

Britische Backbranche boomt

London. Lange waren „Artisan Bakeries“, wie Bäckereien mit selbst gebackenem Brot in Großbritannien genannt werden, eine Seltenheit. Doch das Angebot an Qualitätsbrot wächst mittlerweile nicht nur in London, sondern in weiten Teilen Großbritanniens. Deutschland zählt über 3200 verschiedene Brotspezialitäten. Die deutsche Brotkultur ist sogar auf der Unesco-Liste des immateriellen Weltkulturerbes verzeichnet.

In einem von der britischen Regierung veröffentlichten Report sind alle Geschäfte zusammengefasst, die in London Backwaren herstellen: Ihre Zahl ist von 2060 im Jahr 2012 auf 2305 (2016) gestiegen. Deniz Gul von The Bread Shop, einem der ersten Geschäfte, die Ende der Neunzigerjahre damit begannen, deutsches Brot in England zu verkaufen, begründet die Popularität von Roggen-, Vollkorn- und Dinkelbrot in London damit, dass sich die Menschen bewusster ernähren. Um gutes Brot bieten zu können, wird vieles importiert, vor allem Mehl. Das englische Mehl eignet sich aufgrund seines hohen Enzymgehalts nicht dazu, nährstoffreiches Brot zu backen.

In Deutschland bieten laut Mathias Meinke vom Zentralverband des Deutschen Bäckereihandwerks immer mehr Läden die gleichen Produkte an, die in den Geschäften aufbacken werden. Dennoch: „Die Zahl der Bäckereibetriebe ist von 14 594 im Jahr 2010 auf 11 737 im Jahr 2016 gefallen.“ Der Umsatz ist aber im selben Zeitraum gestiegen, da wirtschaftlicher gearbeitet wird, und zwar von 12,93 Milliarden auf 14,29 Milliarden Euro.

IN KÜRZE

Haribo verlagert seinen Stammsitz

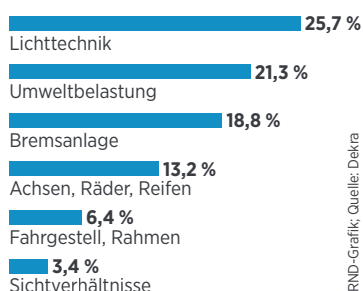
Bonn. Der Süßwarenhersteller Haribo hat seine Hauptverwaltung und den offiziellen Firmensitz aus Bonn in die rund 20 Kilometer entfernte Gemeinde Grafschaft verlegt. Die Entscheidung für den Umzug hatte das Unternehmen schon vor mehreren Jahren getroffen, da am Stammsitz in Bonn Platz für weiteres Wachstum fehlte. In Grafschaft betreibt Haribo bereits ein Logistikzentrum. Demnächst soll dort auch ein Produktionswerk in Betrieb gehen. Dennoch werden auch in Bonn weiter Goldbären produziert. Die Stadt bleibt einer von fünf Produktionsstandorten in Deutschland.

Kräutertee nur noch ohne „Health Claims“

Düsseldorf. Das Düsseldorfer Teehandelsunternehmen TeeKanne darf bestimmte Produktamen für seinen Kräutertee nicht mehr benutzen. Auf Namen wie „Konzentration“, „mentale Fitness“ und „geistige Leistungsfähigkeit“ muss das Unternehmen nach einem Streit mit der Verbraucherzentrale Hessen künftig verzichten. Beide Seiten haben sich nun vor dem Landgericht Düsseldorf auf einen Vergleich geeinigt. Die Verbraucherzentrale hatte kritisiert, dass die Produktnamen eine gesundheitsfördernde Wirkung der Teemischung vorgäben, die nicht belegt sei (Az.: 380 36/17). Derlei „Health Claims“ müssen von der Europäischen Union zugelassen sein.

ZAHLEN, BITTE!

Die häufigsten Mängel bei der Kfz-HU



RND-Graphic, Quelle: Dekra



Milchersatz ist kein Zaubertrank

Konkurrenz für die Kuh: Vegane Drinks enthalten meist gesündere Fette, aber von Natur aus wenig Kalzium – für wen eignet sich welche Sorte? Ein Blick auf die Zutatenliste hilft

Von Angela Stoll

Früher waren pflanzliche Milchalternativen noch etwas Exotisches. Inzwischen ist die Nachfrage aber derart gestiegen, dass auch Discounter Soja-, Hafer- oder Reisdinks anbieten. Daneben gibt es in Reform- und Bioläden eine große Auswahl an veganen Milchersatzprodukten – angefangen von Macadamia- über Lupinen- bis hin zu Quinoadrinks. „Milch“ dürfen

diese pflanzlichen Produkte nicht genannt werden, da das für den Verbraucher irreführend wäre: Die Pflanzendrinks haben eine andere Zusammensetzung als Molkeprodukte. Ob sie gesünder sind, lässt sich nicht so einfach sagen: „Wir sprechen nicht pauschal von gesunden oder ungesunden Lebensmitteln“, sagt die Ernährungsexpertin Gabriele Janthur von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen. „Es kommt immer auf die gesamte Ernährungsweise an.“

Entscheidender Nachteil gegenüber der Kuhmilch ist der vergleichsweise geringe Kalziumgehalt der veganen Produkte. Da-

her sind einige mit dem Mineralstoff angereichert. Umgekehrt spricht für die Drinks, dass sie ausschließlich pflanzliche Fette enthalten. „Das ist günstig, weil wir in der Regel zu viele tierische Fette verzehren“, erklärt Janthur. Dass man mit den Drinks leicht abnimmt, ist allerdings ein Irrtum: Der Energiegehalt von Soja-, Hafer- und Reisdinks ist ungefähr genauso hoch wie der von fettreduzierter Kuhmilch (1,5 Prozent Fett).

