



# Stiftung Warentest

Unabhängig. Objektiv. Unbestechlich.

## Honig

**24-mal Blütenhonig  
im Test:** Fünf der sieben  
Besten kommen  
von Discountern

Seite 10

---

**Fernseher** 28

**Fahrrad-Kindersitze** 72

**Geschirrspüler** 42

**Dubai-Schokolade** 18

**Vollwaschmittel** 52

---

**Sonnenschutz fürs Gesicht**

Zu wenig UV-Schutz: Zwei  
teure Cremes fallen durch 20

**Steamer**

Welche Dampfglätter Wäsche  
effektiv entknittern 58

**Vitaminprodukte für Kinder**

Von fünf der Bonbons, Säfte  
und Tabletten raten wir ab 90



**Rasenmäher  
Akku schlägt  
Kabel**

Seite 36

# Stiftung Warentest im Vorteils-Abo lesen



9 Hefte für  
nur 35,00 €<sup>1)</sup>



**Gratis**  
test Jahrbuch 2025 +  
Archiv-CD-Rom 2024  
mit den PDFs aller Ausgaben von  
test und Finanztest im Jahr 2024



**Dankeschön**  
Notizbuch



**Jetzt Stiftung Warentest  
im Vorteils-Abo bestellen  
und außerdem eins von  
zehn iPads Air gewinnen.\***

Gleich Bestellkarte rechts ausfüllen oder anrufen:

**030/3 46 46 50 82**

Mo. – Fr. 7:30–20:00 Uhr, Sa. 9:00–14:00 Uhr  
Bitte bei Ihrer Bestellung Aktions-Nr. **2174906** angeben.

Oder noch schneller online:

**test.de/archiv04-sw**

Angebot gültig bis 22.05.2025

## 1) Angebotsdetails:

Die Lieferung beginnt nach Eingang Ihrer Zahlung mit der nächstverfügbaren Ausgabe. Sofern Sie innerhalb von 2 Wochen nach Erhalt des 9. Heftes nicht abbestellen, erhalten Sie die Zeitschrift Stiftung Warentest Monat für Monat gegen Rechnung für insgesamt 42,60 € halbjährlich (entspricht monatlich 7,10 €); Ausland: 43,80 €, CH: 50,20 sFr. Der Bezug ist dann jederzeit kündbar. Bei Vorliegen Ihrer E-Mail-Adresse erhalten Sie die Rechnung per E-Mail. Preise inkl. Versandkosten (innerhalb Deutschlands) und MwSt. Bei Auslandsbestellungen zzgl. Versandkosten pro Ausgabe; für A: 0,60 €, CH: 1,20 sFr., restl. Ausland: 2,00 €. Abonnenten in der Schweiz erhalten eine Rechnung in sFr. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht. Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht und zum Datenschutz finden Sie im Heft auf Seite 96. Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Bönisch, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Tel.: 030/3 46 46 50 82, Fax: 030/3 46 46 50 83, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de.

## \* Informationen zum Gewinnspiel | Apple iPad Air 11 2024 (M2), 128 GB:

Mit der Bestellung nehmen Sie automatisch am Gewinnspiel teil. Veranstalter ist die Stiftung Warentest. Einsendeschluss ist der 31.12.2025. Die Gewinner werden unter allen eingegangenen Einsendungen aus Werbeaktionen im Jahr 2025 durch das Losverfahren ermittelt und im Januar 2026 schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitmachen darf jeder ab 18 Jahren mit Ausnahme von Mitarbeitern der Stiftung Warentest und von Angehörigen der Mitarbeiter.

