

**Ombudsstelle SRG.D**

Dr. Esther Girsberger, Co-Leitung  
Kurt Schöbi, Co-Leitung  
c/o SRG Deutschschweiz  
Fernsehstrasse 1-4  
8052 Zürich

E-Mail: [leitung@ombudsstellesrgd.ch](mailto:leitung@ombudsstellesrgd.ch)

Zürich, 23. November 2021

**Dossier Nr 8067, «Puls» vom 11. Oktober 2021: «Welches Speiseöl für eine gesunde Küche?»**

Sehr geehrter Herr X

Besten Dank für Ihr Schreiben vom 14. Oktober 2021, worin Sie obige Sendung wie folgt beanstanden:

**Begründung**

**1. Formelles**

**1.1. Beanstandungsfrist**

Mit Eingabe der Beanstandung vom 14. Oktober 2021 (Poststempel) ist die Frist von 20 Tagen zur Einreichung von Beanstandungen (Art. 92 Abs. 2 RTVG) gewahrt.

**1.2. Legitimation der Beanstanderin**

Die als juristische Person registrierte **XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX** ist nach Art. 92 Abs. 1 lit. a RTVG dazu legitimiert, gegen den «Puls»-Beitrag vom 11. Oktober 2021 «Welches Speiseöl für eine gesunde Küche?» wegen Verletzung von Art. 4 Abs. 2 RTVG bei der Ombudsstelle SRG.D Beanstandung einzureichen.

**2. Materielles**

Nach Auffassung der Beanstanderin wurde von der «Puls»-Redaktion mit verzerrender Berichterstattung zu den gesundheitlichen Leistungsfähigkeiten von drei vorgestellten pflanzlichen Speiseölen, namentlich Rapsöl, Sonnenblumenöl und Olivenöl, das Sachgerechtigkeitsgebot nach Art. 4 Abs. 2 RTVG verletzt.

**2.1. Generelles**

SRF schreibt auf seiner Website unter dem Link [https://www.srf.ch/play/tv/»Puls»/video/der-vergleich--ist-rapsoel-gesuender-als-olivenoel?urn=urn:srf:video:b43c9e99-1784-4beb-899a-731c3d0f97ba&aspectRatio=16\\_9](https://www.srf.ch/play/tv/»Puls»/video/der-vergleich--ist-rapsoel-gesuender-als-olivenoel?urn=urn:srf:video:b43c9e99-1784-4beb-899a-731c3d0f97ba&aspectRatio=16_9) das Folgende: «Die Einkaufsregale sind voll von unterschiedlichsten Speiseölen. Doch welches auswählen, wenn einem eine gesunde Küche wichtig ist? «Puls» gibt Aufschluss über die verschiedenen Fettsäuren und ihren Einfluss auf die Gesundheit.»<sup>1</sup> Damit demonstriert die Redaktion von «Puls» das Motiv, einerseits aufzuzeigen, welche Öle in Bezug auf eine gesunde Küche zu empfehlen sind und andererseits Aufschluss über die verschiedenen Fettsäuren und deren Einfluss, den diese auf die menschliche Gesundheit haben, zu geben. Im TV-Beitrag selbst sagt die «Puls»-Moderatorin Daniela Lager: «Was denken Sie, welches dieser Öle ist das gesündere, Leinöl, Rapsöl oder ist es das Olivenöl?»<sup>2</sup> Die nachfolgende TV-Berichterstattung, welche diese Frage klären soll, ist aber unwissenschaftlich, unseriös, lückenhaft, die Tatsachen verzerrend und insgesamt nicht zur Meinungsbildung der Zuschauer geeignet. Im Gegenteil, die redaktionelle Berichterstattung von «Puls» ist für die Gesundheit der Zuschauer gar potenziell gefährlich, da in dieser nachweislich falsche, wissenschaftlich nicht haltbare und folglich irreführende Angaben zu den gesundheitlichen Aspekten der porträtierten pflanzlichen Ölen gemacht werden. Auf diese groben Verstösse gegen das Sachgerechtigkeitsgebot (vgl. Art. 4 Abs. 2 RTVG «Redaktionelle Sendungen mit Informationsgehalt müssen Tatsachen und Ereignisse sachgerecht darstellen, so dass sich das Publikum eine eigene Meinung bilden kann.») wird nachfolgend im Detail eingegangen.

**2.2. In Sachen falscher und folglich irreführender Darstellung der drei vorgestellten Speiseöle hinsichtlich der Marktanteile**

In der Sequenz 01'55" bis 02'04" des «Puls»-Beitrages sagt der Off-Sprecher: "Genau diese drei Pflanzenöle werden in der Schweiz am meisten verkauft - Sonnenblumenöl, Rapsöl, Olivenöl." «Puls» suggeriert damit, dass Olivenöl das am wenigsten häufig verkaufte Speiseöl der drei aufgezählten ist, da es am Schluss der Aufzählung genannt wird. Es ist wie bei der Angabe von Inhaltsstoffen. Das quantitativ Relevanteste wird zuerst aufgezählt. Am Schluss der Aufzählung steht das mengenmässig Unrelevanteste. Es ist nun allerdings so, dass Olivenöl den grössten Anteil des Marktes von pflanzlichen Speiseölen hat. Und zwar sowohl mengen- wie auch umsatzmässig. Im Jahr 2020 (bis Mai 2020) hatte Olivenöl einen Marktanteil gemessen am Umsatz von 56 %. Sonnenblumenöl kam dagegen auf einen Marktanteil von 13 % und Rapsöl auf 12 %. Auch mengenmässig führte Olivenöl die Rangliste klar an und zwar mit einem Anteil von 35 %. Sonnenblumenöl (25 %) und Rapsöl (17 %) folgten auf den Plätzen 2 und 3.<sup>3</sup> Die «Puls»-Redaktion verletzt in diesem Zusammenhang die journalistische Sorgfaltspflicht und verzerrt das Bild, das sich der Zuschauer aufgrund der von «Puls» geäusserten Angaben macht.

