

## **„Veggie-Food“ -aktuelle Probleme-**

### **Einleitung**

Die vegetarische Ernährung nimmt seit den 90iger Jahren zu. Der Vegetarismus hat jedoch eine lange Geschichte. Der religiöse Vegetarismus ist seit dem 8. Jahrhundert v. Chr. in Nordindien bekannt. Der ethische Vegetarismus wurde von Pythagoras im 6. Jahrhundert v. Chr. begründet. Er und seine Anhänger vertraten die Meinung, dass man Tiere nicht essen sollte, denn der Fleischgenuss mache aus dem Menschen eine Kriegsmaschine. Verschiedene Religionen wie Hinduismus, Buddhismus, Jainismus, führten den Vegetarismus ein. Die Entwicklung des Vegetarismus begann in Europa erst im 19. Jahrhundert. Im Jahr 1847 wurde die Vegetarian Society in England gegründet. Im Jahr 1867 gründete E. Baltzer den ersten vegetarischen Verein (Verein für natürliche Lebensweise) in Nordhausen (Thüringen), der sich im Jahr 1892 mit weiteren Verbänden zum „Deutschen Vegetarier-Bund“ zusammenschloss. Im Jahr 1908 fand in Dresden der erste internationale Vegetariertag statt, bei dem auch die „Internationale Vegetarier Union“ (IVU) gegründet wurde. Der heute bekannte Vereinsname „Vegetarier-Bund Deutschlands e.V.“ (VEBU) entstand durch Namensänderung im Jahr 1984. Die Europäische Vegetarier-Union (EVU) ist eine Dachorganisation für vegetarische Vereine und Gruppen in Europa.

In den letzten Jahren nimmt die Zahl der Vegetarier, insbesondere der Veganer, zu und wird in letzter Zeit kontrovers diskutiert. Konkrete Zahlen der Vegetarier in Deutschland aufgrund repräsentativer Untersuchungen gibt es nicht. Fest steht jedoch, dass in den letzten Jahren die Zahl der Vegetarier in Deutschland gestiegen ist. Zur Zeit finden zunehmende Diskussionen statt; Sozio-Psychologen diskutieren, ob Optimisten oder Pessimisten länger leben. Ernährungswissenschaftler diskutieren, ob Vegetarier oder Nicht-Vegetarier länger leben. Ob eine vegetarische Lebensweise gesünder ist als eine nicht vegetarische ist umstritten.

Die Lebensmittelhersteller stellen sich auf diese Entwicklung ein, ergänzen ihre Sortimente durch Produkte für Vegetarier. Auf dem Markt befinden sich vegetarischer „Käse“ (Pizzakäse, Mozzarella, Käse mit Pilzen u.a.), vegetarische „Fleischerzeugnisse“ (Salami, Frikadellen, Lyoner, Schnitzel, Bratwürste, Kochschinken, Gulasch, Puten-Nuggets, Hähnchen, Fleischsalat u.a.), vegetarischer Kaviar, vegetarischer Kaffeeweißer und mehr. Im Weiteren werden pflanzliche Lebensmittel wie Brot, Schokolade, Kakao, Tee, Fruchtsäfte u.a. als „vegan“ bezeichnet. Es wird häufig die Meinung geäußert, dass z. B. Süßigkeiten für Vegetarier und Veganer ungeeignet sind, da sie Schellack oder Karminrot enthalten. Es gibt Hersteller, die ihre Produkte

mit ergänzenden Bezeichnungen wie „Veggie-Vollkorn-Brot, vegan ohne tierische Produkte“, „vegane Tee“, „vegane Käseersatz“ u.a. ausloben.

Für derartige Produkte werden verschiedene Siegel verwendet. Nicht nur Verbraucher werden irritiert und/oder getäuscht sondern es gibt bei vielen Herstellern eine enorme Rechtsunsicherheit.

Im Rahmen dieses Beitrages werden die nachfolgenden Fragen kurz erörtert um einen Überblick zu schaffen: Was versteht man unter Vegetarismus? Worin unterscheidet sich „vegetarisch“ von „vegan“? Welche Formen gibt es? Dürfen vegane Lebensmittel tierische Bestandteile enthalten? Wie sind Zusatzstoffe zu beurteilen? Was versteht man unter vegane Landwirtschaft? Sind vegetarische Lebensmittel gesünder als nichtvegetarische Lebensmittel? Gibt es für vegetarische/vegane Lebensmittel vertikale Bestimmungen?

## Vegetarismus

Begriffe wie vegetarisch, Vegetarier, vegan, Vegetarismus, Veganismus werden sehr oft ohne Differenzierung synonym verwendet.

Für Viele bedeuten „vegetarisch“ oder „vegan“ einfach „fleischlose Kost“ oder „Gemüse Kost“ u.a., was allerdings nicht so pauschalisiert betrachtet werden kann. Daher ist es wichtig und notwendig die Begriffe zu differenzieren.

