

# Schokoladeosterhasen im Test



Temel | AK

VKI und Abteilung Marktforschung, AK Steiermark, März 2020

Marktübersicht, Preise und Zutaten  
der beliebten Hasen

AK. Gerechtigkeit muss sein. AK-Hotline ☎ 05 7799-0

**AK**   
[www.akstmk.at](http://www.akstmk.at)



# **Osterhasen**

**(Markt & Preis)**

**April 2020**

**Projektleitung: Mag. Birgit Beck**

## INHALTSVERZEICHNIS

1	Einleitung.....	3
2	Hersteller und Vertreiber .....	3
3	Preis .....	4
4	Gütesiegel und Logos.....	6
5	Zutaten .....	7
5.1	Zutatenverzeichnis .....	7
5.2	Allergenkennzeichnung .....	9
6	Nährwerte.....	10
6.1	Nährwerttabelle .....	10
6.2	Nutri-Score .....	11
7	Zusammenfassung .....	12

## TABELLENVERZEICHNIS

Tabelle 1: Hersteller und Vertreiber.....	3
Tabelle 2: Einkaufspreis im März 2020.....	4
Tabelle 3: Gütesiegel und Logos .....	6
Tabelle 4: Zutatenverzeichnis.....	7
Tabelle 5: Zutaten Kreuztabelle.....	8
Tabelle 6: Allergenkennzeichnung.....	9
Tabelle 7: Nährwerte .....	11

## 1 Einleitung

Seit vielen Wochen stehen Osterhasen schon in den Regalen und warten auf das Osterwochenende um endlich verschenkt zu werden. Ostern ohne Osterhasen ist unvorstellbar, auch in Zeiten von Corona.

Osterhasen sind meist in bunte, lila oder goldene Folien gewickelt und bestehen überwiegend aus Milkschokolade. Wir haben Anfang März 25 der beliebtesten Hasen in Graz eingekauft und die Kennzeichnung und den Preis unter die Lupe genommen.

## 2 Hersteller und Vertreiber

Ein Großteil der 25 ausgewählten Produkte stammt aus Deutschland. Am häufigsten ist Rüberzahl Schokoladen vertreten – sie bieten neben der Marke Friedel auch die Hofer Eigenmarke Monarc an.

**Tabelle 1: Hersteller und Vertreiber**

Nr.	Marke	bio	Hersteller/ In Verkehrssetzer
003	Alnatura	ja	Alnatura, Deutschland
011	Favorina	nein	Brandt Schokoladen, Deutschland
020	Douceur	nein	Brandt Schokoladen, Deutschland
014	Heilemann	nein	Confiserie Heilemann, Deutschland
002	dm Bio	ja	dm Drogeriemarkt, Deutschland
015	Kinder	nein	Ferrero, EU
019	Ferrero Rocher	nein	Ferrero, EU
005	Hauswirth	nein	Franz Hauswirth, Österreich
022	Hammer Mühle	ja	Hammermühle, Deutschland
016	Heindl	nein	Heindl, Wien
017	Heindl	nein	Heindl, Wien
010	Hussel	nein	Hussel, Deutschland
009	Natur aktiv	ja	in der Tschechische Republik für d. Kathleen Schokoladenfabrik, Deutschland
018	Klett	nein	Klett Schokoladen, Deutschland
023	Lindt	nein	Lindt & Sprüngli, Deutschland
024	Milka	nein	Mondelez International, Wien
006	Riegelein	nein	Riegelein Confiserie, Deutschland
001	Rosengarten	ja	Rosengarten, Minderleinsmühle, Deutschland
007	Monarc	nein	Rüberzahl Schokoladen, Deutschland
008	Monarc	nein	Rüberzahl Schokoladen, Deutschland
012	Friedel	nein	Rüberzahl Schokoladen, Deutschland
013	Friedel	nein	Rüberzahl Schokoladen, Deutschland
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	nein	Schokoladenmanufaktur Karl Kammerer KG, Wien
004	Spar Premium	nein	Schweiz, keine nähere Angabe
021	Merci	nein	Storck, Schweiz

## 3 Preis

25 Osterhasen wurden im März 2020 von der Marktforschung der Arbeiterkammer Steiermark in 13 Grazer Geschäften gekauft. Folgende Geschäfte wurden ausgewählt: Billa, denn's, dm Drogeriemarkt, Eurospar, Hofer, Hussel, Lidl, Linzbichler, Müller, Nowi-Heindl, Penny, Reformhaus Martin sowie Spar.

