

Alkoholfreie Biere getestet

Berlin. Ob Autofahrer, Schwangere oder Figurbewusste: Für viele ist ein alkoholfreies Bier eine gute Alternative zum herkömmlichen Bier. Die Stiftung Warentest hat 20 davon untersucht. Die Auswahl an alkoholfreien Bieren ist mittlerweile groß. Die Geschmacksrichtungen reichen von malzig, hopfig, karamellig bis hin zu fruchtig. Die Stiftung Warentest hat 20 alkoholfreie Biere untersucht („Test“-Ausgabe 6/2018). Neun erhielten die Note „gut“, zehn waren „befriedigend“. Ein Bier bekam die Note „ausreichend“, weil es unter anderem hohe Glyphosatwerte enthielt. An erster Stelle steht die Sorte Alkoholfrei Pilsener von Warsteiner (2,1), gefolgt von Clausthaler mit den Sorten Extra Herb sowie Original und Krombacher mit der Sorte Alkoholfreies Pilsener (alle 2,2).

Die meisten alkoholfreien Biere eignen sich als Durstlöcher. Sie liefern im Schnitt fast 40 Prozent weniger Energie als Biere mit Alkohol, also etwa 240 Kilokalorien pro Liter. Manche alkoholfreien Biere enthalten einen Restalkohol von 0,5 Prozent – so viel ist erlaubt und zum Teil auch in Trauben- oder anderen Fruchtsäften enthalten. Als Erfrischungsgetränk beim Ausdauer-sport eignet sich Bier jedoch auch bei null Prozent Alkohol nicht: Zwar waren neun der 20 getesteten Biere isotonisch, enthielten also die gleiche Menge gelöster Stoffe wie Blut. Doch die Isotonie kam unter anderem vom Kalium – zu viel davon kann die Leistungsfähigkeit von Sportlern senken.

