

The Food Translator

Kaleidoskop der englischen und deutschen Sprache in der Lebensmittelindustrie

© hoxby, Fotolia.de



Neue Nährwertkennzeichnung in den USA

Dipl.-Ing. **Christiane Sprinz**
Lebensmitteltechnologin
und Übersetzerin

Eschenweg 3
21365 Adendorf

T 04131 187067
cs@food-translator.com

www.food-translator.com

Mitte letzten Jahres gab die FDA, die Lebensmittelbehörde in den USA, Änderungen zur Nährwertkennzeichnung bekannt. Diese müssen bis zum 26. Juli 2018 umgesetzt werden. Kleinunternehmer aus dem Lebensmittelbereich mit Umsätzen unter 10 Mill. USD pro Jahr haben ein Jahr länger Zeit.

Viele der Neuerungen gehen auf die Fortschreibung der Ernährungsrichtlinien zurück, die 2016 veröffentlicht wurden (2015–2020 Dietary Guidelines for Americans). Hier ein kurzer Einblick:

In größerer Schrift und damit besser zu erkennen, müssen die Angaben zu den Portionsgrößen und den in der Verpackung enthaltenen Portionen präsentiert werden. Grundsätzlich wurden die Portionsgrößen neu definiert, da sie seit 1993 unverändert waren, sich aber die Ernährungsgewohnheiten in zwischen geändert haben. Wichtig ist hierbei, wie viel von dem Lebensmittel auf einmal verzehrt wird. Das kann zu der irritierenden Angabe führen, dass eine 330 ml-Flasche eines Erfrischungsgetränks eine Portion ist, aber eine 500 ml-Flasche desselben Getränks ebenfalls, weil man annimmt, dass die Flaschen jeweils bei einer Mahlzeit ausgetrunken werden. Grundsätzlich deklariert die FDA als eine Portion die Menge, die eine Person ab dem Alter von 4 Jahren aufwärts im Rahmen einer Mahlzeit auf einmal verzehrt.

Angaben zu Fetten. Bislang mussten die Kalorien aus Fett gesondert angegeben werden. Das ist nun nicht mehr nötig, weil neuere wissenschaftliche Erkenntnisse darauf hin deuten, dass die Art der Fette wichtiger ist als die Gesamtmenge an Fetten. Wobei es mich mal wieder ärgert, dass gesättigte Fettsäuren als gesättigte Fette (saturated fat) bezeichnet werden. Gleiches gilt für die Transfettsäuren. Diese vereinfachte Art der Bezeichnung hat auch schon in die deutsche Sprache Einzug gehalten und dient wahrscheinlich dazu, die Verbraucher nicht mit diesen wissenschaftlichen Nickerlichkeiten zu verwirren.

Wichtig ist die Angabe als »% Daily Value«, das ist der prozentuale Anteil an der Tagesdosis. Allgemein geht man davon aus, dass täglich insgesamt 2000 Kalorien verzehrt werden. Diese Definition war auch bislang vorgeschrieben, nur wurden jetzt einfachere Worte für die Erklärung gewählt, was die Tagesdosis ist und auf welcher Grundlage sie beruht.

Bislang gab es keine Definition für Ballaststoffe. Diesem hilft die FDA nun ab und spezifiziert: Ballaststoffe sind alle nicht-verdaulichen, pflanzeneigenen, intakten, löslichen und unlöslichen Kohlenhydrate und Lignin. Ebenso dazu gehören sieben Ballaststoffe, die zur Gruppe der isolierten oder synthetischen nicht-verdaulichen Kohlenhydrate zählen, die über von der FDA festgestellte physiologische Eigenschaften verfügen, die sich positiv auf die Gesundheit des Menschen auswirken. Namentlich genannt sind hier beta-Glucan, Flohsamenschalen, Cellulose, Guarkernmehl, Pektin, Johannisbrotkernmehl und Hydroxypropylmethylcellulose. Es gibt jedoch noch 26 weitere Ballaststoffe, die zur Zeit nicht unter diese Deklaration fallen, z. B. Apfelfaser, Carboxymethylcellulose, Inulin und andere. Für diese ist die FDA jetzt dabei, wissenschaftliche Nachweise anzufordern und den Entwurf einer Richtlinie zu erstellen, ob und warum diese auch noch in die Definition der Ballaststoffe aufgenommen werden sollten.¹ Für Ballaststoffe wurde die empfohlene Tagesdosis von 25 g auf 28 g hochgesetzt.