Für wen sich welcher Drink eignet, ist unterschiedlich: Für Veganer können Produkte mit zugesetztem Kalzium und Vitamin B12 sinnvoll sein. Für Zöliakie-Patien-

ten sind glutenfreie Reis-, Mandel-, Hanf- oder Sojadrinks empfehlenswert. Wer dagegen an einer Laktoseintoleranz leidet, kann auf Pflanzenprodukte aller Art zurückgreifen: Sie enthalten grundsätzlich keinen Milchzucker.

Pflanzendrinks bestehen größtenteils aus Wasser. Die geschmacksgebende Zutat, also Soja oder Mandel, macht oft weniger als 10 Prozent aus. Ansonsten sind die Eigenschaften der Produkte recht unterschiedlich. „Es ist immer sinnvoll, sich die Zutatenliste genau anzuschauen“, rät die Ernährungswissenschaftlerin. Manche Getränke enthalten reichlich

Zusätze, nämlich Zucker oder Fruktose, Salz, Säureregulatoren, Stabilisatoren und Aromen. Darin sieht das Bundeszentrum für Ernährung „vergleichsweise hochverarbeitete Lebensmittel“. Wer es ganz natürlich will, kann Drinks auch selbst machen. Besonders einfach geht das mit Mandelmilch: Dazu gibt man zwei bis drei Esslöffel Mandelmehl mit 500 Millilitern Wasser für ein paar Sekunden in den Mixer. Je nach Geschmack kann man etwas Salz oder Sirup hinzufügen.

Hafer

Die süßliche Emulsion ist eher kalorienreich, aber relativ nährstoffarm. Der Eiweißgehalt ist gering. Dafür stecken in dem Getränk Ballaststoffe – wenn auch viel weniger als im vollen Haferkorn. Für Soja- oder Milcheiweiß-Allergiker eignet sich Hafermilch gut. Ob man aber die Drinks auch Zöliakie-Patienten empfehlen kann, ist umstritten.

Hanf

Berauschen kann man sich mit dem Trunk nicht. Er wird nämlich aus den Samen von Nutzhanf hergestellt, der botanisch zu den Nüssen zählt. Großes Plus ist der hohe Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, vor allem Omega-3-Fettsäuren. Allerdings stecken in dem Getränk natürlicherweise wenig Kalzium und relativ wenig Eiweiß. Da Hanf kein Gluten enthält, können Zöliakie-Patienten den Drink konsumieren. Auch für Soja- und Milcheiweiß-Allergiker ist er geeignet.

Soja

Der Klassiker unter den Ersatzprodukten hat viele positive Eigenschaften. Ernährungswissenschaftler der McGill University in Kanada kürten ihn daher bei einem Vergleich der gängigsten Pflanzenprodukte zum Sieger. Er enthält ungefähr genauso viel Eiweiß wie Kuhmilch, daneben sekundäre Pflanzenstoffe wie etwa Phytoöstrogene. Diese Pflanzenhormone, die ähnlich wie das weibliche Sexualhormon Östrogen aufgebaut sind, haben nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung eher positive Wirkungen: So verbessern sie die Blutgefäßfunktion, möglicherweise tragen sie auch zum Schutz vor Krebs und Herz-Kreislauferkrankungen bei. „Soja-Milch“ lässt sich außerdem problemlos aufschäumen und gut zum Backen verwenden. Allerdings mag nicht jeder den muffigen, bohnenartigen Nachgeschmack. Ein weiterer Nachteil: Soja, eine Hülsenfrucht, kann leicht Allergien auslösen.

Reis

Der Milchersatz enthält relativ viele Kohlenhydrate und schmeckt süß, hat sonst aber wenig Nährstoffe. Eiweiß ist kaum enthalten, auch der Fett- und Mineralstoffgehalt ist gering. Daher sind einigen Produkten Nährstoffe (Vitamine, Kalzium) zugesetzt. Empfehlenswert ist das glutenfreie Getränk vor allem für Menschen mit Zöliakie sowie für Soja- und Milcheiweiß-Allergiker.