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

SWK2504



**Mit neun bewährten Methoden haben wir Honig auf Verfälschungen geprüft. Keine lieferte ein Indiz für Panscherei.**

**D**ie Stiftung Warentest ist oft strenger, als es Gesetze und Prüfnormen vorschreiben. Wenn wir zum Beispiel Produkte für Kinder auf Schadstoffe testen, orientieren wir uns in der Regel an den gehobenen Vorgaben des GS-Zeichens für Geprüfte Sicherheit. So auch im aktuellen Test von Fahrradkindersitzen. Dürfen wir das? Ja. Dass wir mehr verlangen dürfen als Din-Normen, hat uns 1987 sogar der Bundesgerichtshof in einem Urteil bestätigt. Ich finde sogar, wir müssen es in vielen Fällen machen: Wenn wir einem Produkt das Qualitätsurteil Gut oder Sehr gut verleihen, müssen wir davon überzeugt sein, dass es praxisrelevante Sicherheitsstandards einhält, die über Minimalanforderungen hinausgehen. Die Fahrradkindersitze haben unsere strengen Prüfungen übrigens ordentlich gemeistert: Keiner ist durchgefallen, acht schafften das Qualitätsurteil Gut (siehe S. 72).

Selbstverständlich ist aber auch, dass wir mit Augenmaß vorgehen. Zuletzt häuften sich in Europa Meldungen über gepanschten Honig. Einige der Veröffentlichungen stützten sich auf eine neuartige DNA-Analyse. Die Methode haben sich unsere Fachleute sehr genau angeschaut – und sich gegen sie entschieden: Sie halten sie derzeit für nicht belastbar genug, um darauf schlechte Bewertungen zu stützen. Als zu groß schätzen sie die Gefahr ein, Unternehmen aufgrund falsch positiver Befunde zu Unrecht anzuprangern. Stattdessen haben sie gleich neun bewährte wie auch neuere Methoden zur Ermittlung von Panscherei angewandt. Keine hat auch nur für einen einzigen Honig ein Indiz geliefert, dass er gestreckt sein könnte. Einer ist dennoch durchgefallen – weil er einen gesetzlichen Grenzwert deutlich überschreitet. Am Ende aller Prüfungen haben wir 14 von 24 Blütenhonigen voller Überzeugung das Qualitätsurteil Gut verliehen, darunter reihenweise günstigen (siehe S. 10).

*Ihr*

*Werner Hinzpeter*

*Stellvertretender Chefredakteur Stiftung Warentest*

## Überdosis in Gummibeeren



Sieht aus wie eine Süßigkeit – ist aber ein Vitaminpräparat für Kinder, das für Vitamin A sogar die empfohlene Höchstdosis für Erwachsene überschreitet. Vor ihm und vier weiteren raten wir dringend ab (siehe S. 90).



# Inhalt

## Ernährung und Kosmetik

### in Kürze .....8

- Wachswiches Ideal: So kochen Sie das perfekte Frühstücksei
- Warnung vor Haarglättungsmitteln mit Glyoxylsäure
- Die besten Asia-Instant-Nudeln

### Test Honig.....10

14 von 24 Blütenhonigen sind gut und kosten oft erstaunlich wenig. Hinweise auf Panschereien fanden wir nicht

### Test Dubai-Schokolade.....18

Hochgenuss dank feinsten Zutaten? Das Versprechen hält keine der teuren Tafeln. Einige sind schadstoffbelastet

### Test Sonnenschutz fürs Gesicht.....20

Lohnen sich Sonnencremes speziell für das Gesicht? Die meisten schützen sehr gut, die teuerste fällt durch

## Multimedia

### in Kürze .....26

- Galaxy-S-Reihe zieht mit iPhones gleich – aber nicht in jeder Disziplin
- So umgehen Sie die Preiserhöhung für das Office-Paket Microsoft 365
- Starke Powerbanks ab 25 Euro

### Test Fernseher .....28

Von günstig bis teuer: 18 Geräte der beliebten Größe 55 Zoll. Gute gibts schon ab rund 550 Euro

## Haushalt und Garten

### in Kürze .....34

- Drei neue Top-Staubsauger von Bosch, Miele und Severin
- Dampfreiniger im Test: Nur der Kärcher reinigt gründlich
- Gemüse anbauen: Früher ernten mit Mulchvlies auf den Beeten



# 10

## Honig

Discounter überraschen mit guter und günstiger Importware. Teure Honige heimischer Bienen können nicht immer überzeugen.