Fortsetzung auf Seite 2

¹ <http://www.fda.gov/Food/NewsEvents/ConstituentUpdates/ucm528534.htm>

Willkommen zur fünften Ausgabe von The Food Translator

Die USA stehen momentan im Zentrum der Weltöffentlichkeit. Grund genug, um auch in **The Food Translator** einen kleinen Blick über den großen Teich zu werfen. Seit Mitte letzten Jahres sind neue Regeln zur Nährwertkennzeichnung in Kraft, die innerhalb von 2 Jahren umgesetzt werden müssen. Diese basieren unter anderem auch auf Erkenntnissen, die im Rahmen der Fortschreibung der Ernährungsempfehlungen für Amerikaner gewonnen wurden. Daher stelle ich Ihnen diese *Dietary Guidelines for Americans* im folgenden ebenfalls näher vor.

Die PDF-Versionen der früheren Ausgaben zu den Themen »Sprache in der EU«, »Schreiben englischer Texte«, »Sensorik, Brot und Mehle« und »Audits« stehen zum kostenlosen Download unter → www.food-translator.com für Sie bereit. Das dürfen Sie gerne weitersagen.

Nordamerika besteht jedoch nicht nur aus den USA, auch Kanada ist ein wichtiger Handelspartner in der Welt. Daher lohnt es sich auch, sich mit der Lebensmittelindustrie in diesem Land im Schatten des »großen Bruders« etwas näher zu befassen.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen dieser Ausgabe und freue mich über Rückmeldungen.

Ihre Christiane Sprinz
cs@food-translator.com

Nutrition Facts

8 servings per container

Serving size **2/3 cup (55g)**

Amount per serving

Calories 230

% Daily Value*

Total Fat 8g **10%**
Saturated Fat 1g **5%**

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg **0%**
Sodium 160mg **7%**
Total Carbohydrate 37g **13%**
Dietary Fiber 4g **14%**

Total Sugars 12g

Includes 10g Added Sugars **20%**
Protein 3g
Vitamin D 2mcg **10%**Calcium 260mg **20%**Iron 8mg **45%**Potassium 235mg **6%**

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Quelle: FDA

Neu ist die Angabe der Menge an zugesetztem Zucker, der jetzt extra ausgewiesen werden muss. Die FDA unterscheidet strikt zwischen zugesetztem Zucker und dem bereits von Natur aus im Lebensmittel enthaltenen Zucker. Letzterer muss nicht spezifiziert werden. In den Ernährungsempfehlungen wird empfohlen, dass weniger als 10 % der täglichen Kalorienzufuhr aus zugesetzten Zuckern stammen soll. Durch die Prozentangabe auf dem Etikett soll nun jeder sofort erkennen können, ob er mit einer Portion dieses Lebensmittels die 10 %-Marke bereits überschreitet.

Die FDA liefert auch eine Definition des Begriffs »zugesetzter Zucker«¹ mit: Dieser wird entweder während der Verarbeitung oder Verpackung des Lebensmittels zugesetzt. Dazu gehören alle Zuckerarten (freie, Mono- und Disaccharide), Zucker aus Sirup oder Honig und Zucker aus Frucht- oder Gemüsesaftkonzentraten, wenn diese mehr Zucker enthalten als man in der gleichen Menge 100%igen Frucht- oder Gemüsesaft erwarten würde. Ausnahmen (und damit nicht zu deklarieren) sind Frucht- oder Gemüsesaftkonzentrate, die aus 100 % Frucht- oder Gemüsesaft hergestellt und direkt an die Verbraucher verkauft werden, sowie Frucht- und Gemüsesaftkonzentrate, die zur Einstellung des Brix-Wertes und des Gesamtsaftanteils eingesetzt werden. Weiterhin fallen alle Fruchtsaftkonzentrate, aus denen Fruchtgelees oder Fruchtarmeladen hergestellt werden ebenso wie die Fruchtbestandteile eines Fruchtaufstrichs nicht unter die Deklaration der zugesetzten Zucker.

