

Inhalt

	Betriebsgeheimnis Lidl-Brötchen	9
1.	Die allmächtigen Vier: Aldi, Lidl, Rewe, Edeka	15
2.	Brot + Brötchen	28
	Bio	44
	Gentechnik	48
3.	Tomaten	50
	Pestizide	62
4.	Gemüse	66
	Tiefkühlkost	80
	Fisch	82
5.	Erdbeeren	85
6.	Äpfel	96
7.	Fruchtsäfte + Limonaden	106
	Aromen	116
8.	Konfitüren + Marmeladen	119
9.	Honig	126
10.	Verarbeitete Lebensmittel	138
	Zusatzstoffe	151
	Gütesiegel	155
	Qualitätstäuschung	161
11.	Fleisch + Wurst	166
12.	Milch	192
13.	Eier	210

14. Olivenöl.....	223
15. Vegan + Vegetarisch.....	235
16. Snacks, salzig + süß	250
17. Nahrungsergänzungsmittel + »Superfoods«.....	262
18. Illusion Verbrauchermacht.....	276
19. Ampel auf Grün schalten!.....	292
Dank.....	303
Anmerkungen.....	305
Register	316