**2.3. In Sachen ungleicher Darstellung der drei vorgestellten Speiseöle hinsichtlich Omega-Fettsäuren**

Bei der Berichterstattung der für den menschlichen Organismus etwaig vorteilhaften Eigenschaften dieser drei Speiseöle wurden diese sowohl im Off-Text als auch bildlich in unterschiedlichem Licht dargestellt. Demnach wurde im Beitrag im Zusammenhang der beiden Samenöle Rapsöl und Sonnenblumenöl von Omega-Fettsäuren gesprochen, während im Kontext des Olivenöls jegliche Erwähnung der Terminologie «Omega» ausblieb und stattdessen lediglich von der einfach ungesättigten Ölsäure gesprochen wurde. Diese Tatsache wurde entsprechend bildlich festgehalten.

<sup>1</sup> [https://www.srf.ch/play/tv/puls/video/der-vergleich--ist-rapsoel-gesuender-als-olivenoel?urn=urn:srf:video:b43c9e99-1784-4beb-899a-731c3d0f97ba&aspectRatio=16\\_9](https://www.srf.ch/play/tv/puls/video/der-vergleich--ist-rapsoel-gesuender-als-olivenoel?urn=urn:srf:video:b43c9e99-1784-4beb-899a-731c3d0f97ba&aspectRatio=16_9)

<sup>2</sup> Sendungssequenz 00'07" bis 00'16"; <https://www.srf.ch/play/tv/redirect/detail/2e81bf90-649d-47f9-93f8-6a719a1d7545?startTime=7>

<sup>3</sup> Marktanteile Olivenöl, Olivenöl. Fast jeder hat's. Fast keiner mag's. Was ist des Geheimnis' Schlüssel?

Siehe dazu Sendungssequenz 03'30" bis 03'46" (Rapsöl - audiovisuelle Nennung von Omega 3)<sup>4</sup>, 04'45" bis 04'59" (Olivenöl - keine audiovisuelle Nennung von Omega)<sup>5</sup>, 05'30" bis 05'50" (Sonnenblumenöl - audiovisuelle Nennung von Omega 6)<sup>6</sup>

Diese ungleiche Betrachtungsweise der im Beitrag vorgestellten Speiseölytypen führt dazu, dass sich Konsumenten von Olivenöl an das Kompetenzzentrum für Olivenöl evoo ag wenden und fragen, ob die gesundheitliche Bedeutung von Olivenöl überschätzt würde, da dieses ja keine Omega-Fettsäuren beinhalte. In Tat und Wahrheit ist es jedoch so, dass jede ungesättigte Fettsäure - demnach auch die in Olivenöl reichlich enthaltene einfach ungesättigte Ölsäure - als "Omega-Fettsäure" (Ölsäure = Omega 9) bezeichnet werden kann und darf. Wenn man ungesättigte Fettsäuren miteinander vergleicht und in diesem Zusammenhang gar von "Omega" spricht, muss man der Vollständigkeit halber das Wort "Omega" im Kontext jeder ungesättigten Fettsäure erwähnen. Alles andere ist Unterlassung, verzerrt das Bild und sollte einem nach journalistischen Grundsätzen arbeitenden Fernsehsender nicht passieren.

Man muss wissen, dass die in Fetten und fetten Ölen enthaltenen Carbonsäuren (Fettsäuren) in Alkansäuren (gesättigte Fettsäuren) und Alkensäuren (ungesättigte Fettsäuren) unterteilt werden. Im Unterschied zu den gesättigten Fettsäuren besitzen ungesättigte Fettsäuren mindestens eine C=C-Doppelbindung zwischen zwei Kohlenstoffatomen der Kohlenstoffatomkette. Die C=C-Doppelbindung tritt anstelle von zwei die Kohlenstoffatome absättigenden Wasserstoffatomen auf - deshalb die Bezeichnung "ungesättigt". Sowohl die im Rapsöl mit bis zu 14 % enthaltene  $\alpha$ -Linolensäure (Omega 3) als auch die im Sonnenblumenöl mit bis zu 74 % enthaltene Linolsäure (Omega 6) und die in Olivenöl bis zu 84 % enthaltene Ölsäure (Omega 9) weisen neben der am Anfang der Kette stehenden Carboxygruppe und der am Ende der Kette stehenden Methylgruppe 18 Kohlenstoffatome auf. Im Gegensatz zur ebenfalls 18 Kohlenstoffatome langen gesättigten Stearinsäure fehlen den vorher genannten Fettsäuren allerdings einige Wasserstoffatome, welche die Kohlenstoffatome jeweils sättigen. Ein Kohlenstoffatom wird jeweils von zwei Wasserstoffatomen - eines auf jeder Seite der Kette liegend - gesättigt. Demnach weist die gesättigte Stearinsäure neben 18 Kohlenstoffatomen insgesamt 36 Wasserstoffatome auf. Die in Olivenöl reichlich enthaltene Ölsäure (Omega 9), die als einfach ungesättigte Fettsäure gilt und demnach eine Doppelbindung aufweist, hat neben 18 Kohlenstoffatomen nur 34 Wasserstoffatome, 2 sättigende Wasserstoffatome fehlen also. Die in Sonnenblumenöl reichlich enthaltene Linolsäure (Omega 6) gilt als zweifach ungesättigte Fettsäure. Sie weist demnach zwei Doppelbindungen zwischen Kohlenstoffatomen in der Kette auf. Sie hat entsprechend 18 Kohlenstoffatome und lediglich 32 Wasserstoffatome (4 Wasserstoffatome fehlen). Die in Rapsöl bis zu 14 % enthaltene  $\alpha$ -Linolensäure (Omega 3) gilt als dreifach ungesättigte Fettsäure. Sie weist folglich drei C=C-Doppelbindungen zwischen Kohlenstoffatomen in der Kette auf. Sie hat ebenfalls 18 Kohlenstoffatome, allerdings nur 30 Wasserstoffatome (6 Kohlenstoffatome fehlen). Wie kommt es nun dazu, dass diese ungesättigten Fettsäuren "Omega" genannt werden, fragt man sich. Nun, entsprechend der Omega-Zählweise (Omega ist der 24. und letzte Buchstabe des griechischen Alphabets) wird die Position der C=C-Doppelbindung vom Ende der Kohlenstoffkette (Methylgruppe), also gegenüber der Carboxygruppe, bestimmt. Für die Einteilung der Omega-3-, Omega-6 oder Omega-9-Fettsäuren ist nur die als erstes gezählte Doppelbindung ausschlaggebend.

