertrauen. „Ein solches Zertifikat ist nur eines von vielen Merkmalen, die eine qualitativ hochwertige Weiterbildung ausmachen.“ So sollten Interessierte auch einen Blick auf das Kursprogramm oder die Qualifikation des eingesetzten Lehrpersonals werfen: Wie sind die Inhalte strukturiert, welche Methoden kommen zum Einsatz, gibt es einen Praxisbezug? Und selbst die Ausstattung der Räumlichkeiten kann einen Hinweis auf die Qualität der Weiterbildung geben.

„Erst wenn in all diesen Punkten mehrere Weiterbildungen überzeugen, kann ein Siegel oder Zertifikat für ein Qualitätsmanagementsystem der ausschlaggebende Punkt sein“, sagt Thomas Borowiec.

Info Telefonische Auskünfte können sich Verbraucher über das Beratungstelefon des Bundesbildungsministeriums (BMBF) einholen. Unter der Nummer (08 00) 2 01 79 09 informieren Weiterbildungsbereiter werktags zwischen 9 und 17 Uhr zu sämtlichen relevanten Fragen. Außerdem helfen sie, die richtige Weiterbildung und bei Bedarf auch den passenden Ansprechpartner vor Ort zu finden. Im Inland ist die Beratung kostenlos.