**Tabelle 2: Einkaufspreis im März 2020**

Nr.	Marke	Bezeichnung	bio	Geschäft	Menge (g)	Preis (€/Stück)	Preis (€/100 g)
001	Rosengarten	Vollmilch Schoko Osterhase	ja	denn's	80	3,49	4,36
002	dm Bio	Schokohase Vollmilch	ja	dm Drogeriemarkt	75	1,95	2,60
003	Alnatura	Vollmilch Hase	ja	Billa	75	2,39	3,19
004	Spar Premium	Osterhase	nein	Eurospar	280	2,99	1,07
005	Hauswirth	Fröhlicher Hase	nein	Eurospar	150	0,89	0,59
006	Riegelein	Hase Fairtrade	nein	Eurospar	60	0,59	0,98
007	Monarc	Osterhase Vollmilch	nein	Hofer	200	0,99	0,50
008	Monarc	Osterhase Edel Vollmilch	nein	Hofer	150	1,75	1,17
009	Natur aktiv	Confiserie Osterhase	ja	Hofer	150	2,99	1,99
010	Hussel	Sitzhase	nein	Hussel	85	4,99	5,87
011	Favorina	Alpenmilchschokoladenhase	nein	Lidl	150	1,75	1,17
012	Friedel	Edel Vollmilchschokohase	nein	Müller	60	0,59	0,98
013	Friedel	Kleines Langohrhäschen	nein	Müller	35	0,79	2,26
014	Heilemann	Osterhase sitzend aus Vollmilch	nein	Müller	50	2,99	5,98
015	Kinder	Schokolade Osterhase	nein	Müller	110	2,69	2,45
016	Heindl	Schoko-Hase Klotzer	nein	Nowi-Heindl	125	3,10	2,48
017	Heindl	Schoko-Hase Jimmy	nein	Nowi-Heindl	170	3,80	2,24
018	Klett	Vollmilchhase	nein	Nowi-Heindl	60	1,50	2,50
019	Ferrero Rocher	Osterhase	nein	Penny	100	3,99	3,99
020	Douceur	Osterhase Vollmilch	nein	Penny	130	0,99	0,76
021	Merci	Osterhase	nein	Penny	120	2,99	2,49
022	Hammer Mühle	Schoko Osterhase	ja	Reformhaus Martin	80	3,69	4,61
023	Lindt	Goldhase Vollmilch	nein	Spar	100	2,99	2,99
024	Milka	Schmunzelhase Alpenmilch	nein	Spar	175	3,99	2,28
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	Osterhase Vollmilch	nein	Linzbichler	54	3,50	6,48

Die eingekauften Osterhasen wiegen zwischen 35 und 280 g pro Stück. Der Median liegt bei exakt 100 g. Der Stückpreis beträgt zwischen 0,59 € (Riegelein Hase Fairtrade und Friedel Edel Vollmilchschokohase) und 4,99 € (Hussel Sitzhase), hier liegt der Median bei 2,99 €.

Der Preis pro 100 g beträgt zwischen 0,50 € (Monarch Osterhase Vollmilch von Hofer) und 6,48 € (Schokolade & Lebkuchen Manufaktur Osterhase Vollmilch von Linzbichler). Letzterer weist auch einen vergleichsweise hohen Kakaogehalt auf. Der Median beträgt 2,45 €.

Bei einer VKI-Erhebung im Jahr 2011 lagen die Preise für Supermarktosterhasen zwischen 0,50 € und 3,10 € pro 100 g.<sup>1</sup>

Osterhasen aus biologischer Landwirtschaft kosten zwischen 1,95 € (dm Bio Schokohase Vollmilch) und 3,69 € (Hammer Mühle Schoko Osterhase) das Stück, mit einem 100 g Preis zwischen 1,99 € (Natur aktiv Confiserie Osterhase) und 4,61 € (Hammer Mühle Schoko Osterhase). Damit sind Produkte aus biologischer Landwirtschaft teurer – der 100-g-Preis liegt mit einer Ausnahme (Natur aktiv) über dem Median aller erfassten Produkte.

Dagegen gibt es Fairtrade zertifizierte Produkte sowohl im günstigen als auch im teureren Preissegment.

