
Die Zuckerfee sät Zweifel

Das Süsse ist überall. Dafür sorgt auch das exzellente Lobbying der Zuckerhändler. Ihre Tricks und wie wir sie kontern könnten. «Die süsse Macht», Teil 2.

Von [Marie-José Kolly](#), [Olivia Kühni](#) (Text) und [Maurizio Di Iorio](#) (Bild), 10.01.2022



Kann das schädlich sein?

Swing the question over to the freedom-of-choice issue.

Das steht in einem der Millionen von Dokumenten, die durch die grossen Prozesse gegen die Tabakindustrie in den 1990er-Jahren publik wurden: Lassen Sie es zu einer Frage der Freiheit werden. Der Freiheit, selbst zu entscheiden.

«Reden Sie nicht über Medizin. Kontern Sie deren Experten nicht mit Ihren Experten oder deren Statistiken mit Ihren Statistiken. Behalten Sie den Fokus auf der Freiheit.» So lautet der Rat eines Kommunikationsberaters an Lobbyisten, Marketingexpertinnen und Verkäufer.

Und genau das tat kürzlich der neue Präsident der Schweizer FDP in einem Interview mit dem «Tages-Anzeiger». Nur sprach er von einem anderen Produkt: nicht Tabak, sondern Zucker.

Die FDP sei «die letzte bürgerliche Partei, die jene Menschen in der Stadt erreicht, die nicht in einem staatlich verordneten Umerziehungsbiotop leben möchten», sagte Burkart, «die auch mal Zucker essen (...)».

Es geht nicht um Zigaretten, sagte uns die Tabakindustrie.

Es geht nicht um Zucker, sagt uns Thierry Burkart.

Es geht um Freiheit.

Tatsächlich aber geht es ihnen um unsere Aufmerksamkeit: Wir sollen nicht dorthin schauen, wo wirklich etwas passiert, nicht auf die wissenschaftlichen Ergebnisse dazu, was Zucker und Tabak im Körper von Menschen anstellen. Sondern ganz woandershin.

«Irreführung ist, wenn man die kleine Lüge verwendet, um die grosse Lüge zu verkaufen», sagt der Zauberkünstler Jamy Ian Swiss im Dokumentarfilm «Merchants of Doubt» zur Zuhörerin: Die grosse Lüge, das sei der Mechanismus mit der Stange, welche die Dame auf seiner Bühne zum Schweben bringe für einen der klassischen Illusionstricks.

Die kleine Lüge sei dabei der Reifen. «Eine schwebende Frau macht Sie skeptisch: Da muss ein Draht sein, Fäden, irgendwas.» Der Reifen soll genau diese Überlegungen beseitigen: Der Zauberkünstler lässt die Dame durch ihn schweben, von Kopf bis Fuss. Sie schauen hin und sehen: kein Draht, keine Kette, keine Fäden. (Denn die Stange, welche die Dame in der Luft hält, verläuft in einer raffinierten S-Form, und der Zauberkünstler stimmt seine Reifen-Choreografie darauf ab.)

«Es geht nicht einmal darum, Ihre Aufmerksamkeit von der grossen Lüge wegzulenken», sagt Jamy Ian Swiss. «Sondern sie auf etwas zu lenken, das Sie fesselt. Und dann sehen Sie nichts anderes mehr.»

Die Dame schwebt nicht

Jede darf so viel Zucker essen, wie sie mag – das stellt niemand ernsthaft infrage. Wenn noch Weihnachtsguetsli, Christstollen oder *Bûche de Noël* übrig sind: Hauen Sie rein. Sie tun es ja im Bewusstsein, dass Christstollen nicht Chicorée ist – und essen nicht dreimal täglich davon.

Aber betrogen werden, das wollen Sie vermutlich nicht. Wenn Sie Tomatensauce kaufen, wollen Sie Tomatensauce, nicht Zucker. Sie wollen in erster Linie Cornflakes, vielleicht auch Cola, aber nicht Maissirup. Was Sie

schon gar nicht wollen, ist die Sorte von Zucker, die Ihnen hinterrücks Diabetes oder eine Fettleber (im Bauch, nicht im Teller) bescheren kann.

Der Zucker, der so tut, als wäre er gar nicht da, schadet dem Individuum gleich zweimal: seiner Gesundheit und seinem Bankkonto. Wie in Teil 1 dieses Doppelschwerpunkts beschrieben, kostet die Adipositas-Epidemie die Schweizer Öffentlichkeit jährlich Milliarden.