Vitamin D und Kalium sind zwei Nährstoffe, deren Angabe auf dem Etikett jetzt zwingend ist, da sie als »wichtig für die öffentliche Gesundheit« erachtet werden und viele Amerikaner diese nicht in ausreichenden Mengen zu sich nehmen. Vitamin D und Kalium müssen ebenso wie Calcium und Eisen neben der Tagesdosis in Prozent mit ihren genauen Mengen angegeben werden.

Die Empfehlungen für Natrium wurde von 2.400 mg / Tag auf 2.300 mg / Tag herabgesetzt.

Die Vitamine A und C können, müssen aber nicht mehr deklariert werden, denn sie werden nicht als »wichtig für die öffentliche Gesundheit« angesehen. Nur wenn sie besonders ausgelobt werden, müssen sie in der Nährwerttabelle enthalten sein. ■

1 <https://www.gpo.gov/fdsys/pkg/FR-2016-05-27/pdf/2016-11867.pdf>

Ein Überblick über die neuen Angaben:

Angabe	Übersetzung	Anmerkung
Serving size	Portionsgröße	
Amount per Serving Calories	Kalorien pro Portion	
% Daily Value	Tagesdosis in Prozent (% DV)	Ein Referenzwert, der auf der empfohlenen täglichen Nährstoffzufuhr beruht. Grundlage ist eine Nahrungsaufnahme, die 2000 Kalorien pro Tag nicht überschreitet.
Total Fat	Gesamtfett (Angabe in g und % DV)	
Saturated Fat	Gesättigte Fette (Angabe in g und % DV)	
Trans Fat	Trans-Fette (Angabe in g und % DV)	
Cholesterol	Cholesterin (Angabe in mg und % DV)	
Sodium	Natrium (Angabe in mg und % DV)	
Total Carbohydrate	Gesamtkohlenhydrate (Angabe in g und % DV)	Die Prozentangabe <i>Daily Value</i> ist hier irritierend, weil der zugesetzte Zucker extra angeben und mit einer Prozentzahl aufgeführt werden muss, so dass die Summe aus Ballaststoffen und zugesetztem Zucker höher sein kann als bei den Gesamtkohlenhydraten angegeben.
Dietary Fiber	Ballaststoffe (Angabe in g und % DV)	
Total Sugars	Gesamtzuckeranteil (Angabe in g)	Achtung, hier nur Angabe in g, nicht in % DV
Includes g Added Sugar	einschl. zugesetztem Zucker (Angabe in g und % DV)	Das ist neu (Detailinformationen siehe im Text oben)
Protein	Protein (Angabe in g)	Achtung, hier nur Angabe in g, nicht in % DV
Vitamin D	Vitamin D (Angabe in mcg und % DV)	mcg steht für Mikrogramm (µg), damit vermeidet man die Probleme mit den Sonderzeichen beim Drucker
Calcium	Calcium (Angabe in mg und % DV)	
Iron	Eisen (Angabe in mg und % DV)	
Potassium	Kalium (Angabe in mg und % DV)	

Ernährungsrichtlinien für Amerikaner 2015–2020

Alle fünf Jahre veröffentlicht die amerikanische Gesundheitsbehörde (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) gemeinsam mit dem amerikanischen Landwirtschaftsministerium (U.S. Department of Agriculture, USDA) die Ernährungsempfehlungen für Amerikaner. Diese basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, die regelmäßig fortgeschrieben werden. Die Empfehlungen haben drei große Ziele:

- Sie sollen Gesundheit fördern.
- Sie sollen chronische Krankheiten verhindern.
- Sie sollen es den Menschen ermöglichen, ein gesundes Gewicht zu erreichen und zu halten.

Zugleich dienen diese Ernährungsempfehlungen als Grundlage für Ernährungsprogramme zur Förderung der Gesundheit und Vermeidung von Krankheiten und geben der Politik, den Verbänden und der Industrie entsprechende Informationen an die Hand, die dann in Initiativen oder neuen Produkten münden sollen.

Vor der Herausgabe der aktualisierten Empfehlungen steht deren Überprüfung durch einen Beirat auf der Grundlage neuerer ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse. Der Beirat für die letzten Empfehlungen bestand aus 14 Wissenschaftlern diverser Hochschulen. Der Beirat hält öffentliche Anhörungen ab. Außerdem können Kommentare schriftlich eingereicht werden. Der Bericht dieses Beirates wird dann der Regierung in Form der Gesundheitsbehörde und des Landwirtschaftsministeriums vorgestellt, die darauf unter Einbeziehung anderer Regierungsorganisationen und der Kommentare der Öffentlichkeit die Ernährungsempfehlungen entwickeln. Das heißt, die Fachleute bringen zwar ihre Kompetenz ein, die Entscheidung über die Empfehlungen trifft die Politik.