IN KÜRZE

Spitzen-Smartphone mit zwei Kameras

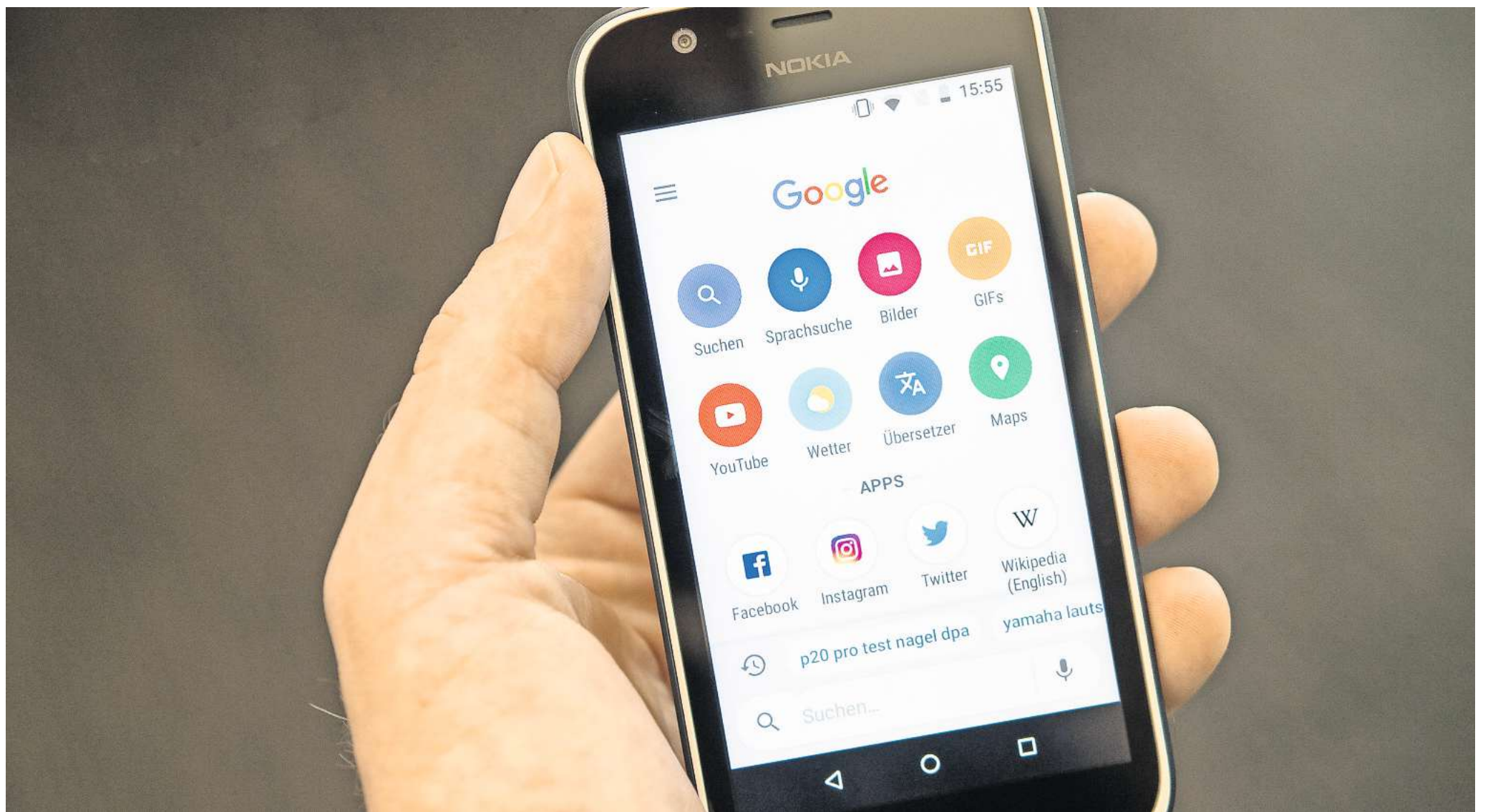
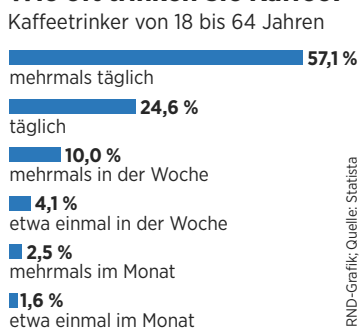
Berlin. HTC hat ein neues Spitzen-Smartphone mit zwei Dualkameras angekündigt. Die Hauptkamera des U12+ ist mit einem optisch wie elektronisch stabilisierten Zwölf-Megapixel-Weitwinkelsensor (f/1,75-Blende) und einem 16-Megapixel-Telesensor (f/2,6) mit einem zweifachen optischen Zoom ausgestattet. Sie kann bildstabilisierte 4K-Videos mit 60 Bildern in der Sekunde aufnehmen und ermöglicht eine Belichtungszeit bis 32 Sekunden sowie das Speichern im RAW-Format. Für die Frontkamera sind zwei Acht-Megapixel-Sensoren (f/2,0) vorgesehen, die Aufnahmen sowohl mit Unschärfe als auch mit hohen Kontrasten (HDR) ermöglichen.

Mehr Bandbreite für O2-Bestandskunden

München. Telefónica erhöht die Bandbreite vieler bestehender O2-DSL-Tarife mit bis zu 16 Megabit pro Sekunde (Mbit/s) kostenlos auf bis zu 50 Mbit/s. Voraussetzung sei, dass der Anschluss über die VDSL-Technologie angebunden ist, wie das Unternehmen mitteilt. Betroffene Kunden sollen über die automatische Anpassung in Kürze informiert werden. Zudem will Telefónica künftig weniger Tarife in der Geschwindigkeit drosseln, wenn in drei aufeinanderfolgenden Monaten ein bestimmtes Datenvolumen überschritten wird. Die sogenannte Fair-Use-Mechanik wird sowohl für Bestands- als auch für Neukunden aufgehoben – mit Ausnahme der S- und XS-Tarife.