Für die Lebensmittelindustrie dagegen ist Zucker doppelt lukrativ: Der Rohstoff füllt Packungen zu niedrigeren Preisen als noblere Zutaten. Und dadurch, dass er uns süchtig macht, verkauft uns die Industrie mehr vom Produkt. Die Gesundheitskosten, so verursacht durch die Lebensmittelindustrie, bezahlen wir alle: In der Ökonomie nennt man das «externalisierte Kosten».

Sie sind schwer zu bekämpfen. Denn Lebensmittel- und Getränkefirmen arbeiten nach einem ausgeklügelten Drehbuch, dessen Geschichte jener der öffentlichen Gesundheit diametral widerspricht. Einem Drehbuch, das auch die Tabak- und die Erdölindustrie verwendeten: Branchen, die ihr Geschäftsmodell durch wissenschaftliche Ergebnisse bedroht sahen. Sie werden es wiedererkennen, wenn Sie sich nun durch seine Kapitel lesen.

Was stimmt: Es geht um Freiheit. Nur nicht um Ihre – sondern um die Wirtschaftsfreiheit dieser Industrie. Und um viel Geld.

Die kleinen Lügen

Im Drehbuch steht, wie man das Publikum verwirrt, unterhält oder einlullt. So, dass es von allen möglichen Dingen hört – nur nicht von der Gesundheitsforschung.

Kapitel 1: Abstreiten (und die Schuld woanders hinschieben)

Die effektivste, wenn auch gefährlichste aller Taktiken: Vernebeln. In den 1960er-Jahren finanzierte die Zuckerindustrie Forschung, welche die Risiken des Zuckers für Herz-Kreislauf-Erkrankungen herunterspielte und dafür jene der gesättigten Fette herausstrich.

Interne Dokumente, die eine Forscherin der University of California San Francisco 2016 entdeckte, zeigen: Der damalige Branchenverband Sugar Research Foundation (heute Sugar Association) wollte wissenschaftliche Resultate bewusst «entkräften» und finanzierte Wissenschaftler der Harvard School of Public Health – die dann genau das taten.

Sogenannte Review-Artikel betrachten und beurteilen viele verschiedene Studien, um einen Überblick über ein Forschungsfeld zu geben – und sie können die Diskussion in diesem Feld massgeblich prägen. In so einem Review-Artikel suggerierten die Harvard-Autoren, die untersuchten Zuckerstudien (welche die Sugar Research Foundation ausgewählt hatte) seien problematisch. Und schlossen: Das beste Mittel gegen Herzkrankheiten sei, Fett zu reduzieren.

Der Auftraggeber hatte Zugang zum fertigen Manuskript. Sein Feedback an die Autoren: «Lassen Sie mich versichern: Das ist, was wir uns vorgestellt hatten, und wir freuen uns auf die Publikation.»

Das Paper erschien 1967 im prestigeträchtigen «New England Journal of Medicine» und konnte «den wissenschaftlichen Diskurs zum Zucker für Jahrzehnte vernebeln», wie einer der Forschenden der University of California 2016 zur «New York Times» sagte.

Fett als den hauptsächlichlichen grossen Bösewicht zu betrachten, wurde zur grossen Forschungstradition. Für die Zuckerindustrie ein Segen: Denn wenn eine Firma etwa das Fett in einem Joghurt reduziert, fehlt ein wichtiger Geschmacksträger. Um wieder Geschmack reinzukriegen, eignet sich hervorragend: Zucker. Doch dadurch nimmt eines nicht ab: Herz-Kreislauf-Krankheiten.

Kapitel 2: Weg von der Wissenschaft, hin zur Person

Trotz der vorherrschenden Erzählung vom fett machenden Fett warnte der britische Professor John Yudkin Anfang der 1970er-Jahre eindringlich vor den gesundheitlichen Folgen des Zuckers. Es bekam ihm nicht.

Die Lebensmittelindustrie, unterstützt durch Ernährungswissenschaftler, deren Karriere auf der Fett-ist-böse-Welle ritt, zertrampelten seine Reputation. Industriegestützte Organisationen nannten seine Aussagen «emotional», sein Werk «Science-Fiction». Die Kampagne gegen ihn war so heftig, dass Yudkin, der am Queen Elizabeth College in London ein international anerkanntes ernährungswissenschaftliches Institut aufgebaut hatte, von Konferenzen ausgeladen wurde, seine Papers von Zeitschriften abgelehnt wurden – und sein Schreibtisch nach seiner Emeritierung in ein Nebengebäude verlegt wurde.