Die Ernährungsempfehlungen 2015–2020 für diejenigen, die beruflich mit Ernährung zu tun haben, gliedern sich in fünf Bereiche auf, denen jeweils eine Aussage voransteht.

1. Essen Sie Ihr ganzes Leben lang gesund.

Hierbei wird unterstrichen, dass man die Nährstoffe nicht einzeln betrachten sollte, sondern betont, wie wichtig es ist, die gesamte Ernährung im Auge zu haben. Unabhängig von Tradition, Kultur und Geldbeutel ist es jedoch für jeden möglich, sich gesund zu ernähren.

2. Essen Sie abwechslungsreich, beachten Sie die Nährstoffdichte und die Menge, die Sie verzehren.

Explizit wird hier auf das Konzept der Nährstoffdichte und der entsprechenden Lebensmittel eingegangen.

3. Schränken Sie die Aufnahme von Kalorien ein, die aus zugesetzten Zuckern und gesättigten Fetten stammen und essen Sie weniger Salz.

Das Mantra hier lautet: Nicht mehr als 10 % der täglichen Kalorienzufuhr sollte aus zugesetzten Zuckern oder gesättigten bzw. Transfetten stammen. Die Salzaufnahme sollte 2300 mg Natrium nicht überschreiten. Der Alkoholkonsum sollte für Frauen bei einem Drink pro Tag und für Männer bei zwei Drinks liegen.

4. Entscheiden Sie sich für gesündere Lebensmittel und Getränke.

Hier wird ein Umdenken gefordert und anhand von Beispielen ein Wechsel von Vollmilch auf Magermilch, von Weißbrot auf Vollkornbrot, von fettigem Fleisch auf Fisch, von Colagetränken auf Wasser propagiert.

5. Sorgen Sie dafür, dass alle gesünder essen.

In diesem Punkt wird beklagt, dass die Mehrheit der Amerikaner sich nicht an die Ernährungsempfehlungen hält. Jeder wird aufgefordert, an einem Umdenken mitzuwirken und ein Vorbild zu sein.

Neu an diesen Empfehlungen im Vergleich zur Vorgängerversion ist die Einbeziehung des gesamten Ernährungsmusters, wie es genannt wird. Vorher hatte man sich auf einzelne Nährstoffgruppen konzentriert. Jetzt hat man das Gesamtbild im Blick, also auch die Kombination einzelner Lebensmittel. Außerdem steht vermehrt die Gewichtsproblematik im Vordergrund und damit die Vermeidung chronischer Krankheiten, die mit Übergewicht einher gehen. ■

Follow a healthy eating pattern over time to help support a healthy body weight and reduce the risk of chronic disease.

A Healthy Eating Pattern Includes:

- Fruits
- Vegetables
- Protein
- Dairy
- Grains
- Oils

A Healthy Eating Pattern Limits:

- Saturated Fats & Trans Fats
- Added Sugars
- Sodium

Consume an eating pattern low in added sugars, saturated fats, and sodium.

Example Sources of:

- Added Sugars
- Saturated Fats
- Sodium

Choose a variety of nutrient-dense foods from each food group in recommended amounts.

Example Meal:

- Lettuce & Celery
- Vegetables
- Grains
- Whole-Grain Bread
- Apples & Grapes
- Fruits
- Dairy
- Fat-Free Milk
- Chicken Breast & Unsalted Walnuts
- Protein
- Oils
- Mayonnaise

Replace typical food and beverage choices with more nutrient-dense options. Be sure to consider personal preferences to maintain shifts over time.