<sup>4</sup> Sendungssequenz 03'30" bis 03'46" (Rapsöl - audiovisuelle Nennung von Omega 3)  
<https://www.srf.ch/play/tv/redirect/detail/2e81bf90-649d-47f9-93f8-6a719a1d7545?startTime=210>

<sup>5</sup> 04'45" bis 04'59" (Olivenöl - keine audiovisuelle Nennung von Omega) <https://www.srf.ch/play/tv/redirect/detail/2e81bf90-649d-47f9-93f8-6a719a1d7545?startTime=285>

<sup>6</sup> 05'30" bis 05'50" (Sonnenblumenöl - audiovisuelle Nennung von Omega 6)  
<https://www.srf.ch/play/tv/redirect/detail/2e81bf90-649d-47f9-93f8-6a719a1d7545?startTime=330>

#### 2.4. In Sachen Falschinformation über gesundheitlich positive Wirkung der Omega-3-Fettsäure ALA und in Sachen nicht gemachter Unterscheidung verschiedener Omega-3-Fettsäuren (ALA, EPA, DHA)

«Puls» sagt, dass Rapsöl gute Fettsäuren enthalte und einen Vorteil habe, weil es Omega 3 aufweise. Diese Schlussfolgerung von «Puls» ist ein Trugschluss. Man muss dazu wissen, dass die in Öl aus Doppelnull-Raps enthaltene langkettige Omega-3-Fettsäure  $\alpha$ -Linolensäure die Bezeichnung Omega 3 nicht alleine für sich beanspruchen kann. Nämlich auch die Docosahexaensäure (DHA), die eine sechsfach ungesättigte langkettige Fettsäure ist und vorwiegend von marinen Mikroalgen produziert wird und entsprechend angereichert in fettreichen Fischen vorkommt, und die Eicosapentaensäure (EPA), die als fünffach ungesättigte langkettige Fettsäure praktisch ubiquitär - und ja sogar in Hühnerfleisch - vorhanden ist, sind sogenannte Omega-3-Fettsäuren. Allerdings sind die letzten beiden Genannten im Gegensatz zur im Rapsöl vorkommenden 18-Kohlenstoffatome langen  $\alpha$ -Linolensäure bioaktiv und für den menschlichen Organismus direkt verwertbar. Damit die  $\alpha$ -Linolensäure für den Menschen gesundheitlich nützlich sein kann, muss er diese zunächst über einen sehr aufwendigen Desaturase- und Elongaseprozess (entsättigen [= Wasserstoffatome entfernen & Doppelbindungen einbauen] und verlängern [= Kohlenstoffatome anhängen]) umbauen. Das Potenzial der mit der Nahrung aufgenommenen  $\alpha$ -Linolensäure (ALA), die mit ihren längerkettigen Verwandten (22 Kohlenstoffatome DHA; 20 Kohlenstoffatome EPA) in Fischöl assoziierten günstigen Wirkungen auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu entfalten, hängt also in hohem Masse von der Geschwindigkeit und Effizienz der Umwandlung der langkettigen Fettsäuren ab. Die Umwandlungsrate - insbesondere von ALA in DHA - ist sehr gering und dürfte nach Konsultation der wissenschaftlichen Literatur unter 1 % liegen, was erklärt, warum es derzeit an Beweisen für eine kardioprotektive Rolle der in Rapsöl vorkommenden  $\alpha$ -Linolensäure (ALA) mangelt.<sup>7</sup> Entsprechend ist die in «Puls» gemachte Aussage, wonach Omega-3-Fettsäure, die  $\alpha$ -Linolensäuren sind, aus Rapsöl Herz-/Kreislaufferkrankungen vorbeugen, hiermit widerlegt. Keine Frage, EPA und DHA sind essenzielle Fettsäuren, die wichtige Funktionen in unserem Stoffwechsel mitsteuern. Da die bioaktiven EPA und DHA eine sehr hohe Oxidationsneigung haben, sollten diese im Rahmen einer natürlichen Ernährung und nicht via Nahrungssupplementierung zu sich genommen werden. Zitat aus der wissenschaftlichen Arbeit «Gibt es ernsthafte unerwünschte Wirkungen von Nahrungsergänzungen mit mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren?» von Klaus W. Lange und Yukiko Nakamura et al., publiziert am 30.09.2019 im Journal of Food Bioactives: *«Bei der Verabreichung von Omega-3-PUFAs müssen unerwünschte Wirkungen berücksichtigt werden. Während kurzfristige unerwünschte Ereignisse im Zusammenhang mit Omega-3-PUFAs unproblematisch sind, kann eine langfristige PUFA-Supplementierung mit einem erhöhten Krebsrisiko in Verbindung gebracht werden, möglicherweise aufgrund von PUFAs, ihren Oxidationsprodukten oder zugesetztem Vitamin E. [...] Omega-3-PUFAs sind sehr anfällig für den oxidativen Abbau zu Lipidperoxiden und sekundären Oxidationsprodukten, was sie unwirksam oder schädlich machen kann. Das in Omega-3-Nahrungsergänzungsmitteln enthaltene Öl kann eine Mischung aus Omega-3-PUFAs, problematischen Zusatzstoffen und nicht näher spezifizierten Mengen an potenziell toxischen Oxidationsprodukten enthalten. Die gesundheitlichen Folgen der Aufnahme von oxidiertem Fischöl sind nach wie vor unklar. In Anbetracht der in Tierversuchen nachgewiesenen schädlichen Auswirkungen oxidierter Lipidprodukte ist bei der Supplementierung von PUFAs in hohen Dosen über längere Zeiträume und in anfälligen Lebensphasen, wie der pränatalen Entwicklung, der Kindheit und der Jugend, Vorsicht geboten. Ein ausgewogener Ansatz sollte den allgemeinen gesundheitlichen Nutzen von Omega-3-PUFAs gegen die potenziell schädlichen Auswirkungen ihrer*

<sup>7</sup> Langkettige Umwandlung von [13C]Linolensäure und  $\alpha$ -Linolensäure als Reaktion auf deutliche Veränderungen in der Nahrungsaufnahme bei Männern; [https://www.jlrr.org/article/S0022-2275\(20\)34060-8/fulltext](https://www.jlrr.org/article/S0022-2275(20)34060-8/fulltext)