Forschende attackieren oder lächerlich machen: Das war eine Spezialität der Tabakindustrie, und es ist eine beliebte Strategie bei jenen, die von den Ergebnissen der Klimaforschung ablenken wollen. Hassmails, Todesdrohungen, öffentliche Verhöhnung: Die Bandbreite der eingesetzten Mittel ist gross.

So ging es etwa auch dem Neuenburger Kantonsparlament, das über eine Standesinitiative eine nationale Zuckersteuer einführen wollte: Die IG Freiheit, ein Verein, der sich gegen staatliche Regulierung einsetzt und mit Interessenvertretern im Parlament präsent ist, nominierte die Neuenburger 2017 für seinen Preis für das «dümmste, unnötigste Gesetz».

Kapitel 3: Zweifel säen

Irgendwann wird der Schleier gelüftet. Es wird öffentlich, dass die Industrie wusste, was sie tat. Ab diesem Moment geht schlichtes Abstreiten nicht mehr: Im Jahr 2022 wird sich niemand mehr hinstellen und behaupten, Zucker sei uneingeschränkt gesundheitsfördernd.

Kein Problem, auch dann hat das Drehbuch noch Strategien parat: abwiegeln, Fragen stellen, Zweifel säen.

Hierfür hat das Drehbuch auch ein gutes Wort parat: «Risiko» (bloss nicht: «Gefahr» oder «Bedrohung»).

«Geben Sie zu, dass Rauchen ein Risiko ist, aber betonen Sie: ein winziges Risiko», steht im Tabak-Drehbuch. «Genauso wie «Old Grand-Dad» trinken oder Pekan-Pie essen oder in einer 747 fliegen oder im Sonnenschein am Strand spazieren. Im Joggen liegt auch eine Gefahr, und im Nicht-Joggen vermutlich eine grössere. Fast alles ist ein Risiko.»

Da ist er, der Zweifel: Vielleicht ist Rauchen gefährlich. Aber wenn Sie es damit nicht übertreiben, vielleicht auch nicht. «Zucker ist sicher nicht ungesund. Zu viel Zucker ist ungesund», sagte die FDP-Nationalrätin Isabelle Moret einmal zu SRF. Sie präsidiert den Lebensmittel-Branchenverband Fédération des Industries Alimentaires Suisses (Fial) und war lange Mitglied einer einflussreichen Interessengruppe, die sich Informationsgruppe Erfrischungsgetränke nennt. Das sind ebenfalls nützliche Wörter: Das erste

ist ein Euphemismus für «Lobbygruppe», das zweite einer für «Süssgetränke».

Kurz nachdem die Neuenburger ihre Standesinitiative zur Zuckersteuer eingereicht hatten, schickte genau diese Lobbygruppe eine E-Mail an Parlamentarier. Die Nachricht zweifelte den (gut belegten) Nutzen einer Zuckersteuer an und spielte die Entwicklung von Adipositas in der Schweiz herunter.

E-Mails mit Schlagseite: Das sei etwas, was verschiedene Interessenvertreterinnen ständig versendeten, sagt Sophie Michaud Gigon, grüne Nationalrätin und Generalsekretärin der Fédération Romande des Consommateurs (FRC). Man könne diese Nachrichten lesen – oder nicht. Meist sei klar, woher sie stammten und welche Interessen dahintersteckten.

Schwieriger findet sie es, wenn die Quelle einer Nachricht oder eines Interesses stärker vertuscht wird. Wie bei einer der nationalen Konsumentenorganisationen: «Das Konsumentenforum hat keine breite Basis und dient oft zu bestimmten wirtschaftlichen Interessen. In vielen Dossiers vertritt es ganz und gar nicht konsumentenfreundliche Positionen.» Zum Beispiel streitet es ebenfalls die Wirksamkeit einer Zuckersteuer ab und zitiert in diesem Zusammenhang eine von der Informationsgruppe Erfrischungsgetränke finanzierte Umfrage.

Die nach solchen Mustern orchestrierte Verwirrung, sagt Michaud Gigon, diene wiederum Parlamentariern, die dann sagen könnten: «Sehen Sie, die Konsumentinnen wollen gar nicht, dass der Staat stärker eingreift.»

Zum Zweifel tragen Lebensmittelkonzerne auch direkt bei, indem sie das Wissen übers Essen diffus wirken lassen: Sie haben ein Interesse an der Erzählung, «es werde doch immer wieder was Neues behauptet». Sie haben ein Interesse an ständig wechselnden Moden und vermeintlichen Superfoods.

