

## Fleischersatz im Fokus: „Richtiges“ Fleisch könnte die bessere Wahl sein

In einer Zeit, in der alternative Ernährungsformen immer beliebter werden, stellt sich die Frage nach der Gesundheit von Fleischersatzprodukten. Eine umfassende Analyse von 323 Fleischersatzprodukten durch den Verein für Konsumenteninformation (VKI) liefert interessante Erkenntnisse, die darauf hindeuten, dass natürliches Fleisch – in Maßen genossen und von hoher Qualität – eine gesündere Option sein könnte als viele verarbeitete Fleischersatzprodukte. Der Aufstieg von Fleischersatzprodukten Der Markt für Fleischersatzprodukte wächst stetig, besonders in Ländern wie Österreich, wo der bewusste Fleischkonsum zunimmt. Jedoch werfen die Ergebnisse der VKI-Studie Fragen hinsichtlich der gesundheitlichen Vorteile dieser Produkte auf. Gesundheitliche Bewertung von Fleischersatz

Die VKI-Studie zeigt, dass &hellip;



⊕ `Y]bYf`NY]hž`]b`XYf`U`hyfbUhj] Y`9fbÅ\fi b[ gZcfa Yb`]a a Yf  
 VY`]YVhYf`k YfXYbž`ghY`h`g]W\`X]Y` : fU[ Y`bUW\`XYf` ; Ygi bX\Y]hj cb  
 : `Y]gW\YfgUhdFcXi \_hYb" `9]bY`i a ZUggYbXY`5bU`mgY`j`j cb`' &

: `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hYb`Xi fW`XYb`J YfY]b`ZØf  
?cbgi a YbhYb]bZcfa Uh]cb`fU? ě`]YZYfh]bhYfYggUbhY`9f\_Ybbhb]ggYž  
X]Y`XUfUi Z`\]bXYi hYbž`XUgg`bUhØf`]WXYg: `Y]gW` `]b`A U»Yb  
[ YbcggYb`i bX`j cb`\c`Yf`E i U`]hÅh` `Y]bY`[ YgØbXYfY`C dh]cb`gY]b  
\_ØbbhY`U`g`j ]Y`Y`j YfUfVY]hYhY: `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hY`

## 8 Yf`5i Zgh]Y[ `j cb : `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hYb

8 Yf`A Uf\_h`ZØf: `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hY`k ÅW`gh`ghYh][ ž`VYgcbXYfg`]b  
@ÅbXYfb`k ]Y`2 ghYffY]W`ž`k c`XYf`VYk i gghY: `Y]gW`\_cbgi a  
ni b]a a h`i`X`c`W`k YfZYb`X]Y`9f[ YVb]ggY`XYf`J? ≠Ghi X]Y: fU[ Yb  
\]bg]W`h]W`XYf`[ Ygi bX`Y]h]W`Yb`J cfhY]`Y`X]YgYf`DfcXi \_hY`Ui Z`

; Ygi bX`Y]h]W`Y`6Yk Yfhi b[ `j cb

: `Y]gWXYfgUhn

8 ]Y`J? ≠Ghi X]Y`nY][ hž`XUgg`j ]Y`Y: `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hY`Y]bYb  
\c`Yb`J YfUfVY]hi b[ g[ fUX`Ui Zk Y]gYb"@Ui h`XYf`BCJ 5!  
?`Ugg]Z]h]Yfi b[ `ZU`Yb`X]Y`a Y]ghYb`X]YgYf`DfcXi \_hY`]b`X]Y  
?UhY[ cf]Yb` ` `fj YfUfVY]hYhY`@YVYbga ]hhY`Ł`i bX` (   
f\c`W`j YfUfVY]hYhY`@YVYbga ]hhY`Ł`8 ]Yg`ghY`h]a` ; Y[ YbgUhn`ni  
i bj YfUfVY]hYhYa `cXYf`a ]b]a U`j YfUfVY]hYhYa `bUhØf`]W`Yb  
: `Y]gW`ž`XUg`]b`X]Y`? UhY[ cf]Y` % `ZÅ`h`

J YfUfVY]hi b[ g[ fUX`i bX` ; Ygi bX`Y]hgf]g]\_Yb

<c`W`j YfUfVY]hYhY`@YVYbga ]hhY`ž`Y]bgW`]Y»`]W`j ]Y`Yf  
: `Y]gWXYfgUhdxfcXi \_hY`ž`\_ØbbYb`Ni gUhnghcZZY`k ]Y`5fca Yb`i bX  
J YfX]W`i b[ ga ]hhY`Yb`h`U`hYb`"Ghi X]Yb`\UVYb`[ YnY][ hž`XUgg`Y]b  
\c`Yf`?cbgi a `gc`W`Yf`@YVYbga ]hhY`a ]hj YfgW`]YXYbYb  
; Ygi bX`Y]hgf]g]\_Ybž`Y]bgW`]Y»`]W`Y]bYg`Yf`\Ø`hYb`? fYVgf]g]\_cgž  
j YfVi bXYb`]gh`