Mandel

Eigentlich sind Mandeln extrem gesund. Allerdings ist der Fruchtanteil bei den Drinks zum Teil gering: Bei manchem Produkt beträgt er kaum mehr als 2 Prozent. Das Getränk mit der Marzipannote enthält relativ wenig Eiweiß und von Natur aus auch wenig Kalzium. Großer Vorteil ist sein hoher Gehalt an einfachen ungesättigten Fettsäuren: Sie sollen sich günstig auf den Cholesterinspiegel auswirken. Der Drink eignet sich für Menschen mit Zöliakie, Allergiker müssen dagegen aufpassen.

Wer zahlt, wenn das Tier krank ist?

Wer sich vor hohen Tierarztkosten schützen will, kann zwischen verschiedenen Versicherungen wählen. Lohnt sich der Abschluss?

Von Bernadette Winter

Arztbesuche sind für Tierhalter völlig normal, ob zur Impfung oder zur Vorsorge. Doch auch wenn das Tier krank wird oder einen Unfall hat, muss man zum Tierarzt. Und das kann ins Geld gehen.

Tierärzte rechnen nach ihrer Gebührenordnung (GOT) ab und können den ein- bis dreifachen Satz veranschlagen. So kann die reine Kastration einer weiblichen Katze zwischen 58 und 173 Euro kosten. Dazu kommen die Kosten für die allgemeine Untersuchung (zwischen 9 und 27 Euro), die Narkose (19 bis 58 Euro), Materialien wie ein Verband sowie die Mehrwertsteuer.

Versicherungen versprechen Abhilfe und bieten Operations- oder Vollkostenschutz an. Die OP-Versicherung deckt kostspielige chirurgische Eingriffe ab, die Vollversiche-

rung übernimmt darüber hinaus auch Heilbehandlungen und teilweise Vorsorgemaßnahmen. Je größer das Tier, desto eher ist eine Krankenversicherung sinnvoll, sagt Philipp Opfermann von der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen. „Meist lohnt sich viel mehr die OP-Variante als der Rundumschutz.“ Wichtig ist vor allem, das Kleingedruckte zu lesen. Hier werden die Verhaltenspflichten des Halters geregelt und festgehalten, welche Krankheiten nicht abgedeckt sind.

„Beim Abschluss des Vertrages muss das Tier in der Regel gesund sein“, sagt Romy Philipp von der Stiftung Warentest. Sie hat acht Operationskosten- und zehn Krankenvollversicherungstarife untersucht. Laut Philipp müssen die zu versichernden Tiere meist zwischen zwei und drei Monate alt sein. Einige Tarife versichern ohne Höchstalter,

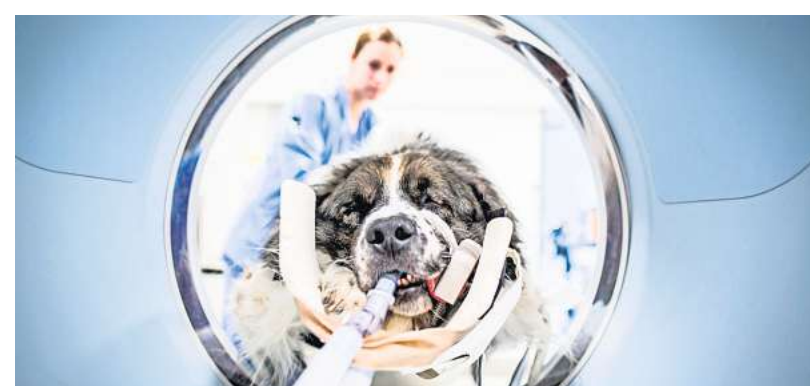
bei anderen liegt es zwischen vier und neun Jahren.

Stiftung Warentest und Verbraucherzentrale raten Haltern, eine Selbstbeteiligung einzukalkulieren. „Absolute Selbstbeteiligungen können sinnvoll sein. Prozentuale Selbstbe-

halte ohne Höchstgrenze sind schwerer kalkulierbar und können teurer werden“, sagt Opfermann. Wie die Stiftung Warentest ermittelt hat, ist bei beiden Versicherungsarten eine Selbstbeteiligung von meist 20 Prozent an der Rechnung üblich.

Einen Tarif uneingeschränkt empfehlen kann Philipp nach ihrer Recherche nicht. Sollten sich Tierfreunde für eine Versicherung entscheiden, rät sie, auf eine genügend hohe Deckung zu achten. Und: „Man sollte sich darüber im Klaren sein, bis zu welchem GOT-Satz die Anbieter die Kosten erstatten.“ Zahlt eine Versicherung bis zum dreifachen Satz, ist der Kunde auf der sicheren Seite.

Der Deutsche Tierschutzbund weist darauf hin, dass Tierhalter trotz Versicherung auf ihren Kosten sitzen bleiben können. „Hilfreicher kann es sein, regelmäßig etwas Geld auf die Seite zu legen“, sagt Pressesprecherin Lea Schmitz. „Fakt ist: Genau das tut keiner“, widerspricht Astrid Behr, Sprecherin des Bundesverbands Praktizierender Tierärzte. Der Verband empfiehlt daher, sich vorher abzusichern.



Versicherungen für Tiere sollen Kosten für Operationen decken. Je größer das Tier ist, umso sinnvoller ist solch ein Schutz. FOTO: DPA