# 52

## Wollwaschmittel

© Stiftung Warentest, 2025  
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



# 36

## Rasenmäher



72

Fahrrad-  
kindersitze

18

Dubai-Schokolade

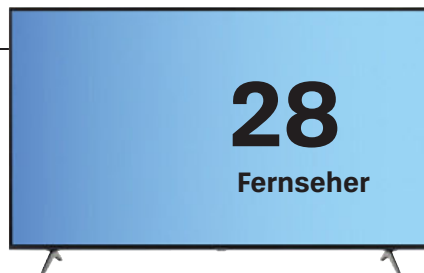


42

Geschirrspülmaschinen

28

Fernseher

**Test Rasenmäher .....36**

Hohes, trockenes und feuchtes Gras machte vielen Mähern Probleme. Nur fünf überzeugen – vier davon mit Akku

**Test Geschirrspülmaschinen .....42**

Nicht alle 16 Einbau- und Standgeräte spülen immer sauber, eins rostet gar. Zehn Maschinen sind empfehlenswert

**Test Vollwaschmittel .....52**

Die besten Pulver waschen tipptopp – für wenig Geld. Teure Marken enttäuschen. Erstmals ist ein Flüssiges gut

**Test Steamer .....58**

Die Dampfglätter sollen zerknitterte Wäsche auffrischen. Viele schaffen das auch. Gut ist trotzdem nur einer

**Test Smarte Indoor-Gärten .....64**

Fünf der sieben Gewächshäuschen für die Fensterbank liefern eine reiche Ernte – gehen aber auf Dauer ins Geld

**Freizeit und Verkehr****in Kürze .....70**

- Treppenschutzgitter im Test: Zwei stabile Türchen für kleine Entdecker
- Die besten Sommerreifen der Größe 225/40 R 18 im ADAC-Vergleich

**Test Fahrradkindersitze .....72**

Bequem, sicher, erschwänglich: Viele Sitze machen Laune. Doch nicht alle passen auch an jedes Rad

**Nachhaltig leben**

Blatt entdeckt? Texte mit diesem Symbol helfen Ihnen, nachhaltig(er) zu leben.

**Geld und Recht****in Kürze .....78**

- Wann Teenager selbst über Tattoos und Piercings entscheiden dürfen
- Bestattungsvorsorge ist pfändbar
- Schulleiter bekommt jahrelange Mehrarbeit nachträglich vergütet
- Die besten Tagesgeldkonten
- Stiftung Warentest warnt: Betrüger werben Jugendliche für Geldwäsche

**Homeoffice .....82**

Von Arbeitszeit bis Auslandsaufenthalt: Ihre Rechte und Pflichten, wenn Sie mobil arbeiten

**Kolumne Sosalla sagt .....86**

Tipps für Eltern, Oma und Opa: Wie Kinder den Umgang mit Geld lernen

**Gesundheit****in Kürze .....88**

- Hula-Hoop: Eine schlanke Taille senkt das Krebsrisiko
- In-Ear-Kopfhörer: So beugen Sie Ohrinfektionen vor
- Blinddarmentzündung bei Kindern: Antibiotika reichen oft nicht
- Geschlechtskrankheiten nehmen europaweit zu

**Test Vitaminprodukte für Kinder .....90**

Sie sollen den Nachwuchs gesünder machen – doch viele Mittel sind überdosiert. Von fünf raten wir stark ab

**Rubriken**

Editorial .....	3
Echo .....	6
Schnell informiert auf test.de .....	25
Themen 4/24 – 3/25 .....	96
Impressum .....	97
Testsache .....	98



## Wie gefällt Ihnen unser Magazin?

Ihre Meinung interessiert uns.  
Kritik, Lob, Anregungen  
oder Ergänzungen können Sie uns  
per Post senden oder mailen.

### Per Mail

Leserservice@stiftung-warentest.de

### Per Post

Stiftung Warentest  
Postfach 30 41 41  
10724 Berlin

Die Beiträge im Echo geben die Meinungen der Leserinnen und Leser wieder, nicht die der Redaktion. Damit möglichst viele Menschen zu Wort kommen können, behalten wir uns Kürzungen vor.