Tafelschokolade gibt es im Lebensmitteleinzelhandel meist um unter 2 € pro 100 g – die Eigenmarken der Diskonter fangen bei 0,45 € pro 100 g an, in den klassischen Supermärkten kosten die günstigsten Eigenmarken 0,55 € pro 100 g. Aber auch Marken Tafelschokoladen wie Milka, Lindt, Merci oder Kinder sind günstiger als die Osterhasen dieser Marken.

---

1

<https://www.konsument.at/cs/Satellite?pagename=Konsument/MagazinArtikel/Detail&cid=318876572662> aufgerufen am 2.04.2020



## 4 Gütesiegel und Logos

Die fünf Bioprodukte weisen korrekterweise das EU-Biologo auf der Verpackung auf, zwei Osterhasen sind UTZ zertifiziert und acht weitere wurden nach Fairtrade-Regeln produziert.

In einer aktuellen Erhebung von Global 2000 und Südwind<sup>2</sup> wurden Produkte aus biologischer Landwirtschaft mit einem Fairtrade Siegel am besten bewertet. In dieser Erhebung trifft dies auf den Natur aktiv Confiserie Osterhasen zu. Produkte mit einem Fairtrade Siegel wurden unter sozialen Aspekten am besten bewertet, Produkte mit dem UTZ-Logo durchschnittlich. Am schlechtesten schnitten Produkte ohne irgendein unabhängig kontrolliertes Siegel oder Logo ab.

**Tabelle 3: Gütesiegel und Logos**

Nr.	Marke	Bezeichnung	bio	EU-Biosiegel	UTZ zertifiziert	Fairtrade
001	Rosengarten	Vollmilch Schoko Osterhase	ja	X		
002	dm Bio	Schokohase Vollmilch	ja	X		
003	Alnatura	Vollmilch Hase	ja	X		
009	Natur aktiv	Confiserie Osterhase	ja	X		X
022	Hammer Mühle	Schoko Osterhase	ja	X		
004	Spar Premium	Osterhase	nein		X	
007	Monarc	Osterhase Vollmilch	nein		X	
006	Riegelein	Hase Fairtrade	nein			X
008	Monarc	Osterhase Edel Vollmilch	nein			X
012	Friedel	Edel Vollmilchschokohase	nein			X
013	Friedel	Kleines Langohrhäschen	nein			X
016	Heindl	Schoko-Hase Klotzer	nein			X
017	Heindl	Schoko-Hase Jimmy	nein			X
020	Douceur	Osterhase Vollmilch	nein			X
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	Osterhase Vollmilch	nein			X
005	Hauswirth	Fröhlicher Hase	nein			
010	Hussel	Sitzhase	nein			
011	Favorina	Alpenmilchschokoladenhase	nein			
014	Heilemann	Osterhase sitzend aus Vollmilch	nein			
015	Kinder	Schokolade Osterhase	nein			
018	Klett	Vollmilchhase	nein			
019	Ferrero Rocher	Osterhase	nein			
021	Merci	Osterhase	nein			
023	Lindt	Goldhase Vollmilch	nein			
024	Milka	Schmunzelhase Alpenmilch	nein			

<sup>2</sup> [https://www.global2000.at/sites/global/files/Osterhasen\\_Check\\_2020.pdf](https://www.global2000.at/sites/global/files/Osterhasen_Check_2020.pdf) aufgerufen am 2.04.2020