Sie haben insbesondere ein Interesse daran, in die Details zu gehen statt aufs grosse Ganze: «Wir essen Lebensmittel, nicht Nährstoffe», sagt Anthony Fardet vom französischen Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement. Und doch untersuchten noch zu viele Studien isolierte Nährstoffe und eben gerade nicht Lebensmittel, was zur irrigen Annahme führen könne, die Zugabe einzelner, vermeintlich schützender Nährstoffe machten Lebensmittel gesund.

«Wenn Sie eine Discokugel Facette für Facette beobachten, werden Sie nie eine Aussage über die ganze Kugel machen können», sagt Fardet. «Das spielt den Multinationalen in die Hände, denn sie wissen: Diese Forschungsmethode hat kein Ende. Solche Studien schliessen immer mit der abgedroschenen Aussage, weitere Studien seien nötig.»

Wer immer nur einen Teil des Ganzen untersucht, kommt nie zu einer definitiven Wahrheit. Das trägt zum Eindruck bei, es gebe verschiedene Ansichten oder wissenschaftliche Widersprüche. Es liefert der Industrie Einzelstudien mit Puzzleteilchen, die sie zu ihren Gunsten auslegen kann. Und es lenkt vom wissenschaftlichen Konsens zu gesunden Lebensmitteln ab: Gesund sind nämlich vor allem Dinge, mit denen die verarbeitende Industrie kaum Geld verdient – weil sie kaum verarbeitet sind.

Ich will es genauer wissen: Das Einmaleins der gesunden Ernährung

Im Sommer 2021 erschien in der Republik mit «Zu Tisch» ein zweiteiliger Überblick dazu, was die Wissenschaft über gesundes Essen weiss. Der aktuelle Konsens der Ernährungswissenschaft – denn es gibt ihn, auch wenn Interessengruppen gern etwas anderes behaupten. Serviert mit dem Hintergrundwissen dazu, warum manche Dinge gesund sind und andere nicht.

Kapitel 4: Ein Netzwerk pflegen

David Mark Hegsted, einer der Harvard-Wissenschaftler, die 1967 die Zuckerindustrie-finanzierte Review-Studie publiziert hatten, wurde später zum leitenden Ernährungsexperten im amerikanischen Landwirtschaftsministerium, wo er zur Entwicklung der offiziellen Ernährungsrichtlinien beitrug.

Verstrickungen zwischen Wirtschaft, Politik und Wissenschaft sind auch in der kleinräumigen Schweiz gang und gäbe. Ein paar Beispiele:

Die erwähnte Lobbygruppe für Süssgetränke ist mit sieben ihrer Mitglieder im Nationalrat vertreten, insbesondere mit ihrem Präsidenten. (Neben ihm sitzen im Vorstand der Lobbygruppe Vertreterinnen von Coca-Cola, Red Bull, Ramseier, Rivella.)

Die Präsidentin der Fial sitzt im Parlament.

Der Vizepräsident des Verwaltungsrats der Schweizer Zuckerfabriken sitzt im Parlament.

Ebenfalls im Parlament sitzt ausserdem eine der mächtigsten Lobbygruppen des Landes: die Bauern. Und sie haben ein Interesse, das auch der Zuckerindustrie zugutekommt: die Zuckerrübenbauern im Land zu halten.

Seit den 1960ern subventioniert der Staat die Schweizer Zuckerrübenbauern, die mit ihrer Ware sonst gegen den viel günstigeren Zucker aus der EU oder aus Brasilien kaum eine Chance hätten. Erst kürzlich, im September 2021, erhöhte das Parlament diese Subventionen noch einmal und verankerte sie im Gesetz. Dies auf einen Vorstoss des früheren Bauernverbandsdirektors Jacques Bourgeois (FDP, Freiburg), als Reaktion auf die EU: Sie hob 2017 die Obergrenzen für den Zuckerexport auf – noch mehr Preisdruck auf die Schweiz.

Doch die Subventionen nützen nicht nur den Bauern und den beiden Zuckerfabriken im Land, sondern indirekt auch der Lebensmittel- und der Getränkeindustrie: Der grösste Kunde der Schweizer Zuckerrübenbauern ist der Energydrink-Hersteller Red Bull, wie die «Rundschau» einst recherchierte.