*Supplementierung abwägen. [...]»<sup>8</sup> Den Konsumenten wird zudem suggeriert, Zuchtlachs sei mindestens gleich gesund wie Wildlachs und enthalte gesundheitsfördernde Omega-3-Fettsäuren, was aber nicht wahr ist, da Zuchtlachs erstens bis zu siebenmal fetter ist als sein in der freien Natur schwimmender Artgenosse und die Fettsäurekomposition von Farmlachs stark von jener des Wildlachs abweicht.<sup>9</sup> Im Fett von Zuchtlachs akkumulieren sich wegen seines sehr hohen Fettanteils von bis zu 34 % die unterschiedlichsten Toxine, welche auf die intensive Farmkultur zurückzuführen sind. In dieser Farmkultur werden die Fische heute oft mit protein- und omega-6-fettsäurenreichen Pflanzenbestandteilen gefüttert, was zu einer nachteiligen Triglyceridkomposition führt. Es zeigt sich, dass der Begriff Omega 3 in vielen Fällen nichts weiter als ein Kundenfänger-Argument ist.*

Zurück zum Rapsöl: Eine chinesische Studie aus dem Jahr 2020 zeigt auf, dass die Oxidationsstabilität von Rapsöl negativ mit dem Gehalt  $\alpha$ -Linolensäure korreliert.<sup>10</sup> Omega-3-Fettsäuren reagieren sehr sensitiv auf HALT (Heat, Air, Light, Time) und überdies auch auf Wasser. Je ungesättigter Fettsäuren sind, desto oxidationsempfindlicher sind sie. Je höher der Anteil an diesen Fettsäuren in einem fetten Öl ist, desto flüssiger und sensibler gegenüber Oxidation (Verderb) ist es.

Entsprechend gilt es im Zusammenhang mit Produkten / Fetten und fetten Ölen bestehend aus einem relevanten Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, einerseits den Sättigungsgrad der Omega-3-Fettsäure (3-fach [ALA], 5-fach [EPA], 6-fach [DHA]) und / oder der Omega-6-Fettsäure (2-fach [LA], 4-fach [AA]) und andererseits den Verarbeitungs- und Lagerungsprozess sowie die Zeitdauer bis zum Konsum zu berücksichtigen. Pauschal kann demnach gesagt werden, dass Omega-3-Fettsäuren in der Theorie der Gesundheit zuträglich sind, in der Praxis aber viele Faktoren zu berücksichtigen sind, damit die Theorie bestätigt werden kann und nicht nachteilige Effekte zu erwarten sind.

## **2.5. In Sachen Unterlassung Aufklärung über die unterschiedlichen Produktionsprozesse von Samen- und Olivenölen**

«Puls» verletzt das Sachgerechtigkeitsgebot weiter, in dem im Beitrag nicht auf die komplett unterschiedlichen Herstellungsprozesse zwischen Samenölen wie Raps- oder Sonnenblumenöl und dem Fruchtl Olivenöl hingewiesen wird. Rapsöl hat ganz gegensätzlich zum Olivenöl, das wir seit Tausenden von Jahren konsumieren, eine zweifelhafte und überdies relativ kurze Geschichte. Bis zum Ende der 1970er Jahre war es nicht konsumierbar. Erst 1976 setzte die EU Höchstgehalte für die Erucasäure als Verunreinigung in pflanzlichen Ölen und Fetten sowie in Lebensmitteln, denen pflanzliche Öle und Fette als Zutat zugesetzt werden, fest.<sup>11</sup> Darüber hinaus wurden für Säuglingsanfangs- und -folgenahrung spezifische Höchstgehalte festgelegt, die fünfmal niedriger sind als die für andere Lebensmittel. Der Grund für die Einführung dieses Grenzwertes war, dass hohe Gehalte von Erucasäure in Lebensmitteln die Gesundheit beeinträchtigen. Zu den gesundheitsschädlichen Wirkungen von Erucasäure zählt die Verfettung des Herzens (myokardiale Lipidose), bei der es zur Anreicherung von Fetten (Lipiden) im Herzgewebe kommt. Dies kann bewirken, dass der Herzmuskel schlechter kontrahiert und entsprechend immer schwächer wird.<sup>12</sup> Auch bei

<sup>8</sup> LANGE & NAKAMURA, Are there serious adverse effects of omega-3 polyunsaturated fatty acid supplements?, 2019, Journal of Food Bioactives; <http://www.isnff-jfb.com/index.php/JFB/article/view/98>

<sup>9</sup> Farmed Norwegian Salmon World's Most Toxic Food, ab Sequenz 22'09"; <https://www.youtube.com/watch?v=RYYf8cLUV5E>

<sup>10</sup> MAO ET AL., Impact of linolenic acid on oxidative stability of rapeseed oils, 2020, Journal of Food Science and Technology; <https://link.springer.com/article/10.1007/s13197-020-04349-x>

<sup>11</sup> Erucasäure mögliches Gesundheitsrisiko für stark exponierte Kinder, European Food Safety Authority EFSA, <https://www.efsa.europa.eu/de/press/news/161109>

<sup>12</sup> Erucasäure: BfR befürwortet vorgeschlagene Höchstgehalte - jedoch sollten auch Lebensmittel mit zugesetzten Fetten begrenzt werden, Bundesinstitut für Risikobewertung BfR, <https://www.bfr.bund.de/cm/343/erucasaeure-bfr-befuerwortet-vorgeschlagene-hoehstgehalte-jedoch-sollten-auch-lebensmittel-mit-zugesetzten-fetten-begrenzt-werden.pdf>