Die Begriffe „Vegetarier, vegetarisch, Vegetarismus, Vegan, Veganismus“ stammte historisch bedingt aus dem Englischen von *vegetable*: „Gemüse, pflanzlich“, was wiederum aus dem Lateinischen abgeleitet wird. Seit 1860 gibt es national und international verschiedene Definitionen dazu. Die historische Entwicklung der Begriffe wurde von Leitzmann und Keller sehr übersichtlich dargestellt.

Es gibt verschiedene Formen des Vegetarismus, die je nach Weltanschauung in verschiedene Untergruppen eingeteilt werden können. In Tabelle 1 sind die wichtigsten Formen zusammengefasst.

Tabelle 1: Vegetarische Formen

Ernährungsform	Es wird gegessen bzw. nicht gegessen bzw. verwendet
Vegetarier (Überbegriff)	Überwiegend pflanzliche Lebensmittel
Ovo-Lacto-Vegetarier	Pflanzliche Lebensmittel + Milch und Eier + -erzeugnisse
Lacto-Vegetarier	Pflanzliche Lebensmittel + Milch + -erzeugnisse
Ovo-Vegetarier	Pflanzliche Lebensmittel + Ei + -erzeugnisse
Pesco-Vegetarier/Pescetarier	Pflanzliche Lebensmittel + Fisch + Meeresfrüchte
Semi-Vegetarier	Pflanzliche Lebensmittel + Fisch + Geflügelfleisch

Pudding-Vegetarier	Alles außer Fleisch
Flexitarier	Im Prinzip alles, Fleisch ab und zu
Rohköstler	Reine Rohkost (vegan, vegetarisch, omnivor)
Frutarier/Fructarier	Nur „lebende“ Früchte (eigentlich vegan!)
Veganer (Überbegriff)	Nur pflanzliche Lebensmittel Kein Honig Keine Zusatzstoffe tierischer Herkunft Keine technischen Hilfsstoffe tierischer Herkunft Keine tierischen Bedarfsgegenstände Keine Produkte tierischer Herkunft, z.B. Leim u.a.

### **Vegetarier**

Dabei handelt es sich um einen Überbegriff. Vegetarier sind Menschen, die sich aus verschiedenen Gründen überwiegend fleischlos ernähren, d.h. sie verzichten auf Fleisch, Fisch einschließlich Meeresfrüchte sowie deren Erzeugnisse. Dagegen verzehren sie Milch, Eier, Honig und die daraus hergestellten Lebensmittel, und Zusatzstoffe tierischer Herkunft sind für sie kein Tabu. Da es *den* Vegetarier nicht gibt, gehören zahlreiche Untergruppen zu Vegetariern.

### **Ovo-Lacto-Vegetarier (ovo=Eier und lacto=Milch)**

Nicht erlaubt sind Fleisch, Geflügelfleisch, Fisch und Meeresfrüchte. Hauptsächlich werden pflanzliche Lebensmittel verzehrt aber auch Eier und Eierzeugnisse sowie Milch und Milcherzeugnisse. Gelatine wird vermieden. Honig wird gegessen. Diese Art der Ernährung ist in Deutschland am meisten verbreitet.

### **Lakto-Vegetarier**

Lakto-Vegetarier meiden Fleisch, Fisch und zusätzlich auch Eier; sie verzehren pflanzliche Lebensmittel aber auch Milch- und Milcherzeugnisse.

### **Ovo-Vegetarier**

Ovo-Vegetarier essen hauptsächlich pflanzliche Lebensmittel, aber auch Eier und deren Erzeugnisse. Sie verzichten auf Fleisch und Fisch sowie Milch und Milchprodukte.

### **Pesco-Vegetarier/Pescetarier**

Pescetarier vermeiden Fleisch und Geflügelfleisch jedoch nicht Fisch sowie Krebs- und Weichtiere. Die Motivation für Vegetarier Fisch zu essen, ist unterschiedlich. Oft werden ernährungsphysiologische Vorzüge genannt, die mit dem Verzehr von Fisch einhergehen. Vor allem den

im Fisch enthaltenen Omega-3-Fettsäuren wird positive Wirkung nachgesagt. So sollen sie den Herzrhythmus stabilisieren, den Blutzuckergehalt positiv beeinflussen, Entzündungen im Körper reduzieren und so vor Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützen.

### **Semi-Vegetarier**

Diese Form des Vegetarismus ist oft eine Vorform einer vegetarischen Ernährung. So eine Art Umstellungsphase. Sie kann aber auch aus rein ernährungsphysiologischen Gründen gelebt werden. Rindfleisch und Schweinefleisch werden vermieden. Geflügel und Fisch sowie Meeresfrüchte werden gegessen. Milch und Milchprodukte sind für sie kein Tabu. Darüber hinaus lehnen Semi-Vegetarier tierische Fette in Fertigprodukten sowie Gelatine nicht ab.

