



## ALPRO INFORMIERT: NEUE BROSCHÜRE ZUM THEMA ZUCKER ZUCKER-WISSEN AUF DEN PUNKT GEBRACHT

**10.02.2021, Düsseldorf** – Eine neue Broschüre von Alpro klärt einfach und verständlich über Zucker auf und gibt Tipps und Tricks an die Hand, wie er sich am besten einsparen lässt. Die Broschüre kann unterstützend in der Ernährungsberatung eingesetzt werden und steht neben weiterem Informationsmaterial kostenfrei auf der Alpro Webseite speziell für Ernährungsfachkräfte zum Download zur Verfügung:  
[www.alpro.com/healthprofessional/de](http://www.alpro.com/healthprofessional/de)

### Zucker im Übermaß – ein Problem mit Folgen

Ergebnisse der Nationalen Verzehrsstudie II des Max Rubner-Instituts (Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel) zeigen, dass die Aufnahme von Zucker in weiten Teilen der Bevölkerung in Deutschland über den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. liegt.<sup>1,2</sup> Darüber hinaus steht ein hoher Zuckerkonsum im Zusammenhang mit Übergewicht und Adipositas. In Deutschland sind 47 Prozent der Frauen und 62 Prozent der Männer übergewichtig, fast jeder fünfte Erwachsene ist adipös.<sup>3</sup> Bei den Kindern und Jugendlichen im Alter von 3 bis 17 Jahren sind 15 Prozent übergewichtig, etwa ein Drittel davon adipös.<sup>4</sup> Übergewicht und Adipositas sind Risikofaktoren für chronische Erkrankungen wie Diabetes mellitus Typ 2, koronare Herz-Kreislauf-Erkrankungen und einzelne Krebserkrankungen. Vor diesem Hintergrund wurde die Nationale Reduktions- und Innovationsstrategie beschlossen, in deren Rahmen sich die Lebensmittelindustrie selbst verpflichtet hat, bis 2025 konkrete Reduktionsziele zu erreichen.

### Wer mehr weiß, is(st) klar im Vorteil

Neben Beschlüssen der Politik und Mitwirkung der Hersteller, ist Verbraucheraufklärung ein wichtiger und unverzichtbarer Baustein auf dem Weg hin zu einem reduzierten Zuckerkonsum und damit einer gesünderen Gesellschaft. Hier sind vor allem auch Ernährungsfachkräfte gefragt, die täglich mit den Folgen des Zucker-Übermaßes konfrontiert sind. Dabei gilt es, einfache und verständliche Botschaften zu vermitteln und positive Aspekte in den Mittelpunkt zu rücken. Genau diesen Ansatz verfolgt die neue Broschüre von Alpro, um in der Beratung dabei zu unterstützen. Kurz und knapp wird das Wichtigste erklärt, was man über Zucker wissen muss – ab wann es eigentlich zu viel ist, unter welchen Namen er sich verbirgt, wo man den Gesamtzuckergehalt eines Lebensmittels schnell findet und wie man ihn mit einfachen Tricks einsparen kann. Die Broschüre „Zucker – Wer mehr weiß, is(st) klar im Vorteil“ sowie weitere Broschüren zu den Themen „Pflanzenbetonte Ernährung – Warum? Darum!“, „Ballaststoffe – Argumente satt“ und „Genussvoll leben – Ohne Laktose und Kuhmilcheiweiß“ finden Fachkräfte in einem extra Bereich auf der Alpro Webseite:  
[www.alpro.com/healthprofessional/de](http://www.alpro.com/healthprofessional/de).

<sup>1</sup> Krems et al. (2013). Nationale Verzehrsstudie II - Lebensmittelverzehr und Nährstoffzufuhr auf Basis von 24h-Recalls.

<sup>2</sup> Max Rubner-Institut (2008). Nationale Verzehrsstudie II. Die bundesweite Befragung zur Ernährung von Jugendlichen und Erwachsenen. Ergebnisbericht Teil 2.

