

# Von Omega-3 zur Health-Story: Strategien für Märkte im Wandel

85%

Fisch ist gesund.

# Wer Jogginghose trägt, hat die Kontrolle über sein Leben zurück.

Dranbleiben lohnt sich. Abnehmen braucht Geduld. Jetzt die  
AOK 66-Tage-Challenge starten: [aok.de/66Tage](https://aok.de/66Tage)





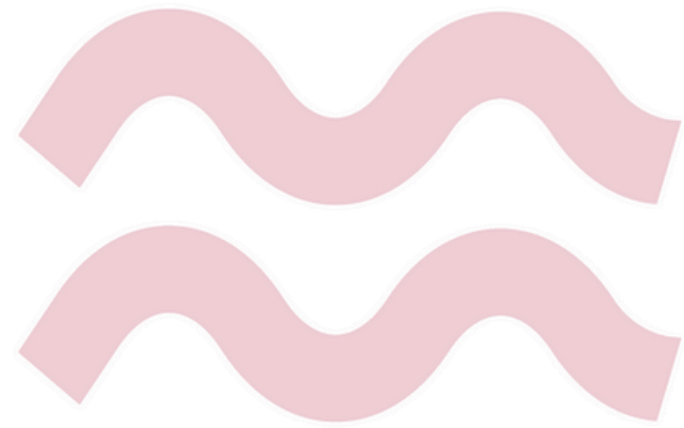
New way to healthy

Natur

Nachhaltig

Neu erzählen





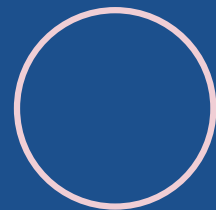
# Side Streams Fermentation

Nachhaltig + Gesund

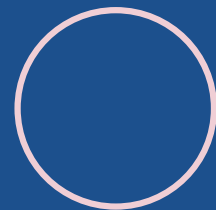


# Proteingehalt von Lachs?

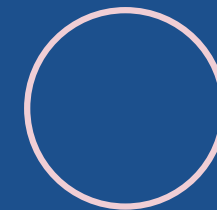
pro 100g



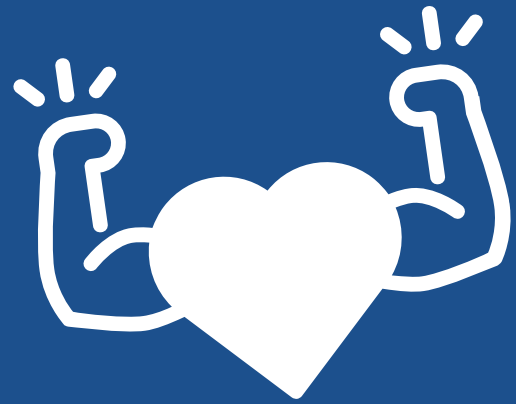
12g



20g

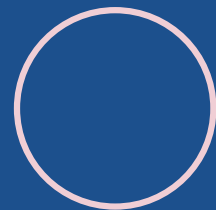


27g

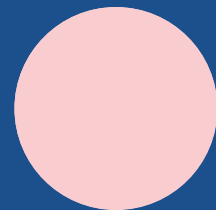


# Proteingehalt von Lachs?

pro 100g

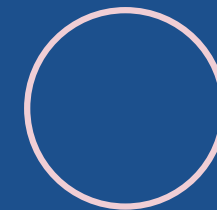


12g



20g

40%



27g

## PROTEINQUELLE

wenn auf den Proteinanteil mindestens 12 % des gesamten Brennwertes des Lebensmittels entfallen.

## HOHER PROTEINGEHALT

Die Angabe, ein Lebensmittel habe einen hohen Proteingehalt ist nur zulässig, wenn auf den Proteinanteil mindestens 20 % des gesamten Brennwertes des Lebensmittels entfallen.