### **Pudding-Vegetarier**

Der Begriff hat mit dem Lebensmittel „Pudding“ nichts zu tun. Nach Leitzmann und Keller wurde der Begriff „Pudding-Vegetarier“ in den 1920er Jahren von Are Waerland aus Schweden während einer Reise durch England eingeführt. Damit bezeichnete er vegetarisch lebende Menschen, die auf ihn nicht besonders gesund wirkten. Vegetarier, die Pudding-Vegetarier genannt werden, lehnen Fleisch und Fisch ab, sie ernähren sich aber mit stark verarbeiteten Lebensmitteln ungesund. Für diese Vegetarier-Gruppe sind eher ethische und moralische Gründe ausschlaggebend als gesundheitliche Gründe.

### **Flexitarier**

Flexible Vegetarier verzehren im Prinzip alles, Fleisch und Fisch ab und zu. Das Hauptziel dieser Gruppe ist eine gesunde Ernährung. Eine repräsentative Umfrage der Universität Hohenheim aus dem Jahr 2013 ergab, dass etwa 11,6% der Deutschen als Flexitarier einzuordnen sind. Nach VEBU beträgt die Zahl ca. 50%. Für manche kommen nur ökologisch erzeugte Fleischarten in Frage oder sie essen Fleisch zu besonderen Anlässen. Für andere ist der „Sonntagsbraten“ heilig.

### **Rohköstler**

Sie verzehren in der Hauptsache reine Rohkost (vegan, vegetarisch, omnivor), die während der Verarbeitung auf nicht mehr als 40°C erhitzt wird. Die Vitamine und Enzyme von Lebensmittel sollen nicht verloren gehen. Darüber hinaus sollten Reaktionsprodukte, die bei der Erhitzung entstehen, vermieden werden. Rohköstler verzehren Trockenfrüchte, kaltgepresste Öle, kaltgeschleuderten Honig, Kaltgetrocknetes wie z.B. Trockenfleisch und –fisch sowie kaltgeräucherte Erzeugnisse wie Fleisch und Fisch. Normalerweise gehört diese Gruppe nicht zu den Vegetariern, auch wenn die Mehrheit der Rohköstler sich vegetarisch ernährt.

## **Frutarier/Fructarier**

Die Gruppe wird auch Fruganer genannt. Im Grunde genommen handelt es sich bei dieser Gruppe um Veganer. Erlaubt sind Lebensmittel pflanzlicher Herkunft, bei deren Herstellung die Pflanze nicht geschädigt wird, da die Ernte und der Verzehr eines Obstes den Baum an sich nicht verletzt. Hauptsächlich werden Obst, Nüsse, Tomaten, Kürbisse u.a. gegessen. Dagegen vermeidet die Gruppe Wurzelgemüse wie Kartoffeln, Möhren, Rote Beete. Die Beweggründe dieser Gruppe sind ähnlich wie bei den Vegetariern bzw. Veganern, nämlich Gesundheit, Ethik, Ökologie und Religion. Darüber hinaus lautet ihre Devise „Leben und leben lassen“ auch bei Pflanzen.

## **Veganer**

Bei den Veganern handelt es sich um strenge Vegetarier. Der Begriff wird fälschlicherweise auch für die Vegetarier verwendet. Veganer vermeiden nicht nur tierische Lebensmittel sondern auch tierische Gegenstände des Alltags, wie z. B. Leder, Daunenjacken, Seiden, Wollprodukte, Kosmetik, Leim tierischer Herkunft u.a..

Bezüglich der Zusatzstoffe und Verarbeitungshilfsmittel gibt es verschiedene Meinungen. Manche der Veganer akzeptieren diese Minorbestandteile. Andere lehnen Lebensmittel ab, die Zusatzstoffe tierischer Herkunft enthalten, wie z.B.: E 120 Echtes Karmin (es kann synthetisch oder aus weiblichen Schildläusen hergestellt werden), E 471: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren (sie können auch aus tierischen Fetten hergestellt werden), E 901: Bienenwachs, E 904: Schellack (es wird aus den Ausscheidungen von Gummischild-Lackläusen gewonnen) und E 950: Cystein (es kann auch aus tierischen Haaren oder Federn hergestellt werden).

Des Weiteren lehnen Veganer Verarbeitungshilfsstoffe tierischer Herkunft ab. Dabei handelt es sich um Stoffe, die bei der Verarbeitung von Lebensmitteln verwendet werden aber nicht in das Endprodukt eingehen oder eingehen sollen, z.B. Gelatine, die zur Klärung von Fruchtsaftgetränken und Wein eingesetzt werden kann und anschließend durch Filtration wieder entfernt wird.

Veganer kritisieren, dass bezüglich der Herkunft der Zusatzstoffe und Verarbeitungshilfsmittel im Zutatenverzeichnis nicht angegeben wird, ob sie tierischer oder pflanzlicher Herkunft sind.

Im Weiteren verlangen strenge Veganer eine „vegane“ Landwirtschaft. Laut Publikationen handelt es sich dabei um Landbewirtschaftung nach den Grundsätzen des Veganismus. Hier sollten weder tierische Produkte wie Gülle, Mist, Hornmehl und Schlachtabfälle verwendet noch Tiere ausgebeutet werden. Bei „bio-veganer“ Landwirtschaft kommt dazu der Verzicht auf synthetische Düngemittel, Pestizide und gentechnisch veränderte Organismen.