## 5 Zutaten

### 5.1 Zutatenverzeichnis

**Tabelle 4: Zutatenverzeichnis**

Nr.	Marke	Zutaten
001	Rosengarten	Rohrzucker unraffiniert, Kakaobutter, Vollmilchpulver, 18 % Kakaomasse, Kakao: mindestens 40 %.
002	dm Bio	Bio Vollmilchschokolade (95,4 %) dekoriert mit weißer Schokolade (4,6%), Rohrzucker, Kakaobutter, 26 % Vollmilchpulver, Kakao mind. 37 % in der Vollmilchschokolade.
003	Alnatura	Vollmilchschokolade 98 %: Rohrzucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse. Weiße Schokolade: 2 %, Rohrzucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver. Kakao: mindestens 40 %, Milchbestandteile 18 %.
004	Spar Premium	mind. 34 % Kakao, Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator: Lecithine (Soja), natürliches Aroma,
005	Hauswirth	mindestens 34 % Kakao, Zucker, Kakaobutter, Buttermilchpulver, Kakaomasse, Butterreinfett, Emulgator, Lecithine (Soja), natürliches Aroma.
006	Riegelein	mindestens 30 % Kakao, Zucker, Kakaobutter, Kakaomasse, Süßmolkepulver, Emulgator: Sojalecithine, Vanilleextrakt.
007	Monarc	mindestens 30 % Kakao, Zucker, Vollmilchpulver (18 %), Kakaobutter, Kakaomasse, Lactose, Süßmolkepulver, Emulgatoren: Lecithin, Vanilleextrakt.
008	Monarc	mindestens 32 % Kakao, Zucker, Vollmilchpulver (22 %), Kakaobutter, Kakaomasse, Süßmolkepulver, Emulgator: Lecithine, Vanilleextrakt.
009	Natur aktiv	Kakao: mindestens 33 % in der Milchschokolade, mindestens 60 % in der dunklen Schokolade, Rohrzucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, fettarmes Kakaopulver, Emulgator: Lecithine (Soja).
010	Hussel	Kakao: mindestens 36 %, dekoriert, Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver (18 %), Kakaomasse, Sahnepulver, Emulgator: Lecithine (Soja), Vanilleextrakt.
011	Favorina	Kakao mindestens 30 %, Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Süßmolkenpulver, Emulgatoren: Lecithine (Sonnenblume), Aroma, natürliches Aroma.
012	Friedel	mindestens 30 % Kakao, Zucker, Vollmilchpulver (18 %), Kakaobutter, Kakaomasse, Lactose, Süßmolkenpulver, Emulgator: Lecithin, Vanilleextrakt.
013	Friedel	mindestens 32 % Kakao, Zucker, Vollmilchpulver (22 %), Kakaobutter, Kakaomasse, Süßmolkepulver, Emulgator: Lecithin, Vanilleextrakt.
014	Heilemann	Kakao mindestens 32 %, dekoriert, Zucker, Vollmilchpulver, Kakaobutter, Kakaomasse, Emulgator: Sojalecithin, natürliches Vanillearoma.
015	Kinder	Vollmilchschokolade 45 %, Zucker, Vollmilchpulver, Kakaobutter, Kakaomasse, Emulgator Lecithine (Soja), Vanillin, Magermilchpulver (17,5%), Zucker, Pflanzliche Fette (Palm, Shea), Butterreinfett, Emulgator Lecithine (Soja), Vanillin. Gesamtmilchbestandteile im Produkt 32 %. Gesamtkakaobestandteile im Produkt 14,5 %.
016	Heindl	Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator: Lecithine (Soja). Kakao: mindestens 34 % in der Vollmilchschokolade. Milchtrockenmasse: mindestens 20 %,
017	Heindl	Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator: Lecithine (Soja). Kakao: mindestens 34 %, Milchtrockenmasse mindestens 20 %.
018	Klett	mindestens 30 % Kakao, Zucker, Vollmilchpulver, Kakaobutter, Kakaomasse, Lactose, Emulgator: Lecithine (Soja), natürliches Vanillearoma.
019	Ferrero Rocher	Milchschokolade 80 %: Zucker, Kakaobutter, Kakaomasse, Magermilchpulver, Butterreinfett, Emulgator: Lecithine (Soja), Vanillin, Haselnüsse 20 %, Kakao mindestens 33,5 % in Milchschokolade.
020	Douceur	mindestens 30 % Kakao, Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Süßmolkenpulver, Emulgator Lecithine, natürliches Vanillearoma.
021	Merci	Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver (23,5 %), Kakaomasse, Butterreinfett, Emulgator, Lecithine (Soja), Vanilleextrakt. Kakao: mindestens 32% Schokoladenanteil
022	Hammer Mühle	Kakaobutter, Reissirup getrocknet 27 %, Rohrzucker, Kakaomasse, Haselnusskerne geröstet 4,8 %, Kakao 40 % mindestens.
023	Lindt	Kakao: mindestens 30 %, Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Milchzucker, Magermilchpulver, Emulgator: Sojalecithin, Gerstenmalzextrakt, Aroma Vanillin.
024	Milka	Kakao: mindestens 30 %, Zucker, Kakaobutter, Magermilchpulver, Kakaomasse, Süßmolkepulver (aus Milch), Butterreinfett, Emulgator (Sojalecithine), Haselnüsse, Aroma.
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	45 % Kakaogehalt, Zucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Emulgator: Sojalecithin und Vanilleextrakt



Um Schokolade zu erzeugen, braucht es an sich nicht viele Zutaten: Kakaomasse, Zucker, Kakaobutter sowie Milchbestandteile bei Milkschokolade. Diese einfache Zusammensetzung sieht man auch sehr schön bei den Produkten aus biologischer Landwirtschaft – alle kommen ohne Geschmackszusätze wie Aromen aus, die meisten auch ohne Emulgatoren (Lecithin).