### Im Netz



test.de: [www.test.de](http://www.test.de)  
facebook.com/stiftungwarentest  
instagram:  
@stiftungwarentest  
@stiftungwarentest-finanzen  
x: @warentest  
youtube: [youtube.com/stiftungwarentest](https://youtube.com/stiftungwarentest)

## Bestlage für jeden Typ

**Matratzen** Entscheidend ist die Körpertypen: Unser neues Prüfprogramm zeigt jetzt noch genauer, für wen sich welche Matratze am besten eignet. Gute Modelle gibt es ab 170 Euro.

**7**  
verschiedene  
Körpertypen legen  
wir auf jede  
Matratze. Nur eine  
bette alle gut.

**19**  
Stellen pro Matratze  
prüfen wir auf ihren  
Einsink-Widerstand.  
So ermitteln wir die  
Zonen. Auf der „Fe-  
derkernmatratze mit  
7 Zonen“ von Ama-  
zon Basics fanden  
wir keine Zonierung.

Auf der Figur kommt es an. Ein athletischer Mensch mit breiten Schultern braucht für gesunde Schlaf- sowie auch eine andere Matratze als ein Mensch mit dünnem Bauch. Grund: Die beiden verschiedenen Körpertypen müssen im Bett in unterschiedlichen Stellen einsinken oder gestützt werden.

Das ist für alle gleich. Auf der Seite liegt man auf dem Rücken, auf der Seite auf dem linken oder rechten Rücken in der seitlichen Doppel-Lage. So können sich Verspannungen lösen und die Bandscheiben wieder flüssiger ausweichen. Doch wie finden Athlet und Kugelhauch ein so gutes Körperbett passende Matratze?

Kein Anbieter ergreift sein Modell „für athleten“ oder „für Menschen mit viel Bauch“. Die Stiftung Warentest ermittelt, für wen welche Matratze passt. 14 Schaumstoff- und Federkernmatratzen haben wir geprüft – erstmals auch die von neuen repräsentativen Körpertypen. Neben jeder Matratze wird sich in einem dieser Typen wiederfinden. Wie sie genau aussehen, erklären wir auf Seite 23.

**Auf 1.4.1.1. liegen alle gut**  
Nur auf der 1.4.1.1. Medium Plus KI schlafen alle sieben Typen. Vier weitere Modelle bieten insgesamt gute Liegeigenschaften für fast alle Körpertypen.

Dass das nicht selbstverständlich ist, zeigt exemplarisch die mit 140 Euro wertvolle Matratze im Test, die Schönefeld Active 140. Der Anbieter prätendiert, dass sie sich perfekt an den Körper anpasst und damit einen so

vielfältigen Körpererfolg. Unser Test-ergebnis zeigt: Diese Werbebotschaft nicht. In Wirklichkeit passt auf dieser Matratze kein einer unserer Körpertypen gut.

Je nach Körpertypen Liegepositionen sollten die Polster halber sein, tiefer zu drücken und zu versenken. Ein von Schaumstoff und dazwischen liegenden Gerichten. Obendrein sollen die Beträge weicher sein und nicht in der Matratze einschlagen. 6 der 14 getesteten Matratzen sind insgesamt gut. Davon die günstigste, die heißt Lene und stammt von Alghem. Die Versenkungsfunktion hat und überwindet sie online für 170 Euro.

**Neue Körpertypen** Beim HED ab in den letzten zwölf Jahren prüfte die Stiftung Warentest Matratzen mit vier Kör-

### Unser Rat

**Testieger:** Die Federkernmatratzen haben sich Breckle Weida Flex Air (275 Euro), 1.4.1.1. Medium Plus KI (260 Euro) und Baumstängel Komfort (240 Euro).  
**Preisieger:** Alghem Lene für 170 Euro ist die Günstigste unter den Guten.  
**Umwelttipps:** Matratzen aus Schaumstoff belasten die Umwelt deutlich weniger als Federkernmatratzen. Richtig aus Recycled-Materialien besteht die Dachsleite von Syntheschäumen abzusaugen die Umwelt weniger.



Hier liegen sie richtig. Unsere Tests ermitteln jetzt noch genauer, wie gut Matratzen zu verschiedenen Körpertypen passen.

## Matratzen, 3/25

# Die neue Liege-logik

Mit sieben Körpertypen prüfen wir jetzt, für wen welche Matratze passt. Das ist genauer als vorher, manchem Leser aber zu knifflig.