Brennwert

Protein 1 g

**4 kcal**

High -  
Protein

**20%**

# Proteinanteil in Prozent am Brennwert

Lebensmittel	Protein	kcal gesamt	Proteinanteil am Brennwert
■ Hering (Atlantik)	18 g	210 kcal	34 %
■ Lachs (Atlantik)	20 g	200 kcal	40 %
■ Magerquark	12 g	65 kcal	74 %
■ Shrimps (Vannamei, gekocht)	19 g	90 kcal	84 %
■ Thunfisch (frisch)	23 g	100 kcal	92 %
■ Hähnchenbrust (mager)	27 g	120 kcal	90 %

Die Werte geben Orientierung  
und haben keinen Anspruch auf exakte Genauigkeit.

## 💡 Fazit:

- Magerfische wie Thunfisch, Kabeljau oder Seelachs → sehr hoher Proteinanteil (80–95 %).
- Fettreiche Fische wie Makrele, Hering oder Aal → deutlich niedriger (20–40 %),  
weil Fett 9 kcal/g liefert.

















seaf<sup>~</sup>d  
insights





## Deine tägliche Portion Hülsenfrüchte



unwider-  
stehlich  
knusprig



viele  
Proteine und  
Ballaststoffe



allergenarm:  
kein Gluten,  
keine Nüsse



handmade  
in eigener  
Rösterei



## Geschmack

umami-intensiv  
salzfrisch  
mineralisch  
ozeanisch  
mild-salzig  
elegant-würzig  
delikat-intensiv  
fein-balanciert  
frisch-pikant

## Gefühl & Erlebnis

sinnlich  
belebend  
leicht  
pure Lebensfreude  
entschleunigend  
erfrischend  
inspirierend  
lebendig  
harmonisch

## Textur & Mundgefühl

butterzart  
seidenglatt  
flaky  
crisp  
smooth  
soft  
creamy  
tender

## Herkunft & Haltung

nordisch-klar  
aus kühlen Gewässern  
handgeangelt  
nachhaltig gefangen  
transparent produziert  
verantwortungsvoll verarbeitet  
regional verwurzelt  
respektvoll mit der Natur

**seaf<sup>~</sup>d**  
**insights**

**creamy**  
**flaky**  
**ozeanisch**



Creamy,  
mit Fisch aus nordisch klaren Gewässern,  
verantwortungsvoll verarbeitet.