Wesentlich umfangreicher sind die Zutatenlisten bei konventionellen Produkten. Sogar Palmfett ist in einem Osterhasen (Kinder) enthalten. fünf Mal wurde Aroma zugesetzt, sechs Mal natürliches Aroma – das heißt fast die Hälfte der Osterhasen ist aromatisiert. Bei acht weiteren wurde Vanilleextrakt zugesetzt. Ohne Lecithin kommen nur vier Proben aus, diese wurden nach den Regeln der biologischen Landwirtschaft produziert.

Der Kakaoanteil der Milkschokolade liegt meist zwischen 30 und 40 %, auffällig ist hier nur der Hase der Marke Kinder, bei diesem liegt der Kakaoanteil deutlich niedriger.

**Tabelle 5: Zutaten Kreuztabelle**

Nr.	Marke	Kakaoanteil mind. (%)	Süßmilkepulver	Vollmilchpulver	Magermilchpulver	Buttermilchpulver	Lactose	Butterreinfett	(Soja-, Sonnenblumen-) Lecithin	Haselnüsse	Vanilleextrakt	natürliches Aroma	Aroma
001	Rosengarten	40		X									
002	dm Bio	37		26									
003	Alnatura	40		X									
004	Spar Premium	34		X					X			X	
005	Hauswirth	34				X		X	X			X	
006	Riegelein	30	X						X		X		
007	Monarc	30	X	18			X		X		X		
008	Monarc	32	X	22					X		X		
009	Natur aktiv	33/60		X					X				
010	Hussel	36		18					X		X		
011	Favorina	30	X	X					X			X	X
012	Friedel	30	X	18			X		X		X		
013	Friedel	32	X	22					X		X		
014	Heilemann	32		X					X			X	
015	Kinder	14,5		X	18			X	X				X
016	Heindl	34		X					X				
017	Heindl	34		X					X				
018	Klett	30		X			X		X			X	
019	Ferrero Rocher	33,5			X			X	X				X
020	Douceur	30	X	X					X			X	
021	Merci	32		24				X	X		X		
022	Hammer Mühle	40								X			
023	Lindt	30		X	X		X		X				X
024	Milka	30	X		X			X	X	X			X
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	45		X					X		X		

## 5.2 Allergenkennzeichnung

Besonders ärgerlich für Verbraucher ist die inflationäre „kann Spuren von ...“ Kennzeichnung. Insbesondere Schokoladeprodukte sind davon betroffen. Nur vier der 25 angeschauten Osterhasen enthalten laut Kennzeichnung keine möglichen Allergene. Besonders häufig findet man eventuelle Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüsse, Gluten und Soja in den Osterhasen. Aber sogar Ei ist mehrmals als mögliches Allergen gekennzeichnet. Für Allergiker macht das den Schokoladeeinkauf fast unmöglich, wünschenswert wäre hier, dass diese Kennzeichnung nicht zur Absicherung der Hersteller verwendet wird, sondern ausschließlich in jenen Fällen, wo eine Kontamination trotz aller Sorgfaltspflicht nicht auszuschließen ist.