B UhØf`]W`Yg: `Y]gW`U`g`5`hYfbUh]j Y

⇒a` ; Y[ YbgUhn`XUni`\_Ubb`bUhØf`]W`Yg: `Y]gW`ž`XUg`]b`A U»Yb  
[ YbcggYb`i bX`j cb`\c`Yf`E i U`]hÅh`]ghž`Y]bY`b`Å`fg`h`ZZfY]W`YfY`i bX

[ YgØbXYfY`K U\`XUfghY`Yb" B UhØf`]WYg: `Y]gW\`V]YhYh`YggYbh]Y`Y  
BÀ\fghc ZY`k ]Y`\cWk Yfh][ Y`DfchY]bYž`J ]hUa ]bY`i bX`A ]bYfU`]Ybž  
c\bY`X]Y`Bchk YbX][ \_Y]h]j cb`Ni gUhgfhc ZYb"

: `Y]gW\`\_cbgi a `]b`A U» Yb

9g`]gh`k ]W h][ `ni `VYhcbYbž`XUgg: `Y]gW\`\_cbgi a `]b`A U» Yb`i bX  
U`g`HY]`Y]bYf`Ui g[ Yk c[ YbYb`9fbÀ\fi b[ `dfU\_h]n]Yfh`k YfXYb  
gc`hY`"E i U`]hÀh`gc`hY`\ ]YfVY]`J cffUb[ `j cf`E i Ubh]hÀh`\ UVYbž`k cVY]  
XYf: c\_i g`Ui Zi bj YfUfVY]hYhYa `: `Y]gW\`j cb`H]YfYb`Ui g  
bUW\`U`h][ Yf`i bX`Yh\]gW\`Yf`<U`hi b[ ``]Y[ h"

GY`Vgh[ Ya UW\`hY` : `Y]gW\`YfgUhndfcXi \_hY`U`g  
5`hYfbUh]j Y

: Øf`X]Y`Yb][ Ybž`X]Y`Ui g`Yh\]gW\`Yb`cXYf`dYfgØb`]WYb`; fØbXYb`Ui Z  
: `Y]gW\`j Yfn]W\`hYb`a ØW\`hYbž`V]YhYh`XUg`GY`Vgh\`YfghY`Yb`j cb  
: `Y]gW\`YfgUhn`Y]bY`[ YgØbXYfY`5`hYfbUh]j Y`ni `]bXi ghf]Y`  
j YfUfVY]hYhYb`DfcXi \_hYb`"Ni hUHYb`k ]Y`<ØgYbZfØW\`hYž`HcZi `i bX  
GY]hUb`\_ØbbYb`j Yfk YbXYh`k YfXYbž`i a `[ Ygi bXYž`k Yb][ Yf  
j YfUfVY]hYhY` : `Y]gW\`YfgUhndfcXi \_hY`ni `<Ui gY`\Yfni ghY`Yb"

: Un]h

8]Y`J? ≠Ghi`X]Y`Y[ h`bU\`Yž`XUgg: `Y]gW\`YfgUhndfcXi \_hY`Ui Z[ fi bX  
]\fYg`\c\Yb`J YfUfVY]hi b[ g[ fUXYg`b]W\`hi bVYX]b[ h`X]Y  
[ YgØbXYghY`5`hYfbUh]j Y`XUfghY`Yb" B UhØf`]WYg: `Y]gW\`ž]b`A U» Yb  
[ YbcggYb`i bX`j cb`\c\Yf`E i U`]hÀhž`\_ØbbhY`]b`j ]Y`Yb: À`Yb`Y]bY  
[ YgØbXYfY`K U\`gY]b": Øf`Y]bY`Ui g[ Yk c[ YbY`9fbÀ\fi b[ `]gh`Yg  
YbhgW\`Y]XYbXž`XYb`J YfUfVY]hi b[ g[ fUX`i bX`X]Y  
Ni gUa a YbgYhni b[ `U`Yf`@YVYbga ]hhY`ž`X]Y`k ]f`\_cbgi a ]YfYbž`ni  
VYfØW\_g]W h][ Yb"

6Ygi W\`Yb`G]Y`i bg`Ui Z. Z`Y]gW\`i bXW`"Uh