Mit der neuen Einteilung der Matratzen nach nun sieben Körpertypen schaffen Sie meines Erachtens keine bessere Übersichtlichkeit im Dickicht der vielfältig unterschiedlichen Matratzen. Im Gegenteil, meine ich sogar, denn die Selbstzuordnung ist schon recht schwer durchzuführen. Das Herausfiltern der geeigneten Matratze in der Darstellung des Tests ist damit komplett unübersichtlich geworden, zumal ja dann noch in Rücken- und Seitenschläfer unterschieden wird. Die frühere Einteilung der Körpertypen hat mir deutlich besser gefallen und war meines Erachtens praktikabler für den Leser.

**Markus Meißner, Gaggenau**

Haben Sie bitte einen Tipp, wo ich die Breckle Weida Flex Air kaufen kann? Danke!

**NicoHaa auf test.de**

Antwort der Redaktion: Der Anbieter hat angegeben, dass Osterburg Matratzen und Sconto die Flex Air verkaufen.

Was empfehlen Sie für abweichende Körpertypen, die gemeinsam in einem Bett schlafen?

**Jens Lachenmaier, Stuttgart**

Antwort der Redaktion: Am besten kaufen Sie zwei separate Matratzen, die jeweils gut zu Ihren Körpertypen passen. Ansonsten wählen Sie aus unseren Testergebnissen eine Matratze aus, auf der beide Körpertypen gut liegen. Manche Modelle schaffen das. Schlafen Sie möglichst einige Nächte zur Probe darauf.

Sie schreiben, „Ikea nimmt Matratzen bis zu einem Jahr nach Kauf zurück und erstattet den Kaufpreis“. Das trifft so wohl nicht zu; es gibt nur eine Guthabekarte. Außerdem darf die Matratze nicht schmutzig, fleckig oder beschädigt sein.

**Matthias Ammon**

Antwort der Redaktion: Danke fürs Präzisieren. Beides stimmt: Ikea zahlt das Geld nicht aus. Und die Matratze darf nicht schmutzig, fleckig oder beschädigt sein.



## Wasserkocher, 3/25

### Füllstand besser erkennen

Die Füllstandsanzeige sollte stets auf beiden Seiten angebracht und auch bei sparsamer Beleuchtung deutlich ablesbar sein. Unter dem Griff ist die Anzeige unpraktisch – besonders beim Einfüllen unter dem Wasserhahn. Energie sparen kann man besser, wenn man eine Anzeige mit vielen Teilstriichen hat, damit präzise die benötigte Wassermenge erhitzt wird. Einige der hier gezeigten Anzeigen würde ich abwerten.

**Stefan Braun, Kaarst**

*Antwort der Redaktion: Wir haben die Füllstandsanzeigen bewertet. Die Noten lagen zwischen Sehr Gut und Ausreichend.*

## Bahn-Service, 9/24

### Entschädigungsaufwand

Durch einen ausgefallenen Zug der Deutschen Bahn verfiel meine Sitzplatzreservierung. Vom Schalterpersonal in Düsseldorf erhielt ich die Info, dass ich ein Formular ausfüllen und nach Frankfurt senden muss. Der Briefumschlag ist zu frankieren. Somit zahle ich 0,95 Euro, um 5,20 Euro erstattet zu bekommen. Das kann doch nicht sein. Die Bahn ist verantwortlich für den Zugausfall. Ich möchte den gesamten Betrag erstat-

tet bekommen. Auf Rückfrage erhielt ich die Info, ich könne das Formular in einem Reisecenter abgeben. Das ist 35 Kilometer von meinem Wohnort entfernt.

**Manfred Bonefeld, Hockenheim**

## Neues Design, 3/25

### Geteiltes Echo

Eure neue Gestaltung der Zeitschrift Stiftung Warentest erscheint gelungen. Die Namensgebung löst zwar einige Irritationen aus, aber es gibt sicher gute Gründe für diese Entscheidung.

**Wolfgang Pauli**

Mir gefällt das neue Design nicht. Vorher war alles heller und freundlicher. Außerdem konnte man auf den hellen Flächen Notizen machen. Auf dunklen Flächen findet man Handgeschriebenes kaum wieder.