Schweinen war dieses Phänomen zu beobachten, weshalb Schweinebauern bis heute davor zurückschrecken, 00-Raps an ihre Tiere zu verfüttern. Zudem sei erwähnt, dass die bitter schmeckende Erucasäure das Rapsöl für den Menschen ohnehin ungeniessbar machte und so war es normal, aus Raps gewonnenes Öl der Chemie- und Maschinenindustrie zuzuführen. Aber die dubiose Entfernung der Erucasäure aus dem Raps sollte nicht die einzige Manipulation an dieser Saat bleiben. Auch die Senfölglykoside (Glucosinolate) mussten aus den Samen verschwinden, da diese in höheren Konzentrationen für das Vieh giftig waren und zu Stoffwechselstörungen führten. Innerhalb von gut 20 Jahren entstand so von Menschenhand aus dem ursprünglichen Raps der heute bekannte 00-Raps (0 Erucasäure, 0 Glucosinolate).<sup>13</sup> Zudem, und das ist wichtig, zu erwähnen, ist es von Vorteil, zu wissen, dass Raps in der Regel sehr intensiv angebaut wird, alle Jahre ein neues Feld bepflanzt werden und dieses einem hohem Pestiziddruck ausgesetzt werden muss. Die Saat selber wird dann unter grossem Druck und Hitze zu Öl verarbeitet, der im Presskuchen verbliebene Ölrückstand wird danach mit dem leichtentzündlichen und anhand von Tierversuchen sowie aufgrund von gesicherten Erfahrungsberichten von menschlichen Anwendern als neurotoxisch einzustufenden<sup>14</sup> Lösungsmittel Hexan<sup>15</sup> gelöst und im Anschluss wird das Öl raffiniert (entschleimt, gebleicht, gedämpft). Die Rapsölproduktion ist ein schwer-industrieller Prozess, in welchem mechanische, thermische und chemische Einwirkungen auf die Rapssaat und das daraus gewonnene Öl erfolgen.<sup>16</sup> Was nach diesem Prozess übrig bleibt, ist ein wertloses fettes Öl. Natives Olivenöl extra hingegen kann auch aus Oliven von über 1'000-jährigen Bäumen, die nie eine Behandlung mit Pestiziden erfahren haben, gewonnen werden. Die Kultivierung von Oliven ist nachhaltiger als die Kultivierung von Raps. Die Olivenölindustrie insgesamt ist CO<sub>2</sub>-neutral. Die Früchte sprich die Oliven werden zudem schonend und innerhalb von kurzer Zeit zu Öl verarbeitet. Es kommen dabei weder Lösungsmittel noch zugeführte Enzyme zum Einsatz und der gesamte Produktionsprozess verläuft in der Regel unter 30° C rein mechanisch. Ein Füllhorn an bioaktiven Substanzen, die unserer Gesundheit sehr zuträglich sind, was die wissenschaftliche Literatur seit Jahrzehnten bestätigt, sind in diesem Olivenöl enthalten. Von all dem Gesagten ist im «Puls»-Beitrag nichts zu hören und nichts zu sehen. Das wäre allerdings von grosser Relevanz, wenn schon über die Leistungsfähigkeit dieser Öle in Bezug auf die menschliche Gesundheit berichtet wird.

## 2.6. In Sachen Unterlassung Aufklärung über die Leistungsfähigkeit von Olivenöl in Bezug auf die menschliche Gesundheit

«Puls» stützt sich lediglich auf den Parameter «Fettsäurenverteilung» ab und lässt sträflich ausser Acht, dass natives Olivenöl extra als rein mechanisch und ohne Einwirkung von zugeführter Wärme, zugeführten Enzymen und Chemie gewonnenes Pflanzenöl eine Vielzahl an sekundären Pflanzenstoffen beinhaltet, die gemäss in überwältigender Anzahl vorkommender wissenschaftlicher Literatur der menschlichen Gesundheit in höchstem Masse zuträglich und gegenüber den verseifbaren Anteilen in Sachen Gesundheit mindestens gleich - womöglich gar noch stärker - zu gewichten sind.<sup>17,18,19</sup>

<sup>13</sup> Schub durch Doppel-Null-Raps, bioSicherheit - Gentechnik - Pflanzen - Umwelt, <https://www.pflanzenforschung.de/biosicherheit/basisinfo/271.schub-doppel-null-raps.html>

<sup>14</sup> Hexane Hazard Summary, U.S. Environmental Protection Agency | US EPA; <https://www.epa.gov/sites/default/files/2016-09/documents/hexane.pdf>

<sup>15</sup> Hexane Compound Summary, National Library of Medicine, National Institutes of Health (NIH); <https://pubchem.ncbi.nlm.nih.gov/compound/Hexane>

<sup>16</sup> Schwer-industrieller Produktionsprozess von Rapsöl, <https://www.canolacouncil.org/about-canola/processing/>

<sup>17</sup> Olives and Olive Oil in Health and Disease Prevention, 2nd Edition, Victor Preedy Ronald Watson, Academic Press, Elsevier, <https://www.elsevier.com/books/olives-and-olive-oil-in-health-and-disease-prevention/preedy/978-0-12-819528-4>

<sup>18</sup> PREDIMED-Studie, ESTRUCH, The New England Journal of Medicine, 2014, <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMx140004>

<sup>19</sup> Krebszellen verabscheuen Olivenöl, BELIVEAU & GINGRAS, Seite 179, Kapitel 12, Krebszellen mögen keine Himbeeren, Kösel-Verlag, 2017, <https://www.orellfuessli.ch/shop/home/artikeldetails/A1042945479>

Die Europäische Lebensmittelsicherheitsbehörde EFSA lässt zudem für Olivenöl die folgenden gesundheitsbezogenen Angaben zu:

- Olivenöl-Polyphenole: Olivenöl-Polyphenole tragen dazu bei, die Blutfette vor oxidativem Stress zu schützen (Verordnung (EU) 432/2012 der Kommission vom 16. Mai 2012<sup>20</sup>)
  - Die Angabe darf nur für Olivenöl verwendet werden, das mindestens 5 mg Hydroxytyrosol und dessen Derivate (z. B. Oleuropein-Komplex und Tyrosol) je 20 g Olivenöl enthält. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 20 g Olivenöl einstellt.
- Ölsäure: Der Ersatz von gesättigten Fettsäuren durch ungesättigte Fettsäuren in der Ernährung trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei. Ölsäure ist eine ungesättigte Fettsäure (Verordnung (EU) 432/2012 der Kommission vom 16. Mai 2012<sup>21</sup>)
  - Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe MIT EINEM HOHEN GEHALT AN UNGESÄTTIGTEN FETTSÄUREN aufweisen.
- Einfach ungesättigte und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren: Der Ersatz gesättigter Fettsäuren durch einfach und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren in der Ernährung trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei (Verordnung (EU) 432/2012 der Kommission vom 16. Mai 2012<sup>22</sup>)
  - Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe MIT EINEM HOHEN GEHALT AN UNGESÄTTIGTEN FETTSÄUREN aufweisen.

Darüber hinaus muss festgehalten werden, dass die Einnahme von Ölsäure - anders als im Beitrag von «Puls» dargestellt - sehr wohl relevanten Einfluss auf die Gesundheit des menschlichen Organismus hat.