## Herstellung von vegetarischen Lebensmitteln

Die auf dem Markt befindlichen vegetarischen Produkte sind in Tabelle 2 beispielhaft zusammengefasst. Die Herstellung von sog. Ersatzprodukten/Imitaten ist unterschiedlich, je nachdem ob es sich um vegetarische oder vegane Produkte handelt.

Tab.: 2 Vegetarische Produkte auf dem Markt

„Fleisch“-Erzeugnisse	„Milch“-Erzeugnisse	„Andere“
Salami	Pizzakäse	Kaviar
Frikadellen	Mozzarella	Kaffeeweisser
Lyoner	wie Käse	Brotaufstriche
Schnitzel	Pizzaschmelz	Gelatine
Bratwurst	Cheddar Style	Mayonnaise
Gulasch	u.a.	Brot
Puten-Nuggets		Schokolade
Kochschinken		Tee
Brathähnchen		Kaffee
Döner		u.a.
u.a.		

In Tabelle 3 sind die Ausgangsprodukte für die Herstellung von ausgewählten vegetarischen Lebensmitteln zusammengestellt.

Tabelle 3: Grundlagen für Ersatzprodukte tierischer Herkunft

Fleischersatz	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Soja, Sojaproteine</li> <li>➤ Mykoproteine aus <i>Fusarium venenatum</i> (Schimmelpilze)</li> <li>➤ Erbsen, Lupinen und deren Proteine</li> <li>➤ Weizenproteine (Seitan)</li> <li>➤ Gemüse</li> </ul>
---------------	---

	➤ u.a.
Milchersatz	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Soja</li> <li>➤ Hafer</li> <li>➤ Reis</li> <li>➤ Kokosmilch</li> <li>➤ u.a.</li> </ul>
Eiersatz	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Maisstärke</li> <li>➤ Lupinenmehl</li> <li>➤ Pflanzenfett</li> <li>➤ u.a.</li> </ul>
	<b>+ Wasser und Zusatzstoffe</b>

Bei der Innovation von vegetarischen/veganen Lebensmitteln pflanzlicher Herkunft handelt es sich um simple Werbung. In der Tat werden bei der Herstellung derartiger Lebensmittel keine Zusatzstoffe oder technischen Hilfsstoffe tierischer Herkunft verwendet. Bei einigen Lebensmitteln erfolgt die Auslobung als vegetarisch oder vegan trendbedingt.

### **Vegetarische Lebensmittel aus gesundheitlicher Sicht**

Es gibt Untersuchungen, die besagen „Vegetarier haben häufiger Krebs, Asthma und psychische Erkrankungen als Fleischesser“, „mehr Krankheiten und weniger Lebensqualität als Viel-Fleischesser“ sowie „Fleischesser sind seltener krank als Vegetarier“ u.a.. Die Internationale Agentur für Krebsforschung (IARC) stuft verarbeitetes Fleisch als krebserregend und rotes Fleisch als wahrscheinlich krebserregend ein. Es gilt als sicher nachgewiesen, dass der Verzehr von verarbeitetem Fleisch Darmkrebs verursachen kann. Aus Untersuchungen geht ebenfalls hervor, dass Menschen, die sich ausschließlich pflanzlich ernähren, seltener an Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes oder Herzinfarkt leiden. Ob dies auf eine vegetarische Ernährung oder auf bewusste Lebensweise zurückzuführen ist, ist fraglich, da Vegetarier in der Regel bewusster leben. Unter ihnen gibt es weniger Raucher, sie trinken weniger Alkohol und weniger Kaffee, treiben Sport, machen autogenes Training oder Joga.

Wiederum warnen Ernährungswissenschaftler aber auch vor Gefahren einer rein veganen Ernährung, da pflanzliche Lebensmittel nicht alle Nährstoffe bzw. diese nicht optimal enthalten und bei ungünstiger Lebensmittelauswahl eine Unterversorgung entstehen kann. Besonders gefährdet sind neben Säuglingen und Kindern auch Schwangere und stillende Mütter. Als kritische Nährstoffe kommen Vitamin B<sub>12</sub>, Vitamin D, Jod aber auch Eisen, Calcium und Zink in Frage.

Die offizielle Position der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zur veganen Ernährung wurde im April 2016 veröffentlicht. Die Zusammenfassung der DGE-Position „Vegane Ernährung“ lautet: „Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) hat auf Grundlage der aktuellen wissenschaftlichen Literatur eine Position zur veganen Ernährung erarbeitet. Bei einer rein pflanzlichen Ernährung ist eine ausreichende Versorgung mit einigen Nährstoffen nicht oder nur schwer möglich. Der kritischste Nährstoff ist Vitamin B<sub>12</sub>. Zu den potenziell kritischen Nährstoffen bei veganer Ernährung gehören außerdem Protein bzw. unentbehrliche Aminosäuren und langkettige n3-Fettsäuren sowie weitere Vitamine (Riboflavin, Vitamin D) und Mineralstoffe (Calcium, Eisen, Jod, Zink, Selen). Für Schwangere, Stillende, Säuglinge, Kinder und Jugendliche wird eine vegane Ernährung von der DGE nicht empfohlen. Wer sich dennoch vegan ernähren möchte, sollte dauerhaft ein Vitamin-B<sub>12</sub>-Präparat einnehmen, auf eine ausreichende Zufuhr v. a. der kritischen Nährstoffe achten und gegebenenfalls angereicherte Lebensmittel und Nährstoffpräparate verwenden. Dazu sollte eine Beratung von einer qualifizierten Ernährungsfachkraft erfolgen und die Versorgung mit kritischen Nährstoffen regelmäßig ärztlich überprüft werden“.