<sup>3</sup> Schienkiewitz et al. (2017). Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen in Deutschland.

<sup>4</sup> Schienkiewitz et al. (2018). Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends.

## Zuckerreduktion bei Alpro

Bereits 2006 hat Alpro eine langfristige Strategie in Bezug auf Zucker aufgestellt und diese zum Bestandteil des Alltagsgeschäfts gemacht. Seitdem wurden kontinuierlich mit neuen Zutaten und Technologien bedeutende Schritte bei der Reduktion des Zuckergehalts in neuen Produkten sowie auch Verbesserungen bei bestehenden Produkten erzielt. Angestrebt wird stets ein erheblich niedrigerer Zuckergehalt im Vergleich zu auf dem Markt befindlichen Produkten.

2020 präsentierte das Max Rubner-Institut im Zusammenhang mit der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie das erste wissenschaftliche Monitoring des Kalorien- und Nährstoffgehalts verschiedener Lebensmittel, einschließlich Joghurt und Quarkzubereitungen. Joghurt hatte einen gemittelten Zuckergehalt von 13 g pro 100 g (4,4 % Reduktion) und Quark von 12,2 g pro 100 g (13,5 % Reduktion). Der Zuckergehalt der pflanzlichen Joghurt- und Quarkalternativen von Alpro auf dem deutschen Markt liegt bereits unter 10 g/ 100 g.

Alpro möchte seine Strategie im Hinblick auf Zucker weiter umsetzen, um ausgewogene pflanzliche Produkte mit einem deutlichen Fokus zu bieten: die Reduktion des täglichen Zuckerkonsums. Alpro hat sich zum Ziel gesetzt, dass bis 2025 65 % der Produkte zuckerarm oder zuckerfrei sein werden oder ausschließlich Süße aus Früchten enthalten.



*Bildunterschrift: Die neue Zucker-Broschüre von Alpro (Foto: Alpro)*

### Über Alpro:

Alpro ist stolz darauf, Pionier für pflanzliche Nahrungsmittel und Getränke zu sein und stellt seit 40 Jahren köstliche pflanzliche Drinks, Joghurtalternativen, Kochcrèmes, Desserts und Eis her – auf Basis von Sojabohnen ohne Gentechnik, Kokosnüssen, Mandeln, Haselnüssen, Reis oder Hafer. Alpro gehört zu Danone, hat seine Zentrale in Gent (Belgien) und drei Produktionsanlagen in Belgien, Frankreich und dem Vereinigten Königreich. Alpro vermarktet seine Produkte in Europa und darüber hinaus, und trägt zum Wachstum pflanzlicher Lebensmittel bei.

Seit 1980 leistet Alpro Pionierarbeit mit dem Ziel, eine ausgewogenere Ernährung und einen nachhaltigeren Lebensstil voranzutreiben. Alpro ist aufgrund seiner Bemühungen, soziale und ökologische Ziele mit finanziellem Erfolg zu kombinieren, seit 2018 B Corp-zertifiziert. Alpro entwickelt diese Ambition jetzt mit seinem neuen Gesundheits- und Nachhaltigkeitsversprechen „Feeding our Future with Plants“ weiter. Mit Engagements, die sich auf die beiden Themen „Gesundheit“ und „Nachhaltigkeit“ konzentrieren, ist es Alpros Ziel, bis 2025 einen messbaren Wandel hin zu einer pflanzenbetonter Ernährung zu fördern.

Weitere Informationen: [www.alpro.com](http://www.alpro.com) – Mehr über das Engagement in den Bereichen Gesundheit & Nachhaltigkeit: [www.alpro.com/de/gut-fur-den-planeten](http://www.alpro.com/de/gut-fur-den-planeten)

### Kontakt:

kommunikation.pur GmbH | Candy Sierks | Sendlinger Straße 31 | 80331 München | Tel.: 089 23 23 63 48 | [alpro@kommunikationpur.com](mailto:alpro@kommunikationpur.com)