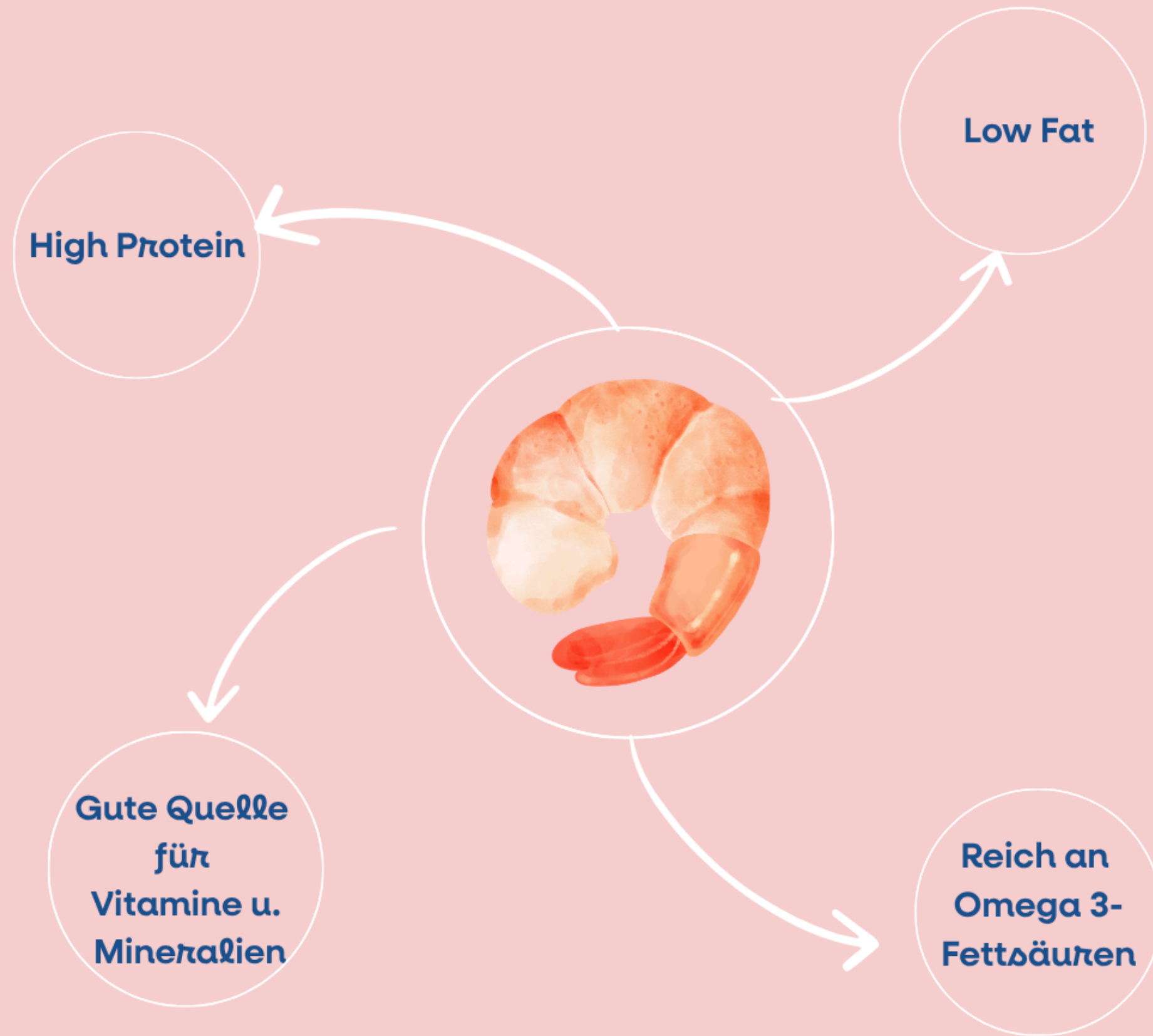


ozeanisch,  
Muscheln juicy,  
pure Lebensfreude



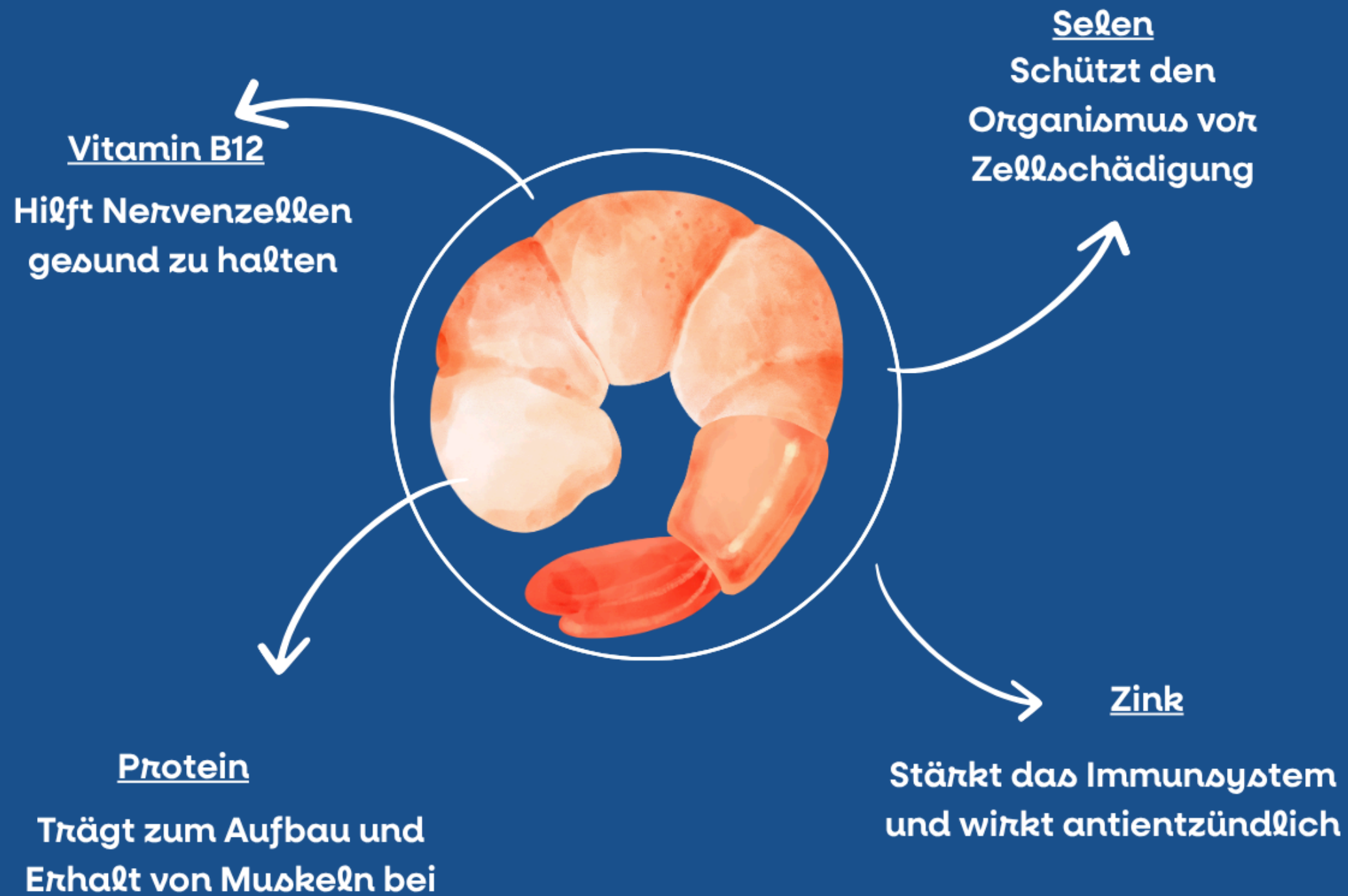
# Entdecke die Gesundheitsvorteile von Shrimps in Deiner Ernährung

seaf<sup>ood</sup>  
insights



## Eigene Gesundheit motiviert zum Kauf

## Vorteile Shrimps zu essen - es stärkt Deine Gesundheit!



Eat fish  
live longer



von Natur aus / Natürlich



# High-Protein



Fisch trägt zum Aufbau und Erhalt der Muskeln bei.



# Los jetzt Muskeln aufbauen!

Klarheit beginnt mit der Entscheidung,  
loszugehen.



Dürfen Unternehmen auf dem Produktdeckel die Proteinmenge eines Produkts hervorheben?



“14g PROTEIN pro Becher“

Konkret stellt sich die Frage, ob der Claim '14 Gramm Protein pro Becher' eine zulässige Konkretisierung der Angabe 'hoher Proteingehalt' ist. Letztere ist laut Health-Claims-Verordnung (HCVO) für Lebensmittel zugelassen, die einen Proteingehalt von mindestens 20 Prozent am Brennwert haben."

Der Bundesgerichtshof will seine Entscheidung am 20. November verkünden.

## PROTEINQUELLE

Die Angabe, ein Lebensmittel sei eine Proteinquelle, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn auf den Proteinanteil mindestens 12 % des gesamten Brennwertes des Lebensmittels entfallen.

## HOHER PROTEINGEHALT

Die Angabe, ein Lebensmittel habe einen hohen Proteingehalt, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn auf den Proteinanteil mindestens 20 % des gesamten Brennwertes des Lebensmittels entfallen.

## VON NATUR AUS/NATÜRLICH

Erfüllt ein Lebensmittel von Natur aus die in diesem Anhang aufgeführte(n) Bedingung(en) für die Verwendung einer nährwertbezogenen Angabe, so darf dieser Angabe der Ausdruck „von Natur aus/natürlich“ vorangestellt werden.