ZAHLEN, BITTE!

Wie oft trinken Sie Kaffee?



Sparprogramm: Statt der vollwertigen Google-App gibt es mit Android Go eine deutlich abgespeckte Version.

FOTO: DPA

Einsteiger-Android kommt an Grenzen

Android Go wagt den Spagat und bringt Android-Versionen auf ausgewählte Spar-Smartphones. Damit das gelingt, sind aber einige schmerzhaft Abstriche nötig. Ein Alltagstest

Von Till Simon Nagel

Ein komplettes Smartphone mit Android 8 für 99 Euro? Normalerweise bekommt man in dieser Preisklasse dunkle Displays mit Krümelauflösung, Ruckelprozessoren, und nach wenigen Wochen ist das Bildschirmglas verkratzt. Auch an Sicherheits-Updates für das – ohnehin veraltete – Betriebssystem braucht man eigentlich keine Gedanken zu verschwenden. Nicht so bei Android Go – zumindest zum Teil.

Das Konzept: Aktuellstes Android mit nahezu allen Funktionen für Einsteigergeräte mit Hardware am unteren Ende des Leistungsspektrums. Und das ohne Abzüge bei der Sicherheit. Aktuell bekommt man Android Go etwa mit dem Alcatel 1X, dem Wiko Jerry 3 oder dem Nokia 1 für jeweils um die 100 Euro.

Unterschiede fallen zunächst kaum auf

Beim ersten Kontakt mit Android Go auf dem Nokia 1 fällt zunächst kaum ein Unterschied auf. Android Go ist Android 8.1 mit nahezu allen Features und der gleichen modernen Benutzeroberfläche. Es braucht aber weniger Speicher. Nach dem ersten Start sind auf dem Nokia noch gut 5 von 8 Gigabyte (GB) Speicher frei. Außerdem begnügt

sich Android Go mit einem GB Arbeitsspeicher.

Dafür macht Android Go das Beste aus begrenzten Ressourcen und setzt dabei radikal auf Web-Technologie. Statt das große Rad auf dem Smartphone zu drehen, lagert das Betriebssystem viel Arbeit ins Netz aus. Die Haupt-Apps wie Maps Go, Assistant Go oder Google Go sind im Vergleich zu ihren „normalen“ Android-Versionen geradezu gertenschlank. Maps Go bringt es auf rund 200 Kilobyte, auf einem vergleichbaren Androiden sind es gut 80 Megabyte.

Wer auf dem Nokia 1 Google Maps aufruft, nutzt faktisch einfach die Web-Ausgabe des Dienstes – mit einigen Einschränkungen. Go-Nutzer können nicht in Echtzeit navigieren, ihren Standort in Echtzeit teilen und leider auch keine Karteninhalte offline speichern.

Überraschend ist, dass das Android für eher langsame Smartphones auch eine Go-Version des Google Assistant bietet. Dieser entpuppt sich aber als fast unbrauchbar, weil er (noch) kein Deutsch kann. Stellt man die Telefonsprache auf Englisch ein, hört das Programm erst nach Knopfdruck auf Kommandos. Welche davon der Google Assistant im Gegensatz zur Vollversion beherrscht, bleibt allerdings unklar. Schlimmer noch: nach dem Befehl, Gmail zu öffnen, landet der Nutzer

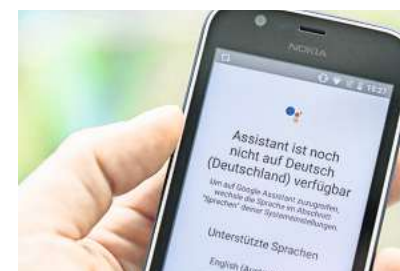
bei einer beliebigen Mail-App im Play Store. Immerhin: Die üblichen Fragen und Web-Recherchen beherrscht Assistant Go gut.