Mit anderen Worten: Weil es ihm strategisch wichtig ist, eigene Rübenbauern im Land zu haben – und allenfalls auch die Arbeitsplätze des Red-Bull-Werks in Widnau SG –, finanziert der Schweizer Staat indirekt ein wenig die Produktion von Süssgetränken mit. Wie – mehr dazu in Teil 1 – einst schon der preussische König, und wie die heutigen Kollegen in Brasilien, den USA oder der EU.

Und das bedeutet auch: Wer sich mit der Süsswarenindustrie anlegt, riskiert, sich auch mit den Bauern anzulegen.

Als der Freiburger Arzt und FDP-Grossrat Jean-Daniel Schumacher vor ein paar Jahren mit einer Journalistin über seine politische Arbeit für eine klarere Darstellung der Zuckermenge in Lebensmitteln sprach, sagte sie zu ihm, wie er der Republik erzählt: «Sie haben keine Ahnung, gegen wen Sie kämpfen.» Am 8. Dezember 2021 entschied der Ständerat, der daraus entstandenen Standesinitiative keine Folge zu geben.

Ein weiteres Beispiel: Die Eidgenössische Ernährungskommission, die für das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) Empfehlungen ausarbeitet, wird zwar vom Bundesrat gewählt. Und in dieser ausserparlamentarischen Kommission sitzen durchaus viele Wissenschaftlerinnen. Aber auch:

- Eine Projektleiterin des Migros-Genossenschafts-Bunds (sie ist ebenfalls Mitglied im Schweizer Werbe- und Auftraggeberverband sowie in der IG Agrarstandort Schweiz)
- Eine Projektleiterin von Nestlé
- Eine wissenschaftliche Mitarbeiterin des Schweizer Bauernverbands

Noch ein Beispiel: Manche ihrer Kontakte pflegt die Industrie nicht über Personen, sondern über Geldflüsse.

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung ist zuständig für die Kommunikation der vom Bund entwickelten Ernährungsempfehlungen an die Bevölkerung. Unter ihren Gönnern finden sich Namen wie Danone, Emmi, Nestlé, Unilever, Zweifel, McDonald's.

«Ein offensichtlicher Interessenkonflikt», sagt der amerikanische Psychologieprofessor Kelly Brownell zur Republik, «der mich aus Prinzip natürlich schockiert, aber eigentlich kaum erstaunt, weil solche Beziehungen lange und vielerorts üblich waren.»

Mittlerweile würden sie aber auch im Bereich der Ernährung vermehrt infrage gestellt. Nur: Organisationen wie die Gesellschaft für Ernährung brauchen Geld für ihre Projekte. Und sie haben sich an ihr Budget gewöhnt. «Sie versuchen also, *firewalls* aufzustellen, um den Eindruck von Interessenkonflikten zu vermeiden und zu zeigen: Die Sponsoren haben kein inhaltliches Mitspracherecht», sagt Brownell.

Anruf bei der Vizepräsidentin der Gesellschaft, Isabelle Herter, die an der ETH Zürich Humanernährung erforscht. «Wir werden von der Finanzierung unserer Gönner nicht beeinflusst», sagt sie. Mit ihnen gebe es keinen fachlichen Austausch, und sie könnten auch nicht über die Projekte der Gesellschaft mitentscheiden.

«Wir werden nicht beeinflusst» – das entspricht einfach nicht dem, was wir aus der Forschung wissen», sagt Brownell. Menschen und Organisationen würden durch Geld beeinflusst, egal, was sie sagten.

Das gilt auch für Forschende, deren Studien von Industriepartnern finanziert werden. Wenn man ihre Resultate mit jenen vergleicht, die aus öffentlichen Geldern bezahlt wurden, findet man systematische Unterschiede: «Sie kommen zu gänzlich anderen Resultaten und Schlussfolgerungen», sagt Brownell. «*Well*, wie kann das sein? Wenn *the science* objektiv ist, dann sollten sie dieselben Ergebnisse erhalten, egal, wer dafür bezahlt. Aber wer bezahlt, macht eben einen grossen Unterschied.»

Deshalb ist unabhängige Forschung so wichtig. Und dafür ist die öffentliche Finanzierung zentral. Private Finanzierungen sind das perfekte Einfallstor, um Zweifel am wissenschaftlichen Konsens zu säen.