## **2.7. In Sachen Unterlassung Aufklärung über die Leistungsfähigkeit von Ölsäure in Bezug auf die menschliche Gesundheit**

«Puls» lässt ausser Acht, dass die in Olivenöl reichlich enthaltene Ölsäure sehr wohl viele gesundheitliche Vorteile bietet. Im «Puls»-Beitrag, Sendungssequenz 04'59" bis 05'12", wird das von Prof. Dr. Bernhard Watzl, Leiter des Instituts für Physiologie und Biochemie der Ernährung am Max Rubner-Institut, jedoch fälschlicherweise und ohne Angabe von Gründen explizit verneint.<sup>23</sup> Die mit bis zu 84 % in Olivenöl vorkommende einfach ungesättigte Ölsäure (C18:1) ist stabiler als die mehrfach ungesättigten Linsäure (C18:2, 2-fach ungesättigt),  $\alpha$ -Linolensäure (C18:3, 3-fach ungesättigt), Eicosapentaensäure (C20:5, 5-fach ungesättigt) und Docosahexaensäure (C22:6, 6-fach ungesättigt).

<sup>20</sup> S. 22, Olivenöl-Polyphenole, VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION vom 16. Mai 2012 zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern; <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012R0432&from=EN>

<sup>21</sup> S. 22, Ölsäure, VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION vom 16. Mai 2012 zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern; <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012R0432&from=EN>

<sup>22</sup> S. 9, Einfach ungesättigte und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren, VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION vom 16. Mai 2012 zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern; <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012R0432&from=EN>

<sup>23</sup> Sendungssequenz 04'59" bis 05'12", <https://www.srf.ch/play/tv/redirect/detail/2e81bf90-649d-47f9-93f8-6a719a1d7545?startTime=299>

Die Oxidationsneigung von einfach ungesättigten Ölsäure-Resten liegt um den Faktor 100 höher als bei gesättigten Stearinsäure-Resten (C18:0), bei zweifach ungesättigten Linolsäure-Resten sogar um Faktor 1'200, bei dreifach ungesättigten  $\alpha$ -Linolensäure-Resten um den Faktor 2'500. Somit ist die  $\alpha$ -Linolensäure 25mal oxidationsempfindlicher als die Ölsäure.<sup>24</sup> In diesem Zusammenhang haben wir die Einflussfaktoren Produktion, Behältnis, Lagerung und Zeitdauer bis zum Konsum zu berücksichtigen.

Zudem ist auch auf die vorteilhaften Auswirkungen der in Olivenöl (und auch in vielen anderen Pflanzenölen) enthaltenen Ölsäure auf Diabetes Mellitus hinzuweisen. Folgt man der wissenschaftlichen Literatur, schützt die einfach ungesättigte und ubiquitär - vor allen Dingen aber mit bis zu 84 % in Olivenöl - vorkommende Ölsäure vor kardiovaskulärer Insulinresistenz und dem atherosklerotischen Prozess.<sup>25</sup> Im Vorwort zum Schweizer Ernährungsbericht 2012 schrieb der damalige Direktor des Bundesamtes für Gesundheit, Pascal Strupler, dass industrialisierte Länder wie die Schweiz zunehmend von nichtübertragbaren Krankheiten, wie Diabetes mellitus Typ 2 und Herz-Kreislauf-Krankheiten, betroffen seien und diese Krankheiten für die Betroffenen, aber auch für die Gesundheitssysteme eine enorme Belastung darstellen würden.<sup>26</sup> Vor diesem aus gesundheitlicher Sicht äusserst relevanten Hintergrund ist es fragwürdig, warum im Beitrag von «Puls» kein einziges Wort über die Leistungsfähigkeit der Ölsäure in Bezug auf die menschliche Gesundheit verloren wurde und im Gegenteil gar behauptet wurde, die Ölsäure würde nicht so vielfältig die Gesundheit beeinflussen wie die Omega-3- und die Omega-6-Fettsäuren (siehe Zitat Prof. Dr. Bernhard Watzl ab 04'59"). Somit kann festgehalten werden, dass «Puls» auch in diesem Punkt gegen das Sachgerechtigkeitsgebot verstösst.

## 2.8. Zusammenfassung

«Puls» hat bei der Vorstellung und Bewertung der Pflanzenöle Rapsöl, Sonnenblumenöl und Olivenöl im Beitrag «Welches Speiseöl für eine gesunde Küche?» ungleiche Massstäbe zuungunsten des Olivenöls angewendet und das Rapsöl in Sachen Leistungsfähigkeit auf die menschliche Gesundheit aus unerklärlichen Gründen massiv besser dargestellt, als es in Wahrheit ist. Daraus resultiert, dass sich die Zuschauer des «Puls»-Beitrags keine auf verlässlichen Tatsachen ruhende eigene Meinung bilden können und weiter, dass sie, in der irrtümlichen Annahme, Olivenöl sei weniger gesund als Rapsöl, zukünftig falsche Kaufentscheidungen treffen, die ihre Gesundheit mittel- bis langfristig ernsthaft gefährden können.

<sup>24</sup> [https://de.wikipedia.org/wiki/Ranzig\\_\(Fett\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Ranzig_(Fett))

<sup>25</sup> Palomer et al., Palmitic and Oleic Acid: The Yin and Yang of Fatty Acids in Type 2 Diabetes Mellitus, 2018, CellPress, Elsevier; <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1043276017301704>

<sup>26</sup> STRUPLER, Pascal Strupler, Vorwort Schweizer Ernährungsbericht 2012; <https://biblio.parlament.ch/e-docs/368229.pdf>

Wir haben Ihre Kritik **der Redaktion** zur Stellungnahme zugestellt. Sie schreibt Folgendes:

Das Ziel des Schwerpunktes über Öle in der Küche war, einen Überblick zu verschaffen über die gebräuchlichsten Öl-Sorten mit ihren jeweiligen gesundheitsrelevanten Bestandteilen, vor allem mit Blick auf die Fettsäuren. Dies in einem Detaillierungs-Grad, der für ein Laien-Publikum verständlich ist.

Zusätzlich zu den Beiträgen und Gesprächen im Studio hatten interessierte Zuschauende die Gelegenheit, in einem Fach-Chat mit Ernährungs-Expertinnen weiterführende oder spezifische Fragen zu stellen. Darauf wurde in der Sendung hingewiesen.