Ein guter Speichermanager sorgt für Ordnung

Und noch einige Dinge fehlen. Zum Beispiel der Splitscreen-Modus für simultanen Betrieb von zwei Apps. Auch Daydream VR funktioniert erwartungsgemäß nicht, ebenso wie die Anbindung von Smartwatches, außerdem fehlen die meisten Google-Apps. Damit der beschränkte Speicherplatz von Android-Go-Geräten gut ausgenutzt wird, ist mit Files Go ein guter Speichermanager installiert.

Das ganze Go-Konzept wirkt bislang allerdings recht konfus. Denn auf dem Go-Gerät lassen sich auch

alle regulären Android-Apps installieren – so auch Google Maps. Späť macht das aber nicht. Neben dem knappen Speicher bringen die meisten normalen Apps das System



Der Google Assistant in Android Go kann (noch) kein Deutsch. Auf Englisch beherrscht er immerhin leichte Kommandos und kann Dinge per Sprachbefehl im Netz recherchieren.

FOTO: DPA

regelmäßig an seine Grenzen. Frisches App-Futter suchen Go-Nutzer also lieber in der neuen Rubrik „Angesagte Apps für Android Go-Edition“ im Play Store. Hier sind neben einigen Spielen auch Pinterest, Opera Mini, der Facebook Messenger Lite oder Instagram verfügbar.

Fazit: Lohnt sich Android Go? Für das aktuelle Betriebssystem definitiv. Go-Nutzer müssen im Gegensatz zu vielen anderen Android-Nutzern nicht ewig oder vergeblich auf Updates und Schutz vor Sicherheitslücken warten. Hier gibt es für kleinstes Geld ein modernes Android ohne High-End-Funktionen. Die Kombination mit schwachen Smartphones ist aber kritisch. Man kann dem Nokia 1 das dunkle Krümeldisplay und die nur unter Optimalbedingungen akzeptable Kamera nicht vorwerfen – mehr ist für diesen Preis nicht drin. Es schlägt sich seinen Möglichkeiten entsprechend gut.

Statt sich ein Android-Go-Gerät zu kaufen, lohnt der Blick in die Preisklasse von 150 bis 250 Euro. Hier gibt es mittlerweile solide Alltagsqualität, ein halbwegs aktuelles Android 7 und teils sogar schon Android 8 ohne die beschriebenen Funktionseinbußen. Und wenn es wirklich ein Android Go wie das Nokia 1 sein muss: Ja, auch das funktioniert – meistens sogar ganz gut, manchmal aber nur mit Schmerzen

Was genau ist Android Go?

Das Los vieler Einsteigerhandys ist ein vom Start weg veraltetes Betriebssystem. Oder: Das Betriebssystem ist halbwegs aktuell, die Hardware des Smartphones damit aber hoffnungslos überfordert. Die Light-Variante Android Go will eine Lösung für

beide Probleme sein. Es handelt sich bei Android Go um weniger leistungshungrige Varianten des mobilen Betriebssystems. Sie sind für Geräte mit nur einem Gigabyte Arbeitsspeicher (RAM) oder noch weniger optimiert.

HMD Globals erstes Einsteigergerät mit Android 8 (Oreo) in der Go-Version ist das Nokia 1 mit 4,5-Zoll-Display. Eine Eins im Namen trägt auch das Android-8-Go-Gerät Alcatel 1X von Hersteller TCL, das ein 5,3 Zoll großes Display bietet.