Example:

Meal A → Shift → Meal B

Quelle: <https://health.gov>



Kanada

Während der neu gewählte Präsident der Vereinigten Staaten die Keule der um 35% höheren Einfuhrzölle schwingt, hat sich sein Nachbarstaat still und leise auf den Gegenkurs festgelegt. Kanada erhebt seit dem 16. Januar 2017 keine Einfuhrzölle mehr auf Lebensmittelzutaten wie Obst, Gemüse, Getreide, Gewürze, Fette, Öle und Schokolade, die im Land weiter verarbeitet werden, und verzichtet damit auf geschätzte 48 Millionen Dollar Einnahmen pro Jahr. Die kanadische Regierung ist der Ansicht, dass durch diesen Schritt die Wirtschaft gefördert und Arbeitsplätze im Land erhalten werden. In Kanada arbeitet etwa 300.000 Menschen in der Lebensmittelherstellung.

Die Lebensmittel- und Getränkeindustrie in Kanada ist der zweitgrößte Industriezweig im nördlichen Nachbarland der USA. Sie produziert etwa

75% aller Lebensmittel- und Getränkeprodukte, die auf dem kanadischen Markt angeboten werden, und ist der größte Abnehmer der in Kanada erzeugten landwirtschaftlichen Produkte. 2014 wurden Waren im Wert von 27,8 Mrd. Dollar exportiert, das waren 26% des Produktionswertes. Hauptabnehmer waren die USA mit 71% und weit abgeschlagen dahinter China, Japan, Mexiko, Russland und Südkorea.

Innerhalb der Lebensmittelindustrie hält die Fleischwirtschaft Platz 1, gefolgt von der Milchwirtschaft und der Getreideverarbeitung.

Es gibt etwa 6500 lebensmittelverarbeitende Unternehmen in Kanada, 90% davon mit unter 100 Mitarbeitern. Nur 1% der Firmen beschäftigen mehr als 500 Menschen. ■

Quelle: <http://www.agr.gc.ca>

Entwicklungen in den USA Stand 15. März 2017

Die amerikanische Lebensmittelindustrie sorgt sich, weil der neue Präsident bislang noch keine rechte Meinung zur Lage dieses Industriezweigs abgegeben hat, außer einem recht allgemein gehaltenen Fact Sheet auf seiner Wahlkampf-Website, in dem er angibt, die Politik der Food and Drug Administration FDA mit ihren »inspection overkills« korrigieren zu wollen. Lebensmittelsicherheit ist nach Meinung des Präsidenten eine zu teure Bürde für die Landwirte. Lebensmittelsicherheit ist jedoch für drei Viertel aller Amerikaner ein wichtiges Thema. Vielleicht verschwand deswegen das Fact Sheet recht schnell wieder von der Website des damaligen Kandidaten und jetzigen Präsidenten.

Als neuer Chef der FDA wurde Scott Gottlieb nominiert, ein der Pharmaindustrie nahestehender Arzt, von dem erwartet wird, dass er die Behörde umkrempelt.

Einen Hinweis, in welche Richtung der Präsident gehen möchte, liefert eine Executive Order, also eine Handlungsanweisung, nach der die behördlichen Stellen »unnötige Bürokratie« abbauen sollen. Vorher hat sich der Präsident mit führenden Köpfen der Pharmaindustrie getroffen und verkündet, dass unter seiner Ägide Vorschriften auf ein Maß heruntergefahren werden, »das man vorher noch nicht gesehen hat«. Er sprach von 75–80% aller Vorschriften. Bleibt zu erwarten, dass diese Maßnahmen nicht auf die Pharmaindustrie begrenzt sind, sondern auch die Lebensmittelindustrie betreffen werden.

Trump hat auch noch keinen neuen Leiter für die Landwirtschaftsbehörde USDA ernannt. Immerhin ein Amt, das in den nächsten Jahren über viel Einfluss in Bezug auf Prioritätensetzung, finanzielle Ausstattung, Anzahl der Mitarbeiter und Lebensmittelpolitik verfügen wird. Nominiert wurde mit Sonny Perdue ein ehemaliger Gouverneur von Georgia, von dem berichtet wird, er habe 2007 ein öffentliches Gebet für das Ende der Dürre gesprochen.¹ Außerdem glaubt er nicht an den Klimawandel.² ■

¹ <http://christianindex.org/former-georgia-governor-sonny-perdue-prayer-rain>

² <https://www.washingtonpost.com/news/energy-environment/wp/2017/01/20/the-weather-matters-a-lot-to-farmers-and-its-shaped-by-the-climate-will-sonny-perdue-get-that>



Baumsterben, Bass Lake, Sierra National Forest