### **Lebensmittelrechtliche Bestimmungen**

Weder für vegetarische noch für vegane Produkte gibt es eine vertikale Regelung. In dem Entwurf 2008 zur LMIV gab es keine Begriffsbestimmungen zu vegetarischen bzw. veganen Lebensmitteln. Durch das Europäische Parlament wurden die Begriffe „vegetarisch“ und „vegan“ im Verordnungsentwurf 2010 (Artikel 34 Abs. 6) wie folgt eingeführt:

*Der Begriff „vegetarisch“ ist nicht auf Lebensmittel anzuwenden, bei denen es sich um Erzeugnisse handelt oder die aus oder mithilfe von Erzeugnissen hergestellt werden, die aus verendeten, geschlachteten oder aufgrund ihres Verzehrs zu Tode gekommenen Tieren gewonnen wurden.*

*Der Begriff „vegan“ ist nicht auf Lebensmittel anzuwenden, bei denen es sich um Tiere oder tierische Erzeugnisse handelt oder die aus oder mithilfe von Tieren oder tierischen Erzeugnissen (einschließlich Erzeugnissen von lebenden Tieren) hergestellt wurden.*

In der endgültigen Fassung der VO (EU) Nr. 1169/2011 wurden diese Definitionen gestrichen, da bereits das Zutatenverzeichnis über die Geeignetheit eines Lebensmittels für Vegetarier und Veganer Auskunft gibt.

Gemäß Artikel 36 (freiwillige Informationen über Lebensmittel) soll die Kommission eine Durchführungsrechtsakte erlassen, wonach Informationen über die Eignung von Lebensmitteln für Vegetarier oder Veganer nicht irreführend, zweideutig oder verwirrend für Verbraucher sein dürfen.



Zur Zeit werden die Definitionsvorschläge „vegetarisch“ bzw. „vegan“ von der europäischen Dachorganisation für Vegetarier (European Vegetarian Union) diskutiert.

Aus dem Beschluss der Verbraucherschutzministerkonferenz geht folgendes hervor: dass „für die Begriffe vegan und vegetarisch weder der nationale noch der europäische Gesetzgeber rechtsverbindliche Definitionen festgelegt hat. Unter Beachtung des wachsenden Anteils an Veganern, Vegetariern und Flexitariern in der Bevölkerung und der damit steigenden Marktrelevanz veganer und vegetarischer Erzeugnisse, ist für eine Wahlfreiheit der Verbraucherinnen und Verbraucher eine rechtsverbindliche Definition unerlässlich“. Daher wurden am 22. April 2016 in Düsseldorf Definitionen von **„vegan“ und „vegetarisch“** beschlossen und es wurde darin vereinbart, dass diese Definitionen in der Lebensmittelüberwachung bei der Beurteilung der Kennzeichnung von Lebensmitteln zukünftig zu Grunde gelegt werden:

*(1) Vegan sind Lebensmittel, die keine Erzeugnisse tierischen Ursprungs sind und bei denen auf allen Produktions- und Verarbeitungsstufen keine*

- *Zutaten (einschließlich Zusatzstoffe, Trägerstoffe, Aromen und Enzyme) oder*
- *Verarbeitungshilfsstoffe oder*
- *Nicht-Lebensmittelzusatzstoffe, die auf dieselbe Weise und zu demselben Zweck wie Verarbeitungshilfsstoffe verwendet werden,*

*die tierischen Ursprungs sind, in verarbeiteter oder unverarbeiteter Form zugesetzt oder verwendet worden sind.*

*(2) Vegetarisch sind Lebensmittel, welche die Anforderungen des Absatzes 1 erfüllen, bei deren Produktion jedoch abweichend davon*

- 1. Milch,*
- 2. Kolostrum,*
- 3. Farmgeflügeleier,*
- 4. Bienenhonig,*
- 5. Bienenwachs,*
- 6. Propolis oder*
- 7. Wollfett/Lanolin aus von lebenden Schafen gewonnener Wolle,*

*oder deren Bestandteile oder daraus gewonnene Erzeugnisse zugesetzt oder verwendet worden sein können.*

*(3) Einer Auslobung als vegan oder vegetarisch stehen unbeabsichtigte Einträge von Erzeugnissen, die nicht den jeweiligen Anforderungen des Absatzes 1 oder 2 entsprechen, nicht entgegen, wenn und soweit diese auf allen Produktions-, Verarbeitungs- und Vertriebsstufen trotz geeigneter Vorkehrungen bei Einhaltung der guten Herstellungspraxis technisch unvermeidbar sind.*

*(4) Die Absätze 1 bis 3 gelten entsprechend, wenn für Lebensmittel Informationen verwendet werden, die aus Verbrauchersicht gleichbedeutend mit „vegan“ oder „vegetarisch“ sind.*

In Tabelle x sind die Definitionen gegenübergestellt.