Der Beanstander kritisiert, dass «von der «Puls»-Redaktion mit verzerrender Berichterstattung zu den gesundheitlichen Leistungsfähigkeiten von drei vorgestellten



pflanzlichen Speiseölen, namentlich Rapsöl, Sonnenblumenöl und Olivenöl, das Sachgerechtigkeitsgebot nach Art. 4 Abs. 2 RTVG verletzt» wurde. Die Berichterstattung sei, schreibt der Beanstander: «unwissenschaftlich, unseriös, lückenhaft, die Tatsachen verzerrend und insgesamt nicht zur Meinungsbildung der Zuschauer geeignet.

Im Gegenteil, die redaktionelle Berichterstattung von «Puls» ist für die Gesundheit der Zuschauer gar potenziell gefährlich, da in dieser nachweislich falsche, wissenschaftlich nicht haltbare und folglich irreführende Angaben zu den gesundheitlichen Aspekten der porträtierten pflanzlichen Ölen gemacht werden.»

Im Detail wird kritisiert: «Puls» habe den Marktanteil von Olivenöl falsch dargestellt. Das ist nicht richtig. «Puls» hat «die drei meistverkauften Öle» unter die Lupe genommen. Auf ein Ranking unter den Ölen hat die Autorin bewusst verzichtet.

Beanstandungspunkt «Omega Fettsäuren»: Der Beanstander kritisiert weiter, dass Olivenöl zu schlecht dargestellt worden sei, die Omega-3-Fettsäuren überbewertet und nicht detailliert abgehandelt worden seien und der Herstellung der Öle zu wenig Beachtung geschenkt worden sei.

Die Berichterstattung von Puls war in erster Linie fokussiert auf die Hauptkomponenten von Ölen und Fetten, also die Fettsäuren. Beitrag 1 brachte Basis-Informationen zu Fetten und zu den zwei essentiellen Fettsäuren Omega 3 & 6, die man mit der Nahrung aufnehmen muss, wobei Omega 3 sehr viel seltener ist.

Der Omega-3-Gehalt von Rapsöl, Sonnenblumenöl und auch von Olivenöl wurde grafisch eingeblendet (Beitrag 1, 04.57). Die Hauptkomponente im Olivenöl, die einfach ungesättigte Ölsäure, ist nicht essentiell. Darum sagt der international anerkannte Experte, Professor Watzl, in Beitrag 1 zur Ölsäure: «...die jetzt nicht so vielfältig die Gesundheit beeinflusst wie die Omega-3- und die Omega-6-Fettsäuren.» (Beitrag 1, 05.00). Dieses Statement rechtfertigt unseres Erachtens den Fokus auf Omega-3-Fettsäuren, die im ersten Studio-Gespräch mit der Expertin vertiefter diskutiert wurden.

Die kardioprotektive Rolle von Omega 3 ist breit anerkannt in der Ernährungswissenschaft. Entsprechend sind auch Verpackungshinweise zulässig. Die Oxidationsneigung von besonders Omega 3-reichen Ölen wird erwähnt, vgl. Beitrag 1 zu Leinöl: «Doch das Öl bleibt heikler Aussenseiter. Denn es verträgt weder Sauerstoff noch Licht oder Hitze.» (Beitrag 1, 04.53), sowie auch Studio 3. Dass man es nicht übertreiben sollte mit einer Omega-3-Einnahme, das sagt die Expertin in Studio 1 (07.28)

Andere Vorteile von Olivenöl wurden aber durchaus erwähnt (basierend auf der viel beachteten PREDIMED-Studie). So wurde gesagt: «Gesundheitliche Vorteile verschafft Olivenöl vor allem als Bestandteil der mediterranen Ernährung - und es ist hitzestabil».

Dieser Aspekt wurde im Beitrag 1 angesprochen (Beitrag 1, 05.13). Das heisst, es wurde transparent gemacht, und die Zuschauenden konnten sich demnach eine Meinung bilden, dass Olivenöl in Bezug auf Omega 3 schlechter abschneidet als etwa Rapsöl. Ein Fact, den auch der Beanstander nicht bestreitet. Dass aber durchaus andere Gesundheitsvorteile erkennbar sind, wurde erwähnt.

Der Verständlichkeit halber wurde auf eine weitere Detaillierung der Omega-3-Fettsäure verzichtet (ALA, EPA, DHA).

Dass Rapsöl in der Sendung massiv besser dargestellt wird als Olivenöl ist nicht zutreffend. Rapsöl enthält zwar mehr Omega-3-Fettsäure, was eine Tatsache ist. Olivenöl wird im Schwerpunkt aber immer wieder positiv erwähnt. Und der ganze Beitrag 2 thematisiert, dass Rapsöl in den geltenden Schweizer Ernährungsempfehlungen übertrieben im Vordergrund steht – vor allem auf Kosten des Sonnenblumenöls, aber auch anderer Öle (ganzer Beitrag 2).

Das detaillierte Eingehen auf Herstellungsprozesse und den Einfluss auf die Gesundheit hätte den Rahmen gesprengt. Schon jetzt waren die Beiträge und Studiogespräche für ein Laienpublikum sehr dicht an Informationen.

Dass der Puls-Schwerpunkt zu den Ölen mit seinen Inhalten die Gesundheit des Publikums gefährde, weist die Redaktion von sich.

Zudem wurde nicht vom Konsum von Olivenöl abgeraten, im Gegenteil: Zum Schluss empfahl die Expertin im Studio ausdrücklich das Olivenöl als ein Standard-Öl in der gesunden Küche.

**Die Ombudsstelle** hat sich die Sendung «Puls» ebenfalls genau angeschaut und sich mit Ihrer Kritik befasst.

«Puls» ist das wöchentliche Gesundheitsmagazin mit Ratgeber-Charakter. Bei «Puls» sollen die Zuschauerinnen und Zuschauer nützliche Informationen finden, die für ihren Alltag von Bedeutung sind. Die menschlichen und fachlichen Aspekte von Gesundheit und Krankheit stehen vor den ökonomischen und gesundheitspolitischen Fragen. Wissenschaftliches soll für ein Laien-Publikum verständlich gemacht werden.

«Puls» vom 11. Oktober 2021 widmete sich der Frage: «Welches Speiseöl für eine gesunde Küche? - Die Einkaufsregale sind voll von unterschiedlichsten Speiseölen. Doch welches auswählen, wenn einem eine gesunde Küche wichtig ist?»

