

5 Mehr Klarheit für Lebensmittel – Vorwort

- 7 **Schön getrickst? So hilft dieser Ratgeber**
- 8 **Das Misstrauen der Verbraucher wächst**
- 10 **Lebensmittelklarheit – der Impulsgeber!**
- 12 **Wie wird es weitergehen?**

15 Werbung damals und heute

- 16 **Von der Bedarfsdeckung zur Bedarfsweckung**

40 Aktuelle Marketing-Trends

- 48 **Verbrauchertäuschungen – die Top Ten**
- 49 **Namen sind Schall und Rauch**
- 58 **Muh statt Mäh? Tierartenkennzeichnung**
- 69 **Ausgeflogen? Auf der Suche nach Ente und anderen Zutaten**
- 80 **„Noch 'ne Runde“ – Alkohol in Lebensmitteln**
- 88 **Produkte von nah und fern**
- 118 **Der Natur auf der Spur**
- 135 **„Alles gesünder?“ Werbung mit Nährwert und Gesundheit**
- 164 **Schlupfloch „Ausnahme“ – wie viele Lebensmittel eine Zutatenliste umgehen**
- 175 **Luftnummern – von Mogelpackungen und Füllmengen**
- 184 **Tappen im Dunkeln: Kauf loser Lebensmittel**

- 192 Reingefallen beim Lebensmitteleinkauf?**
- 193 Schlucken Sie Ihren Ärger nicht einfach runter!**

- 202 Politische Forderungen der Verbraucherzentralen**
- 203 Klartext statt Verbrauchertäuschung bei Lebensmitteln**

- 213 Anhang**
- 214 Glossar**
- 219 Literatur**
- 220 Adressen**
- 222 Register**
- 224 Impressum**