Tabelle x: Definitionen

	<b>vegetarisch</b>	<b>vegan</b>	
<b>LMIV*</b>	Der Begriff „vegetarisch“ ist nicht auf Lebensmittel anzuwenden, bei denen es sich um Erzeugnisse handelt oder die aus oder mithilfe von Erzeugnissen hergestellt werden, die aus verendeten, geschlachteten oder aufgrund ihres Verzehrs zu Tode gekommenen Tieren gewonnen wurden.	Der Begriff „vegan“ ist nicht auf Lebensmittel anzuwenden, bei denen es sich um Tiere oder tierische Erzeugnisse handelt oder die aus oder mithilfe von Tieren oder tierischen Erzeugnissen (einschließlich Erzeugnissen von lebenden Tieren) hergestellt wurden.	
<b>EVU**</b>	Vegetarische Lebensmittel, die keine Erzeugnisse tierischen Ursprungs sind und bei deren Herstellung, Be- oder Verarbeitung keine Zutaten (einschließlich Zusatzstoffen, Trägerstoffen, Aromen, Enzymen und Quasi-Verarbeitungshilfsstoffen) oder Verarbeitungshilfsstoffe tierischen Ursprungs (verarbeitet oder unverarbeitet) absichtlich zugesetzt oder verwendet worden sind, mit Ausnahme von Milch,	Vegane Lebensmittel, bei deren Herstellung bzw. Be- oder Verarbeitung keine Erzeugnisse (Zutaten einschl. Zusatzstoffe, Trägerstoffe, Aromen, Enzyme, Verarbeitungshilfsstoffe und Quasi-Verarbeitungshilfs-	Bei Lebensmitteln, die als vegetarisch oder vegan ausgelobt sind, ist während der gesamten Herstellung, Be- oder Verarbeitung sowie des Inverkehrbringens durch geeignete Vorkehrungen sicherzustellen, dass

	<p>Kolostrum, Vogeleiern, Bienenhonig, Bienenwachs und Propolis, deren Bestandteilen und daraus gewonnenen Erzeugnissen.</p>	<p>stoffe) tierischen Ursprungs (verarbeitet und unverarbeitet) absichtlich zugesetzt oder verwendet worden sind.</p>	<p>eine Kreuzkontamination mit Erzeugnissen, die nicht den Anforderungen von Absatz 1 und 2 entsprechen, verhindert wird. Einer Auslobung als vegan oder vegetarisch stehen Kreuzkontaminationen nicht entgegen, wenn und soweit diese trotz geeigneter Vorkehrungen bei Einhaltung der guten Hygienepraxis technisch unvermeidbar sind.</p>
<p>VSMK***</p>	<p>Vegetarisch sind Lebensmittel, welche die Anforderungen des Absatzes 1 erfüllen, bei deren Produktion jedoch abweichend davon</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Milch,</li> <li>2. Kolostrum,</li> <li>3. Farmgeflügeleier,</li> <li>4. Bienenhonig,</li> <li>5. Bienenwachs,</li> <li>6. Propolis oder</li> <li>7. Wollfett/Lanolin aus von lebenden Schafen gewonnener Wolle,</li> </ol> <p>oder deren Bestandteile oder daraus gewonnene Erzeugnisse zugesetzt oder verwendet worden sein können.</p>	<p>Vegan sind Lebensmittel, die keine Erzeugnisse tierischen Ursprungs sind und bei denen auf allen Produktions- und Verarbeitungsstufen keine</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zutaten (einschließlich Zusatzstoffe, Trägerstoffe, Aromen und Enzyme) oder</li> <li>• Verarbeitungshilfsstoffe oder</li> <li>• Nicht-Lebensmittelzusatzstoffe, die auf dieselbe Weise und zu demselben Zweck wie Verarbeitungshilfsstoffe verwendet werden,</li> </ul>	<p>Einer Auslobung als vegan oder vegetarisch stehen unbeabsichtigte Einträge von Erzeugnissen, die nicht den jeweiligen Anforderungen des Absatzes 1 oder 2 entsprechen, nicht entgegen, wenn und soweit diese auf allen Produktions-, Verarbeitungs- und Vertriebsstufen trotz geeigneter Vorkehrungen bei Einhaltung der guten Herstellungspraxis technisch unvermeidbar sind.</p>

		die tierischen Ursprungs sind, in verarbeiteter oder unverteilter Form zugesetzt oder verwendet worden sind.	
--	--	--	--

\*: LMIV (2010) , \*\*: European Vegetarian Union, \*\*\*: 12. Verbraucherschutzministerkonferenz am 22. April 2016

Wie sind die vegetarischen Produkte lebensmittelrechtlich zu beurteilen?