**Harald Nowotny, Kaiserslautern**

## Mundspülungen, 3/25

### Risiko nicht belegt

Ihr Testsieger enthält Alkohol. Wissenschaftler raten davon ab, regelmäßig alkoholhaltige Mundspülungen zu verwenden.

**Martina Claire Michel, Wiesbaden**

*Antwort der Redaktion: Eine Studie in Belgien stellte im Jahr 2022 einen Zusammenhang her zwischen alkoholhaltiger Mundspülung und einer erhöhten Häufigkeit oraler Bakterien. Diese Bakterien sollen Parodontalerkrankungen, Speiseröhren- und Darmkrebs begünstigen. Um einen Zusammenhang zu belegen, ist die Studie aus wissenschaftlicher Sicht allerdings unzureichend. Die Teilnehmerzahl war gering, darunter waren auch Personen mit eingeschränkter Immunabwehr. Ein Risiko lässt sich derzeit aus unserer Sicht nicht ableiten.*

## Veganer Joghurt, 3/25

### Schmeckt nach der Basis

Ich weiß ja nicht, was Ihre Tester als befriedigenden Geschmack bezeichnen. Wenn ich Joghurt lese, will ich Joghurt schmecken. Den Rewe-Ersatzjoghurt fand ich nach zwei faden Mundvoll widerwärtig.

**Marieluise Ritter, Frankfurt am Main**

*Antwort der Redaktion: Die Joghurt-Alternative von Rewe ist sensorisch nur knapp der Note Ausreichend entgangen. Für vegane Joghurts der Sorte Natur ist der Geschmack der Basis aber charakteristisch – Sojaprodukte bohlig, Haferprodukte getreidig und Kokosprodukte nach Kokos. Tipp: Mit Früchten lassen sich Natur-Varianten aufpeppen.*

## Große Verpackungen mit wenig Inhalt



### Vemondo Vegane Cevapcici von Lidl

Die Plastikdose ist 14 Zentimeter hoch, die Füllhöhe aber nur 9. Sie ist auch abgeklebt, damit der Kunde den niedrigen Füllstand nicht sieht.

**Günther Brille, Rosdorf**

*Antwort der Redaktion: Laut dem Anbieter hat die Verpackungsgröße produktions-technische Gründe. Immerhin ist der Leerraum vor dem Kauf zu sehen, wenn man den Becher auf den Kopf stellt.*



### Alesto Kraftprotz Riegel von Lidl

Hiermit möchte ich eine Mogelpackung melden. Die Verpackung suggeriert einen deutlich größeren Riegel.

**Cora Kruger, Norheim**

*Antwort der Redaktion: Lidl erklärte uns, die Verpackung sei größer als der Riegel selbst, um eine zuverlässige Versiegelung zu gewährleisten. Unser Tipp: Tasten Sie den Riegel vor dem Kauf ab. Dann spüren Sie, wie wenig Sie für Ihr Geld bekommen.*

Rotes Fleisch

## Wurst könnte Risiko für Demenz erhöhen

Für den Erhalt der geistigen Gesundheit scheint es vorteilhaft, wenig verarbeitetes rotes Fleisch, etwa vom Schwein oder Rind, zu essen. Darauf deutet eine im Fachblatt *Neurology* veröffentlichte US-Studie hin, die Daten von rund 134 000 Erwachsenen analysiert hat: Wer täglich mindestens 21 Gramm verarbeitetes rotes Fleisch – etwa ein halbes Wiener Würstchen – verzehrte, hatte ein 13 Prozent höheres Risiko, eine Demenz zu entwickeln, als jene, die weniger Wurst aßen. Schinken und Co durch eine Portion Nüsse oder Hülsenfrüchte pro Tag zu ersetzen, war dagegen mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden. Schon länger bekannt ist, dass rotes sowie verarbeitetes Fleisch mit einem erhöhten Risiko für Darmkrebs zusammenhängen.