Auch Isabelle Herter von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung sagt, idealerweise sähe die Finanzierung dieser Gesellschaft anders aus. Der Bund finanziere manche ihrer Projekte etwa nur zur Hälfte, den Rest müsse die Gesellschaft aus anderen Quellen finanzieren, wozu teilweise die Einnahmen aus Mitglieder- und Gönnerbeiträgen eingesetzt würden. Herter betont noch einmal: «Dennoch sind diese Projekte natürlich in keiner Weise durch die Gönner beeinflusst, sondern werden von der Gesellschaft für Ernährung unabhängig und anhand der bestehenden Empfehlungen bearbeitet.»

Kapitel 5: An Eigenverantwortung appellieren

Aber eigentlich ist das für die Zuckerlobby ein Detail. Sie will ja, dass wir die Forschung als Nebenschauplatz wahrnehmen. Zucker, sagt sie uns, ist nicht eine Frage der Wissenschaft, sondern der Ideologie.

«Betonen Sie: Es ist das Recht jedes informierten Erwachsenen, zu wählen, welche Risiken er eingehen will», steht im Tabak-Drehbuch.

Die Konsumenten wissen schon, was sie tun: Das ist die Nachricht von Isabelle Moret, wenn sie sagt, nur *zu viel* Zucker sei ungesund. Das ist die Nachricht von McDonald's, wenn die Firma in einem Gerichtsprozess anbringt, es gehöre zum Allgemeinwissen, dass die Verarbeitung, die ihre Produkte erführen, sie schädlicher machten als unverarbeitetes Essen.

Es ist eine Frage der Eigenverantwortung: Das ist die Nachricht des Konsumentenforums, wenn es die Bedeutung allgemeingültiger Ernährungsempfehlungen abstreitet und die – zweifellos relevanten – individuellen Reaktionen auf Nahrungsmittel als wichtigsten Faktor darstellt.

In der Theorie sind das richtige Gedanken. In der Praxis aber ist es nicht so einfach:

Viele Konsumentinnen wissen nicht, was sie kaufen: «Anders als auf der Zigarettenpackung prangt auf stark gezuckerten Produkten kein Warnhinweis», sagt die Zuckerforscherin Bettina Wölnerhanssen vom Claraspital in Basel. Auf den meisten Produkten müsse man das Kleingedruckte vielmehr mit der Lupe suchen. Hat man sie erst einmal gefunden, sind die vielen Fachbegriffe für Laien kaum verständlich.

Und Eigenverantwortung ist im Umgang mit süchtig machenden Produkten besonders schwierig. Es sei zynisch, sagt die grüne Nationalrätin Sophie Michaud Gigon, wenn der Parlamentarier und Präsident der Süssgetränklobby Lorenz Hess sage, die Ernährungsgewohnheiten müssten sich aus Überzeugung der Einzelnen verändern. «Wenn Sie einem Zuckerabhängigen sagen, er müsse sich aus Überzeugung davon unabhängig machen, das Angebot aber voller Zucker steckt, ist das, als würden Sie einer Drogenabhängigen sagen, sie müsse vom Stoff wegkommen, während Sie ihr jeden Tag Kokspäcklein auf den Teller legen.»

Den eigenen Zuckerkonsum zu reduzieren, ist auch aus der Perspektive der Koch- und Essexpertin Susanne Vögeli besonders schwierig: weil die Bestandteile des Haushaltszuckers – Glukose und Fruktose – auch im Rüebli und der Banane steckten. Ein kompletter, kalter Entzug sei, im Gegensatz zu Alkohol, Tabak oder Kokain, nicht möglich.

Essen werden die Menschen immer. Auch das hat übrigens die Tabakindustrie ebenso erkannt: Ab den 1980er-Jahren begann sie, Lebensmittel- und Getränkefirmen aufzukaufen.

Was also tun?

Zuckerzeichnung, Zuckersteuer, Zuckerbeschränkung: Wie in Teil 1 dieses Beitrags beschrieben, fielen die Versuche, Zucker politisch zu regulieren, in der Schweiz bisher flach. Das ist das Ziel des Drehbuchs und seiner Autorinnen: Regulierung am liebsten ganz zu vermeiden oder zumindest zu verzögern. Denn jeder Tag mit weniger Regeln ist ein Tag, an dem die Industrie mehr Geld verdient.

Es ist Zeit, die Zuckerfee ernst zu nehmen und die Debatte über den Zucker zuzulassen. Wir haben zwei Möglichkeiten, darauf zu reagieren: erstens mit verbindlichen Regeln für die Industrie. Und zweitens mit einem kollektiven und kulturellen Bewusstseinswandel beim Kochen, Essen und Geniessen – dazu gleich mehr.