Derzeitig können vegetarische Lebensmittel generell tierische Zutaten außer Fleisch enthalten. Dagegen dürfen vegane Lebensmittel keine tierischen Zutaten aufweisen. Produkte können entweder als Imitate von tierischen Produkten eingestuft werden oder Lebensmittel eigener Art sein. Wenn es sich dabei um Imitate handelt, muss die Kennzeichnung- zusätzlich zum Zutatenverzeichnis- mit einer deutlichen Angabe des Bestandteils oder der Zutat versehen sein, der/die für die teilweise oder vollständige Ersetzung verwendet wurde/n, und zwar in unmittelbarer Nähe zum Produktnamen (Artikel 17 Nr. 4 Anhang VI Nr. 4 LMIV) oder sie müssen im Sinne des § 11 Abs. 2. Nr. 2 LFGB ausreichend kenntlich gemacht werden.

Hier stellt sich die Frage: Sind die Ergänzungen der Bezeichnung (den tierischen Lebensmitteln vorbehaltene Bezeichnungen) mit den Begriffen „veggie“, „vegetarisch“, „vegan“, „wie...“, „art...“, „fleischfrei“, „ohne Fleisch“ usw. zusätzlich zum Zutatenverzeichnis- eine deutliche Angabe im Sinne der LMIV oder eine ausreichende Kenntlichmachung im Sinne des LFGB?

Legt man die Hinweise für die Anwendung der LMBK für die Beurteilung zu Grunde, so ist die angegebene Verkehrsbezeichnung der Veggie-Produkte generell als irreführend zu beurteilen, denn: Bestehen Zweifel, ob eine erhebliche Abweichung der Beschaffenheit noch kenntlich gemacht werden kann oder ob bereits ein im Wesen anderes Produkt (Aliud) vorliegt und damit die angegebene Verkehrsbezeichnung nicht mehr zulässig ist, hat die/der Sachverständige bei der Interpretation der Leitsätze die herkömmlichen Regeln der Normauslegung entsprechend anzuwenden. Von einem Aliud ist beispielsweise dann regelmäßig auszugehen, wenn in dem entsprechenden Leitsatz für ein Lebensmittel mit der festgestellten Beschaffenheit eine andere Verkehrsbezeichnung aufgeführt ist. Die ursprünglich gewählte Verkehrsbezeichnung ist dann als irreführend im Sinne des § 11 Abs. 1 Nr. 1 LFGB zu beurteilen.

Dagegen gibt es einzelne Gerichtsurteile, wonach unter ausreichender Kenntlichmachung von den Vorgaben der Leitsätze für Fleisch und Fleischerzeugnisse abgewichen werden kann. Das bekannte Beispiel ist die Bezeichnung des Schnitzels als „Schnitzel vom Schwein“. Nach dem VG Gelsenkirchen liegt ebenfalls keine Irreführung vor, wenn aus der Deklaration vegetarischer Fleischersatzprodukte deutlich hervorgeht, dass es sich um fleischlose Produkte handelt.

Das OVG Münster entschied, dass die Bezeichnung des Produktes „W. Gouda“ („2 fleischfreie Filets gefüllt mit Gouda“) irreführend ist, wenn es sich bei der Füllung tatsächlich um eine Schmelzkäsemasse handelt. Die Angabe „fleischfreie Filets“ blieb jedoch unbeanstandet.

Nach Meinung des VG Gelsenkirchen ist die Angabe „Schnitzel fleischfrei“ bei einem Produkt „Panierter Bratling aus Milch“ nicht irreführend, da auf der Verpackung auf die Fleischfreiheit hingewiesen wurde.

Der Bundesrat hat am 20.09.2013 einen Entschließungsantrag verabschiedet, mit dem eine bessere Kennzeichnung von vegetarischen und veganen Lebensmitteln erreicht werden soll. Auch dies wurde vom zuständigen Bundesministerium abgelehnt, da Verbraucher bereits nach geltendem Recht die Möglichkeit haben, sich anhand von Verkehrsbezeichnung und Zutatenverzeichnis über die Zutaten eines Lebensmittels und somit auch über Inhaltsstoffe tierischer Herkunft zu informieren.

Im Weiteren geht aus dem ALS-Beschluss folgendes hervor: „Wird ein Produktname angegeben, der üblicherweise für Fleisch-, Fisch- oder Milcherzeugnisse verwendet wird, ist eine Irreführung i. d. R. ausgeschlossen, wenn im Hauptsichtfeld das vegetarische oder vegane Produkt deutlich sichtbar als solches bezeichnet ist und die Angabe des ersetzten Bestandteils tierischer Herkunft in ausreichender Größe vorhanden ist“.

Es ist angebracht hier zu erwähnen, dass die Bezeichnung „Milch“ Milch und Milcherzeugnissen vorbehalten ist und Milcherzeugnisse ausschließlich aus Milch gewonnene Erzeugnisse sind [Verordnung (EU) Nr. 1308/2013].