# 151 821

**Tonnen Pistazien im Wert von mehr als einer Milliarde Euro wurden 2024 in die EU eingeführt – etwa für Dubai-Schokolade (siehe S. 18).**

Quelle: Mundus Agri, Handelsplattform für Lebens- und Futtermittelrohstoffe



Innen weich. Die Kochzeit hängt von der Größe ab.

Frühstückseier

## Wachsweiches Ideal – so klappts

32 Minuten braucht es laut einer italienischen Studie für das perfekte Frühstücksei. Wir sagen, wie es auch schneller und energiesparend gelingt.

„Eine Hausfrau hat das im Gefühl“, heißt es in einem Sketch von Lorient auf die Frage, wie lange ein Hühnerei für die beliebte Konsistenz – Dotter weich, Eiweiß elastisch – kochen muss. Aufs Gefühl allein ist im Alltag jedoch kaum Verlass. Einfluss haben auch Größe und Lagerung der Eier.

**Eier im Wechselbad.** Forschende der Uni Neapel haben für perfekte Frühstückseier kürzlich eine Garmethode entwickelt, veröffentlicht im Fachblatt *Communications Engineering*. Danach muss das Ei 32 Minuten lang abwechselnd zwei Minuten in kochendem und lauwarmem Wasser gebadet und danach abgeschreckt werden.

**Temperaturschock vermeiden.** Das Wechselbad ist kaum praxistauglich. Es geht aber auch schneller. Wichtig dabei: Das Ei sollte nicht direkt aus dem Kühlschrank ins heiße Wasser kommen. Die Eierschale kann sich durch den plötzlichen Temperaturunterschied dehnen und platzen. Das Ei sollte annähernd Raumtemperatur haben.

Gegen das Platzen hilft auch, ein kleines Loch ins Ei zu pieksen. So kann Druck entweichen, der beim Kochen im Ei entsteht.

**Auf die Größe kommt es an.** Wie lange das Ei kochen muss, um wachsweich zu werden, hängt unter anderem von der Größe ab. Das Bundeszentrum für Ernährung empfiehlt als Richtwert für mittelgroße Eier (auf der Packung mit M gekennzeichnet) eine Garzeit von sechs bis sieben Minuten. Sind sie kleiner oder größer, muss man entsprechend Zeit addieren oder abziehen.

**Eierkocher schlägt Topf.** Schweizer Forschende verglichen Eierkoch-Methoden mit Blick auf den Energieverbrauch. Ihr Fazit: Elektrische Eierkocher benötigen wenig Wasser und erreichen so schneller den Siedepunkt als Wasser im Topf – sie verbrauchen daher weniger Energie. Auch mit Topf lässt sich Energie sparen: Bloß einen Finger breit Wasser einfüllen, dann Deckel drauf – das bringt das Wasser fix zum Kochen und gart die Eier gleichermaßen gut.



Glyoxylsäure

## Warnung vor Haarglättungsmitteln

Wochenlang glattes Haar anstelle natürlicher Locken – das geht mit Glyoxylsäure-Präparaten. Sie sind im Internet und Drogerien erhältlich, auch Friseursalons nutzen sie. Doch Berichten aus Frankreich und Israel zufolge erlitten mehrere Personen akutes Nierenversagen, nachdem sie entsprechende Präparate angewandt hatten. Die französische Behörde für Lebensmittel-, Umwelt- und Arbeitsschutz Anses empfiehlt daher, auf diese Mittel zu verzichten. Die Glyoxylsäure sei „sehr wahrscheinlich für das akute Nierenversagen verantwortlich“ gewesen. Die Anses fordert eine Risikobewertung auf EU-Ebene. Das deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung unterstützt das Vorhaben. Ziel ist, den Einsatz von Glyoxylsäure in Kosmetika zu regulieren.

**Tipp:** Verzichteten Sie vorsorglich auf Produkte, bei denen in der Inhaltsstoffliste „Glyoxylic Acid“ steht. Treten nach einer Haarglättung Bauch- oder Rückenschmerzen, Übelkeit oder Erbrechen auf, suchen Sie so schnell wie möglich ärztliche Hilfe.