An Regeln gäbe es etwa eine verbindliche Zuckerbeschränkung, die man ins Lebensmittelgesetz schreibt. Der Mechanismus ist simpel genug und gut erforscht: Enthält das Müesli weniger Zucker, essen wir weniger Zucker. Oft sei es zwar nicht so leicht, den Zucker so zu ersetzen, dass das Produkt gleich schmeckt, sich gleich anfühlt und auch noch gesünder ist, sagt die Ernährungswissenschaftlerin Christine Brombach. Aber innovative Unternehmen werden gesündere Möglichkeiten finden. (Eine solche könnten Zuckeralkohole wie Xylit und Erythrit sein, die zwar süss schmecken, aber unseren Stoffwechsel – anders als die üblichen künstlichen Süsstoffe – wahrscheinlich schonen.)

Auch Zuckersteuern, wie sie etwa Grossbritannien, Frankreich und verschiedene US-Bundesstaaten kennen und die die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt, reduzieren den Konsum. Wichtig sei es, die Steuer nicht auf den Zucker, sondern auf ganze Produkte wie Süssgetränke anzuwenden, sagt der Public-Health-Experte David Fäh von der Berner Fachhochschule: Sonst würden ihn Firmen mit künstlichen Süsstoffen ersetzen, die unserer Gesundheit möglicherweise ebenfalls schaden. Und wichtig sei es auch, mit dem so erhobenen Geld Produkte wie frische Früchte und Gemüse zu subventionieren und damit gesundes Essen zu vergünstigen. Denn Steuern auf Lebensmittel sind aus ethischen Gründen schwierig: Sie treffen die Ärmsten am stärksten.

Auch das aggressive Marketing verarbeiteter Produkte – Spielzeug in der Flockenpackung, Werbung bei der Kindersendung, Süssigkeiten an der Supermarktkasse – könnte man gesetzlich regulieren. Das würde das Konsumverhalten insbesondere von Kindern positiv beeinflussen.

Wirksam sind auch sanftere Anreize: Produkte mit einer transparenten und verständlichen Deklaration des hohen Zuckergehalts, etwa über die bildliche Darstellung in Zuckerwürfeln oder -löffeln, lassen Konsumenten öfter stehen. Und obligatorische Warnhinweise auf stark gezuckerten Lebensmitteln könnten dazu führen, dass die Hersteller die Zuckermenge eigenständig reduzieren: Keiner will einen Warnhinweis auf seinem Produkt.

Wir haben in diesem Land bisher: dürftige Regeln der Selbstdeklaration sowie die freiwillige Selbstverpflichtung von Firmen, den Zucker in Joghurts und Frühstücksflocken sukzessive zu reduzieren. Die bisherige Wirkung dieser Erklärung von Mailand fällt bescheiden aus. (Neue Resultate erwartet das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen Anfang 2022, wie sein Vizedirektor Michael Beer auf Anfrage mitteilt. Und künftig wolle man auch andere Produkte mit einschliessen, etwa Süssgetränke, Suppen und Salatsaucen.)

«Ich glaube zwar fundamental an die Bedeutung des Wirtschaftssektors für die Veränderung», sagt die grüne Nationalrätin Sophie Michaud Gigon. Wenn Firmen sich selber verpflichteten, sei sie die Erste, die das besonders gut finde. Die Zuckerdebatte sei aber aus dem Gleichgewicht geraten: Auf der einen Seite stünden die hohen Gesundheitskosten, auf der anderen Seite eine Agrar- und Lebensmittelindustrie sowie eine Pharmaindustrie mit Diabetes-Medikamenten, die alle von dieser Situation profitierten. «Hier finde ich: Nein, es reicht nicht. Die öffentliche Hand nimmt ihre Verantwortung nicht wahr.»

Für einen wirksamen Konsumentenschutz brauchte es also viel mehr. Warum hinkt gerade die Schweiz hinterher?

«Aus ideologischen Gründen», sagt Michaud Gigon: «In der Schweiz ist sie besonders stark, die Erzählung der Eigenverantwortung und die des Staates, der sich nicht einzumischen habe in den freien Markt.»

Die Gesundheitsprävention habe es hier schwer, das sagt auch der Vize-Direktor des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen, Michael Beer. Es gebe im Parlament zwar viele Vorstösse für mehr Regeln zur gesunden Ernährung, aber fast noch mehr Voten, die betonen: «Gesunde Ernährung ist Privatsache.»

«Schweizerinnen sind sehr freiheitsliebend», sagt er.