In drei Beiträgen wurden die Aspekte «Speise-Öle im Gesundheitscheck», «Ist ein Umdenken bei der Ernährungspyramide nötig?» und «Öl und Fett auf dem Herd: Taugen alle Öle gleichermassen zum Anbraten?» aufgegriffen und jeweils anschliessend im Studio mit einer Ernährungswissenschaftlerin vertieft diskutiert. Als zusätzlicher Service beantworteten Ernährungsberaterinnen und Wissenschaftler im Puls-«Chat» Fragen.

Der Beanstander meint, «Puls» habe bei der Vorstellung und Bewertung der Pflanzenöle ungleiche Massstäbe zuungunsten des Olivenöls angewendet und das Rapsöl in Sachen Leistungsfähigkeit auf die menschliche Gesundheit aus unerklärlichen Gründen massiv besser dargestellt, als es in Wahrheit ist.

Der Beanstander bezieht sich bei seiner Kritik ausschliesslich auf den ersten Beitrag. Damit lässt er ausser Acht, dass einzelne Aspekte auch im zweiten und dritten Beitrag thematisiert wurden. Zum Beispiel wird der kritisierte Punkt «Leistungsfähigkeit auf die menschliche Gesundheit» im zweiten Beitrag im Zusammenhang mit der Frage «Ist ein Umdenken bei der Ernährungspyramide nötig?» prominent aufgegriffen. Dabei wird die Empfehlung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE zugunsten des Rapsöls (*«Verwenden Sie für die kalte Küche bevorzugt Rapsöl. Wenn Sie geschmackliche Abwechslung wünschen, können Sie auch mal Baumnussöl, Leinöl, Weizenkeimöl, Olivenöl oder ein anderes Öl ausprobieren»*) aufgrund neuer Erkenntnisse unmissverständlich in Frage gestellt und ihr der Expertenbericht der Eidgenössischen Ernährungskommission mit der Aussage *«Gemäss vorliegender Analyse fehlt die wissenschaftliche Grundlage dafür, speziell Rapsöl zu empfehlen, mehr als andere Pflanzenöle, wie Sonnenblumen-, Distel- oder Olivenöl»* entgegengestellt.

Als ungleiche Betrachtungsweise beschreibt der Beanstander u.a., dass bei Rapsöl und Sonnenblumenöl von Omega-Fettsäuren gesprochen werde, im Kontext des Olivenöls aber jegliche Erwähnung der Terminologie «Omega» ausgeblieben sei. Richtig aber ist, dass auch beim Olivenöl von Omega 3 gesprochen wird (04:57 - *«Omega 3 bleibt im Olivenöl mit einem Prozent Nebensache»*) und dies ebenfalls grafisch dargestellt wird.

Im Weiteren empfindet der Beanstander die Reihenfolge der genannten drei, in der Schweiz am meisten verkauften Öle als falsch; Olivenöl wurde am Schluss genannt und dies suggeriere, dass Olivenöl das am wenigsten verkaufte der drei sei – das Gegenteil sei aber der Fall.

In den Beiträgen kommen immer wieder Aufzählungen von Ölen vor und nie spielt eine Rangierung eine Rolle; vielmehr bilden sie jeweils eine «Einheit» wie zum Beispiel «Öle für die kalte Küche», «Öle zum Anbraten» oder eben «die in der Schweiz am meisten verkauften Öle».

Als ein wichtiger Faktor bei der Beurteilung von Ölen wird auch im Studiogespräch von der Ernährungswissenschaftlerin «Omega 3» genannt: der Körper brauche dieses, er könne es aber nicht selber produzieren. Bei «Omega 3» schneidet das Olivenöl beim Check zwar eher schlecht ab (*«Omega 3 bleibt Nebensache»*), andere Vorzüge wie «Geschmack» und

«Hitzestabilität» wiegen diesen Nachteil aber auf. Erst recht, weil die Ernährungswissenschaftlerin im Studio erklärt, dass der Körper zwar zwingend Omega-3 als essenzielle Fettsäure für Stoffwechselprozesse (Wachstum, Zellerneuerung) brauchen würde, normalerweise es aber so sei, dass man mit einer ausgewogenen Ernährung diese Stoffe auch aufnehme.

Und der Ernährungswissenschaftler Watzl ergänzt im Film: *«Die Menge, die ich in Form von reinen Ölen aufnehme, ist sehr bescheiden. Wir nehmen diese Fettsäuren über andere Lebensmittel in viel grösseren Mengen zu uns und dies ist viel relevanter. Insofern ist zunächst mal der Stellenwert der Pflanzenöle überschätzt, wenn man davon ausgeht, dass davon jetzt die Gesundheit oder die Krankheit abhängt.»*

Für den Gesamteindruck der Sendung und die Meinungsbildung in Bezug auf eine «gesunde Küche» sind diese Relationen ebenso wichtig wie die aufgedruckten Hinweise auf den Ölfaschen.

Die Herstellungsprozesse sind für die Qualität der Produkte unbestritten essenziell, für den Fokus der Sendung aber nicht relevant.

Auf die Frage der Moderatorin zum Schluss der Sendung, was eine durchschnittliche Familie an Fetten und Ölen in der Küche denn jetzt brauche, meint Christine Brombach (Ernährungswissenschaftlerin ZHAW): *«3 verschiedene Fette- und Ölarten: Bratfett - Rapsöl oder Sonnenblumenöl - für die heisse Küche, Olivenöl für die kalte Küche und das moderate Erhitzen und Streichfette (Butter oder Pflanzenmargarine), die man auf das Brot verteilt oder womit man backt und vielleicht nach eigenem Geschmack zusätzlich etwas Aromatisches.»*

Einen Verstoß gegen Art.4 des Radio- und Fernsehgesetzes RTVG können wir nicht feststellen.

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse am öffentlichen Sender und hoffen, dass Sie diesem trotz Ihrer Kritik treu bleiben.

Sollten Sie in Erwägung ziehen, den rechtlichen Weg zu beschreiten und an die Unabhängige Beschwerdeinstanz für Radio- und Fernsehen (UBI) zu gelangen, lassen wir Ihnen im Anhang die Rechtsbelehrung zukommen.

Mit freundlichen Grüßen

Ombudsstelle SRG.D