So lässt sich Mikroplastik vermeiden

Großer Plastikmüll und kleine Partikel verschmutzen Umwelt und Lebensmittel – Gerade bei Kosmetika gibt es Alternativen

Von Annika Jensen

Mikroplastik hat es in die menschliche Nahrung geschafft. Milliardenfach schwimmt es durch die Gewässer der Welt – und landet so auf Umwegen in unserem Essen. Es kommt als Zerfallsprodukt großer Plastikteile vor, aber auch als Zusatz in Kosmetika. Mehrere Staaten, darunter Großbritannien als erstes europäisches Land, haben Mikroplastik in Duschgel und Zahnpasta verboten. Auch Bundesumweltministerin Svenja Schulze (SPD) hat sich gerade für ein europaweites Verbot von Mikroplastik ausgesprochen.

Tüten, Dosen und Fischernetze: Tonnen von Plastikmüll treiben in den Meeren, Flüssen und Seen auf der ganzen Welt. An vielen Stränden wird der Müll angeschwemmt. Doch nicht nur der deutlich sichtbare Plastikmüll ist ein Problem, sondern auch der mikroskopisch kleine Kunststoffabfall – genannt Mikroplastik. Nach



Vor allem bei Peelings gibt es zahlreiche Alternativen zu Produkten mit Plastikpartikeln – etwa Produkte mit Mandelkleie.

FOTO: DPA

einer Definition der U.S. National Oceanic and Atmospheric Administration handelt es sich dabei um Kunststoffteilchen, die kleiner als fünf Millimeter sind. Er entsteht, wenn sich der große Müll zersetzt – durch Wellengang und Witterungseinflüsse, durch Abrieb bei Wasch-

gängen von synthetischer Kleidung und Autoreifen, Straßenmarkierungen und Schiffsbeschichtungen.

Mikroplastik wird aber auch gezielt hergestellt, etwa für Kosmetikprodukte. Es taucht in Zahnpasta, Peelings, Lippenstift und Duschgels auf. Der Bund für Umwelt und Natur-

schutz Deutschland (BUND) hat all jene Produkte gelistet, die mikroskopisch kleine Plastikteile enthalten – ohne Anspruch auf Vollständigkeit. In normaler Schriftgröße ergab das 15 Seiten.

Die meisten Menschen nutzen diese Produkte – oft ohne zu wissen, dass es nicht allein die Verpackung ist, die die Umwelt belastet. Auf den Produkten stehen die Inhaltsstoffe. Aber wie lassen sich die Kunststoffe erkennen? Bezeichnungen, die auf Plastik hinweisen, sind etwa PE (Polyethylen), PP (Polypropylen), PET, Polyester, Polyamid oder auch Nylon-6.

Doch keine Angst: Die Liste dieser Inhaltsstoffe muss man nicht bei jedem Einkauf dabei haben. Mithilfe der App „Beat the Microbead“ lassen sich die Produkte scannen und so herausfinden, ob sie Mikroplastik enthalten. Die App gibt es unter der folgenden Adresse: get.beatthemicrobead.org/.

Alternativen zu Kosmetika mit Plastik gibt es zahlreiche. Besonders in zertifizierter Naturkosmetik finden sich biologisch abbaubare Inhaltsstoffe wie etwa Nuss- oder Kokoschalen, Aprikosen- oder Traubenkerne, Mandelkleie, Pulver aus Samen und Blättern und mineralische Stoffe wie Salzkristalle, Tonerde, Kreide, Kalk oder Silikate. Die Verbraucherplattform Utopia stellt eine Liste mit Alternativprodukten bereit. Sie ist zu finden unter der Adresse utopia.de/galerien/alternativen-kosmetik-produkte-mit-mikroplastik/#1.

Welche Auswirkungen die Plastikteilchen und ihre Schadstoffe auf die menschliche Gesundheit haben, ist noch wenig erforscht. Doch die Belastung der Gewässer ist eindeutig – und ein Grund, warum jetzt auch Schweden Mikroplastik in Kosmetika verboten hat. Ab 1. Juli gilt das Verkaufsverbot, bis 2019 dürfen noch Restbestände verkauft werden.