## **Zusammenfassung**

Auf dem Markt befinden sich viele vegetarische Produkte in unterschiedlichen Aufmachungen und die Tendenz ist steigend. Vegetarische Lebensmittel können tierische Zutaten außer Fleisch enthalten. Vegane Lebensmittel dürfen keine tierischen Zutaten aufweisen. Eine EU-weite Klarheit bei vegetarischen Lebensmitteln sowohl für Hersteller als auch für Verbraucher aber auch für die Lebensmittelüberwachung ist unbedingt erforderlich

## Literatur

- AID [http://www.aid.de/verbraucher/trends\\_vegane\\_lebensmittel.php](http://www.aid.de/verbraucher/trends_vegane_lebensmittel.php)
- Ärzteblatt 14. April 2011
- Ärzteblatt 1. Februar 2013
- Ärzteblatt 31. Mai 2013
- Becker Ulrike UGB-Forum Spezial S. 6
- Bollhöfer Michaela Ernährungsumschau 3/2012 S. B9
- Bollhöfer Michaela Ernährungsumschau 4/2012 S. B13
- Burkert NT, Muckenhuber J. et al. The Association Between Eating Behavior and Various Health Parameters
- Cordts Anette, Spiller Achim et al [https://www.uni-hohenheim.de/uploads/media/Artikel\\_FleischWirtschaft\\_07\\_2013.pdf](https://www.uni-hohenheim.de/uploads/media/Artikel_FleischWirtschaft_07_2013.pdf)
- DGE Pressemitteilung der DGE vom 13.09.2011
- DGE DGE-Position „Vegane Ernährung“; Ernährungsumschau *international* 4/2016
- DGE Info 10/2013
- Europäische Vegetarier-Union [https://de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische\\_Vegetarier-Union](https://de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische_Vegetarier-Union)
- Glei Michael Ernährungsumschau 11/2013 S. S43
- Keller Markus, Leitzmann Claus Ernährungsumschau 11/2012 S. 632
- Kerschke-Risch Pamela Ernährungsumschau International 6/2015 S. M330
- Leitzmann Claus, Hahn Andreas Vegetarische Ernährung 1995 Ulmer UTB
- Leitzmann Claus, Keller Markus Vegetarische Ernährung 3. Auflage 2013 Ulmer UTB
- Leitzmann Claus UGB-Forum 3/11 S. 140
- Mühleib Friedhelm Ernährung im Fokus 15-09-10/15 S. 275
- n.n. Prüfzeichen für Vegetarisches, LMuR 2000, 28.
- n.n. <http://www.netdokter.de/ernaehrung/pescetarier-kein-fleisch-aber-fisch/>
- n.n. <http://www.isis-web.de/Tiere/vegetarier.htm#Semi>
- n.n. (<https://www.barcoo.com/news/nicht-vegetarisch-diese-suessigkeiten-enthalten-tier>)
- n.n. <http://www.lebensmittelklarheit.de/forum/kaffee-vegan>
- n.n. <http://www.gesunderleben.org/was-sind-pesco-vegetarier-pescetarier/>
- Neumann Eva Ernährung im Fokus 15-09-10/15 S. 276

OVG Münster	Beschluss vom 23.10.2012 - 13 B 986/12 LMRR 2012 S. 49
Pollmer Udo, Keckel Georg et al	Don`'t Go Veggie S.Hirzel 2015
Rützler Hanni	Ernährungsumschau 7/2012 S 392
Rützler Hanni, Reiter Wolfgang	Muss denn Essen Sünde sein? Brandstätter 2015
Schlegel-Matthies Kirsten	Ernährung im Fokus 15-09-10/15 S. 256
Schwink Anika	Ernährungsumschau, 7./2014 S27
Schwink Anika	Ernährungsumschau, 6./2014 S23
Semmler Edmund	Ernährungsumschau, 5/2008 S. 280
<u>Vegetarierbund Deutschland</u>	<a href="https://vebu.de/">https://vebu.de/</a>
VG Arnsberg	Urteil vom 26. 10. 2009 - 3 K 3516/08 LMRR 2009 S. 61
Voit Wolfgang, Grube Markus	Lebensmittelinformationsverordnung Kommentar, C.H. Beck 2016 (Online)
Voit Wolfgang, Grube Markus	Lebensmittelinformationsverordnung Kommentar, C.H. Beck 2013 (Printausgabe)
VSMK-Dokumente 2016	<a href="http://www.verbraucherschutzministerkonferenz.de/VSMK-Dokumente.html">www.verbraucherschutzministerkonferenz.de/VSMK-Dokumente.html</a>
Weck Markus	FOOD & RECHT PRAXIS 04   2015 Behr`s
Weig Stefan	UGB-Forum Spezial S. 9
Wikipedia	<a href="https://de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische_Vegetarier-Union">https://de.wikipedia.org/wiki/Europ%C3%A4ische_Vegetarier-Union</a>

Dr. H. Taschan, Jena  
[Taschan@t-online.de](mailto:Taschan@t-online.de)