**Tabelle 6: Allergenkennzeichnung**

Nr.	Marke	Bezeichnung	Mögliche Allergene
001	Rosengarten	Vollmilch Schoko Osterhase	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Soja und Gluten enthalten.
002	dm Bio	Schokohase Vollmilch	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Gluten und Soja enthalten.
003	Alnatura	Vollmilch Hase	Kann Spuren von Gluten, Soja, Mandel und Nüssen enthalten.
004	Spar Premium	Osterhase	kann Spuren von Schalenfrüchten enthalten
005	Hauswirth	Fröhlicher Hase	Kann Spuren von Gluten und Nüssen enthalten.
006	Riegelein	Hase Fairtrade	Kann Spuren von Haselnüssen und Erdnüssen enthalten.
007	Monarc	Osterhase Vollmilch	Kann Spuren von Erdnüssen, glutenhaltigen Getreide und Soja enthalten.
008	Monarc	Osterhase Edel Vollmilch	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüssen, glutenhaltigen Getreide und Soja enthalten.
009	Natur aktiv	Confiserie Osterhase	Kann Spuren von Haselnüssen, Erdnüssen und Mandeln enthalten.
010	Hussel	Sitzhase	Kann Spuren von Haselnüssen und Mandeln enthalten.
011	Favorina	Alpenmilchschokoladenhase	Kann Spuren von Gluten, Soja und Schalenfrüchten enthalten.
012	Friedel	Edel Vollmilchschokohase	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüssen, Gluten und Soja enthalten.
013	Friedel	Kleines Langohrhäschen	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüssen, Gluten und Soja enthalten.
014	Heilemann	Osterhase sitzend aus Vollmilch	Kann Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüssen, Gluten und Ei enthalten.
015	Kinder	Schokolade Osterhase	k.A.
016	Heindl	Schoko-Hase Klotzer	kann Spuren von Schalenfrüchten (Mandeln, Pistazien, Hase-, Cashew-, Walnüsse), Gluten und Ei enthalten
017	Heindl	Schoko-Hase Jimmy	Kann Spuren von Schalenfrüchten (Mandeln, Haselnüsse, Pistazien, Cashewnüsse, Walnüsse), Gluten und Ei enthalten.
018	Klett	Vollmilchhase	Kann Spuren von Schalenfrüchten und Gluten enthalten.
019	Ferrero Rocher	Osterhase	k.A.
020	Douceur	Osterhase Vollmilch	Kann Spuren von glutenhaltigem Getreide, Soja und Schalenfrüchten enthalten.
021	Merci	Osterhase	k.A.
022	Hammer Mühle	Schoko Osterhase	Kann Spuren von anderen Schalenfrüchten, Milchprodukten, Soja und Sesam enthalten.
023	Lindt	Goldhase Vollmilch	Kann Haselnüsse und andere Schalenfrüchte enthalten.
024	Milka	Schmuntelhase Alpenmilch	Kann andere Nüsse und Weizen enthalten
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	Osterhase Vollmilch	k.A.

## 6 Nährwerte

### 6.1 Nährwerttabelle

Die Osterhasen enthalten zwischen 530 und 625 kcal pro 100 g, der Median liegt bei 555 kcal. Aufpassen sollte man, wenn man einen ganzen Osterhasen konsumiert. Die verglichenen Schokohasen enthalten zwischen 190 kcal (Friedel Kleines Langohrhäschen) und 1.565 kcal (Spar Premium), der Median liegt bei 631 kcal. Also besser mal das Gewicht des Hasen überprüfen und nur kleine Mengen essen. Generell können sich Osternaschereien kalorienmäßig ganz ordentlich zu Buche schlagen, wie ein aktueller Blogbeitrag auf [vki.at](https://blog.vki.at) „Osternaschereien im Kalorien-Check“<sup>3</sup> zeigt.

Hauptsächlich stecken Fett und Zucker in der Osterschokolade. Der Fettgehalt liegt zwischen 29 und 47 g pro 100 g. Der Zuckergehalt zwischen 24 und 59 g, wobei die 24 g die Ausnahme sind, wie der Median von 53 g zeigt.

---

<sup>3</sup> <https://blog.vki.at/article/osternaschereien-im-kalorien-check> aufgerufen am 3.04.2020