Damit aber jede Konsumentin ihre Freiheit ausleben kann, braucht es gewisse Voraussetzungen, das sagen auch manche FDP-Politiker: «Natürlich gehört es zu einem freiheitlichen Land, Dummheiten machen zu dürfen. Aber man sollte schon wissen, was eine Dummheit ist und was nicht», sagt der Freiburger Grossrat und Arzt Jean-Daniel Schumacher zur Republik. «Nur ein informierter Konsument ist ein freier Konsument.»

Zeigen, wie Gemüse aussieht

So gibt es neben Regulierung und dem ewigen Verweis auf die Eigenverantwortung auch einen dritten Weg: die kulturelle Revolution, die Bürgerinnen dazu ermächtigt, ihre Eigenverantwortung auch wahrnehmen zu können.

Immer mehr Kindertagesstätten werben damit, dass sie vor Ort kochen.

Der Starkoch Jamie Oliver plädiert für zehn Rezepte: zehn Rezepte, die ein Kind kennen und kochen können sollte «und die sein Leben retten können», sagt er.

Projekte wie «L'école comestible» in Frankreich und «Edible Schoolyard» in den USA stellen die zerrissenen Bezüge zwischen Feld und Teller wieder her, indem sie in Schulen mit Kindern arbeiten. Kinder, von denen viele eine Rande noch nie anders gesehen haben als gewürfelt in der Kantine. Wenn man ihnen zeige, wie echtes Gemüse aussehe – roh, im Salat an einer Sauce, gekocht, gedämpft oder gebacken –, spucke es kaum je einer aus, sagt die Gründerin der «école comestible», Camille Labro, im Podcast «Bouffons».

«Viele Menschen müssen das Essen neu entdecken», sagt die Koch- und Essexpertin Susanne Vögeli, und die geschmackliche Vielfalt, die uns zur Verfügung steht, kennen lernen. So könnten sie sich ein Repertoire aufbauen und eine eigene Esskultur entwickeln: «Und dann kann die Lust nach Essen auch andere Bilder hervorrufen als zuckersüsse Schleckereien – etwa

eine Birne mit Käse, ein paar Nüsse und Rosinen, Himbeeren oder eine Bouillon mit Ei.» Eingebettet in eine Frucht, zu der er intrinsisch gehört, reize der Zucker nicht das Suchtverhalten.

Aufzeigen, aufrütteln, erfahrbar machen. Das traditionelle Wissen, das in vielen Bereichen verloren gegangen ist, wieder vermitteln. Und den Zucker als das nutzen, was er ist: ein Genussmittel, nicht ein Nahrungsmittel. So kann ein Bewusstseinswandel stattfinden.

Er habe dem Freiburger Grossrat nackte Fakten und Zahlen präsentiert und mässig viel Begeisterung für seinen Vorstoss ausgelöst, erzählt Jean-Daniel Schumacher. Und es dann mit einem anschaulichen Beispiel versucht: «Denkt mal an die *Foie gras*, die ihr an Weihnachten mit etwas schlechtem Gewissen gekauft habt. Sie hat diese hellrosa-beige Farbe, *non?* Und jetzt denkt an die ganz andere Farbe der Geflügelleber, die ihr beim Metzger in der Auslage seht. Die Gänse und Enten, deren Leber zu *Foie gras* werden soll, füttert man mit anderen Dingen. Mit zuckerhaltigen Dingen. Das ist es, was der Zucker auch mit eurer Leber anstellt.»

So hat er die Kolleginnen überzeugt. Auch die so entstandene Standesinitiative für eine klare Sichtbarmachung der Zuckermenge in Lebensmitteln wäre eine Form von Bürgerermächtigung gewesen.

Epilog

«Täuschung ist meine Expertise», sagt der Zauberkünstler im Vorspann des eingangs erwähnten Dokumentarfilms, und fächert ein Kartenspiel auf. Was Zauberer von Trickbetrügern und anderen Typen von Dieben und Lügnern unterscheide, sei, «dass wir ehrliche Lügner sind». Der Deal: «Ich werde Sie hereinlegen, aber es ist okay. Es ist mein Job, und ich bringe Sie in nicht dramatisch veränderter Verfassung wieder zurück.»

Es sei für ihn aber beleidigend, wenn jemand die *skills* seines ehrlichen Lebensunterhalts dazu verwende, Menschen zu manipulieren, ihren Sinn für die Realität zu verzerren und dafür, wie die Welt funktioniert.

Dann zündet er sich – scheinbar – mit blossen Fingern eine Zigarette an.