

Eis – was ist wirklich drin?

Speiseeis aus dem Supermarkt ist praktisch und schmackhaft. Aber ist auch tatsächlich drin, was uns Bilder und Aufschriften glauben machen? Zahlreiche Tricks helfen den Herstellern beim Sparen. Meist ist das Eis mehr Schein als Sein.

Ein traditionelles Speiseeis besteht aus Milch, Sahne, Zucker, Eigelb und Aromen wie Vanille oder Früchten. Lebensmittelhersteller bevorzugen allerdings andere Zutaten. Zum Beispiel Luft. Sie ist so schön billig, und man kann damit Eis problemlos auf das doppelte Volumen aufschlagen. Weil auf den Eispackungen meist die Inhaltsmenge in Milliliter und nicht nach Gewicht angegeben ist, fällt das noch nicht mal beim Vergleichen auf. Aber natürlich wird das nur gemacht, weil die Kunden gerne lockeres Eis mögen...

Trick Nr. 2: Milch und Sahne sind recht teuer. Weitaus günstiger kommt ein Gemisch aus entrahmter Milch und Molke, die eigentlich ein Abfallprodukt bei der Käseherstellung und entsprechend billig ist. Damit der Fettgehalt nicht zu niedrig ist, setzt man Butterreinfett zu, das ist Butter, der man das Wasser entzogen hat. Oder man greift gleich zu preiswerten pflanzlichen Alternativen, zum Beispiel Kokos- oder Palmfett. Ein Klecks Sahne reicht aus, um trotzdem frech zu behaupten, das Eis sei mit Sahne „verfeinert“.

Aus industrieller Sicht ist auch Zucker nicht billig. Jedenfalls nicht so billig wie Glukose- oder Fruktosesirup, der chemisch aus Stärke gewonnen wird. Wieder was gespart. Das Eigelb im hausgemachten Eis hat die Funktion, dass sich Wasser und Fettbestandteile gut mischen. Das kann man freilich auch mit Emulgatoren erreichen, die auf der Zutatenliste zum Beispiel als „Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren“ auftauchen. Karottenextrakt sorgt dafür, dass dennoch ein freundlicher Farbton an Eigelb erinnert. Und statt Vanille oder Früchten tun es auch Aromastoffe, gerne auch in Kombination mit Rote-Bete-Extrakt, der Beeren- oder Kirsch-Gehalt vorgaukelt. Fertig ist das industrielle Billig-Eis.

Tipp: Wenn Eis im Supermarkt nur als „Eis“ verkauft wird, deutet das auf minderwertige Zutaten hin. Andere Bezeichnungen sind mit Mindeststandards verbunden. „Creme-Eis“, „Sahneeis“ und „Milcheis“ enthalten hohe Anteile an Milch und Sahne, etwas niedriger dürfen sie bei „Eiscreme“ sein. „Fruchteis“ besteht aus 20 Prozent Obst, nur bei sauren Früchten reicht die halbe Menge.