**Tabelle 7: Nährwerte**

Nr.	Marke	Energie (kcal/100 g)	Fett (g/100 g)	davon gesättigte Fettsäuren (g/100 g)	Kohlenhydrate (g/100 g)	davon Zucker (g/100 g)	Ballaststoffe (g/100 g)	Eiweiß (g/100 g)	Salz (g/100 g)
001	Rosengarten	595	42	26,6	47	46,2	2,3	6	0,2
002	dm Bio	583	40	25	47	46	2,2	8	0,25
003	Alnatura	595	42	27	47	46	2,3	6	0,2
004	Spar Premium	559	35	21	53	52	2,3	6,8	0,2
005	Hauswirth	542	31	19	57	54	k.A.	7,1	0,2
006	Riegelein	545	32	20	57	57	k.A.	5,5	0,25
007	Monarc	549	32	20	58	56	k.A.	6	0,15
008	Monarc	544	32	20	55	54	k.A.	7,5	0,18
009	Natur aktiv	553	34	20	54	53	k.A.	6,6	0,18
010	Hussel	577	38	23	53	53	k.A.	5,6	0,16
011	Favorina	532	29	18,2	59,9	59,3	k.A.	6,4	0,26
012	Friedel	549	32	20	58	56	k.A.	6	0,15
013	Friedel	544	32	20	55	54	k.A.	7,5	0,18
014	Heilemann	557	35	22	51	50	k.A.	7,9	0,25
015	Kinder	579	36	24,1	53,9	53,9	k.A.	8,8	0,31
016	Heindl	559	37	22	52	50	k.A.	6,9	0,2
017	Heindl	567	37	22	50	49	k.A.	6,9	0,2
018	Klett	549	31	19	57	56	k.A.	6,4	0,2
019	Ferrero Rocher	625	47	22,3	42,8	41,8	k.A.	7,4	0,13
020	Douceur	532	29	18,2	59,9	59,3	k.A.	6,4	0,26
021	Merci	578	38	23,8	50,6	49,8	k.A.	7,1	0,22
022	Hammer Mühle	600	43	24,7	47,9	23,7	k.A.	2,9	0,02
023	Lindt	545	32	20	56	55	k.A.	7,4	0,2
024	Milka	530	29	18	59	58	1,8	6,3	0,37
025	Schokolade & Lebkuchen Manufaktur	k.A.	k.A.	k.A.	k.A.	k.A.	k.A.	k.A.	k.A.

## 6.2 Nutri-Score

Der Nutri-Score ist eine vereinfachte Nährwertkennzeichnung, bei der Verbraucher auf den ersten Blick sehen, ob die Nährstoffzusammensetzung sehr günstig (grünes A) oder sehr ungünstig (rotes E) ist. Dazwischen liegen noch drei weitere Stufen (hellgrünes B, gelbes C und oranges D)<sup>4</sup>. Aufgrund der Einfachheit und der durchwegs sehr positiven wissenschaftlichen Studien erfährt der Nutri-Score auch international unter Verbraucherorganisationen eine sehr breite Unterstützung. Für eine verpflichtende Auslobung des Nutri-Scores auf allen Lebensmitteln gibt es sogar eine europaweite Bürgerinitiative<sup>5</sup>, die noch bis Anfang Mai 2020 unterzeichnet werden kann.

<sup>4</sup>

<https://www.konsument.at/cs/Satellite?pagename=Konsument/MagazinArtikel/Detail&cid=318917264203> aufgerufen am 2.04.2020

<sup>5</sup> [www.pronutriscore.eu](http://www.pronutriscore.eu) aufgerufen am 2.04.2020

Dass Süßigkeiten keine magere Kost sind, ist wohl jedem klar, jedoch auch hier zeigt der Nutri-Score Unterschiede auf. Essbares Ostergras beispielsweise schneidet mit einem gelben C ab, Baiser- und Dragee-Eier mit einem orangen D. Schokohasen dagegen liegen aufgrund des hohen Fett- und Zuckergehaltes allesamt im Bereich des roten E.

## 7 Zusammenfassung

- Ein Großteil der getesteten Osterhasen stammt aus Deutschland.
- Osterhasen kosten zwischen 0,59 und 4,99 € pro Stück und wiegen zwischen 35 und 280 g.
- Der 100-g-Preis liegt zwischen 0,50 und 6,48 € und damit über dem Preis von Tafelschokolade.
- Ein Teil der analysierten Produkte stammt aus biologischer Landwirtschaft, wurde nach Fairtrade-Regeln produziert oder trägt ein UTZ-Logo auf der Verpackung. Am nachhaltigsten sind Bioprodukte mit Fairtrade-Siegel – dies erfüllt eines von 25 angeschauten Produkten.
- Kakaomasse, Zucker, Kakaobutter sowie Milchbestandteile bei Milkschokolade – mehr braucht es nicht um Schokolade zu erzeugen. Diese einfache Zusammensetzung sieht man bei den Produkten aus biologischer Landwirtschaft, alle andere enthalten weitere Zutaten wie Aromen oder Emulgatoren.
- Sogar Palmöl steckt in einem Hasen (Kinder) – dieses umstrittene Fett sollte in Schokolade eigentlich nichts verloren haben.
- Besonders ärgerlich für Verbraucher ist die inflationäre „kann Spuren von ...“ Kennzeichnung. Nur 4 Produkte verzichten darauf.
- Schokolade ist fett und süß und enthält zwischen 530 und 625 kcal pro 100 g. Deshalb kann ein großer Osterhase drei Viertel des Energiebedarfes eines Tages liefern.