

Vorwort	4
Über die Autorinnen	7
1. Einfach geht anders! Lebensmittelkennzeichnungen und Verpackungen	10
1.1 Bezeichnungen	13
1.1.1 Kleine Aromen-Kunde	24
1.2 Health Claims	26
1.3 Verpackungsärger	38
2. Einfach weggeschummelt – wie Zutaten von der Verpackung verschwinden!	56
2.1 Versteckte Schweinereien	60
2.2 Versteckte Käfigeier	72
2.3 Clean Labels	79
2.4 Versteckte Gentechnik	90
2.5 Lebensmittel „made in Germany“	106
2.5.1 Herkunftskennzeichnung mit EU-Gütezeichen	122
3. Genau hinschauen bei Siegeln und Labels	126
3.1 Test- und Lebensmittel-Siegel	127
3.2 Fairtrade-Siegel	140
3.3 Tierschutzlabel	152
4. Falsche Versprechen und gutgläubige Verbraucher!	176
4.1 Regionaler Schwindel	178
4.2 Luftverpackungen	194
4.3 Schnäppchenlüge	202
Mogelpackung des Jahres	212
Fazit	216
Register	218