



GETRÄNKE-GUIDE

Saft ist nicht gleich Saft. Es gibt unterschiedliche Arten von Getränken, deren Zusammensetzung in der Fruchtsaft-Verordnung genau festgelegt ist. Licht in den Saft-Dschungel bringen wir hier:



FRUCHTSAFT

Mit 100 % Fruchtgehalt und keinerlei Zusätzen leistet der Fruchtsaft, z. B. von van Nahmen, einen wertvollen Beitrag zur ausgewogenen Ernährung (2,80 Euro).



FRUCHTSCHORLE

Der beliebte Durstlöcher ist eine Mischung aus Fruchtsaft und Mineralwasser ohne zusätzliche Süßungsmittel. Der Fruchtgehalt liegt meistens zwischen 50 und 60 Prozent (Hipp, 1 Euro).

FRUCHTSAFT-GETRÄNK

Enthält 6 bis 30 Prozent Fruchtsaft, Wasser, natürliche Aromen und Zucker (Capri-Sonne, 70 Cent).



FRUCHTNEKTAR

Wird Fruchtsaft (mindestens 25 %) mit Wasser gemischt und zusätzlich gesüßt (0,1 %–25 %), spricht man von Fruchtnektar. Mancher saure Fruchtsaft schmeckt erst dadurch richtig gut (Frucht Tiger, 70 Cent).