**Locken bändigen?  
Lieber nicht mit  
Glyoxylsäure-  
Präparaten.**

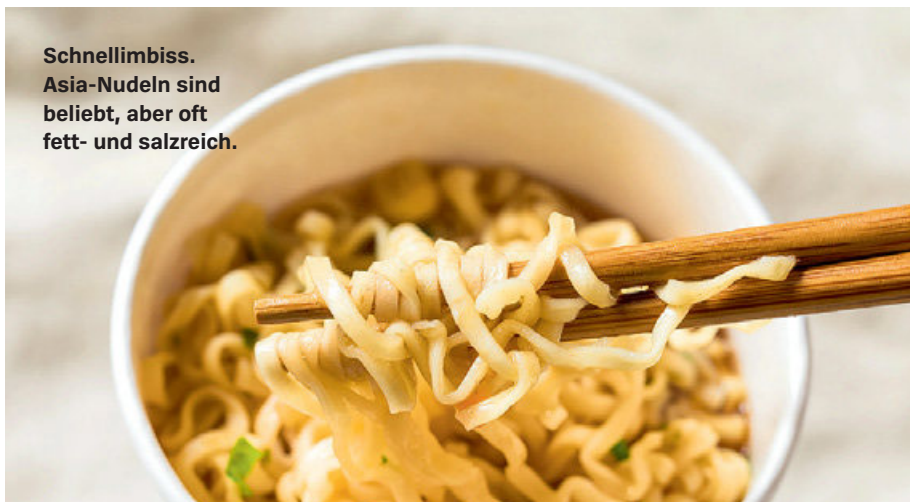
Asia-Instant-Nudeln im Test

## Nicht zu oft bechern

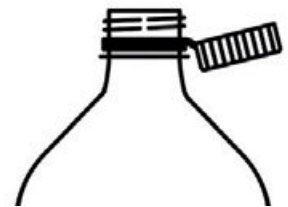
Günstig und schnell zubereitet – Asia-Instant-Nudeln im Becher sind angesagt. Manche strotzen aber vor Fett, Salz und Zusatzstoffen. Der österreichische Verein für Konsumenteninformation (VKI) prüfte die Zutatenlisten und Nährwertangaben von 21 Produkten der Marken Knorr, Maggi, Nissin und einer österreichischen Handelsmarke. Auf Schadstoffe und Geschmack wurde nicht untersucht. Ein Drittel der Cup-Noodles schneidet „weniger zufriedenstellend“ ab. Hauptgründe: zu viel Fett, Salz und

bis zu 14 Zusatzstoffe pro Nudelbecher. Acht Produkte erreichen ein gutes Testurteil. Sieben davon – alles Maggi Asia Noodle Cups – sind in Deutschland erhältlich: Beef Taste, Duck Taste, Chicken Taste, Sesame Chicken Taste, Curry, Chili und Sweet Chili. Aber auch sie sollten eine Ausnahme auf dem Speiseplan sein, da sie als hochverarbeitete Lebensmittel unter Verdacht stehen, Krankheiten zu begünstigen.

**Tipp:** Vergleichen Sie die Kalorien-, Fett- und Salzgehalte in den Nährwertangaben.



**Schnellimbiss.  
Asia-Nudeln sind  
beliebt, aber oft  
fett- und salzreich.**



Neue Getränkeverschlüsse

## Mancher kriegt die Flasche nicht auf

Deckel und Flaschen für Getränke wie Mineralwasser müssen seit 2024 in der EU fest miteinander verbunden sein. Doch Kinder, ältere und körperlich eingeschränkte Menschen kommen mit diesen Verschlüssen oft nicht klar, ergab eine Umfrage des Verbraucher-rats des Deutschen Instituts für Normung (Din). Betroffene klagten, Flaschen nicht öffnen zu können, zu kleckern, sich schon verletzt zu haben. Der Rat prüft nun, ob eine Norm-Änderung zu besseren Deckeln führen könnte. Hintergrund: Plastikdeckel landen oft im Meer, die feste Bindung an die Flasche soll das verhindern.

# Preiswerte überraschen

**Honig** Discounter-Mischungen aus aller Welt und zwei Honige von Familienbetrieben aus Deutschland sind top. Vier heimische enttäuschen. Verfälschungen fanden wir nicht.

**U**kraine, Mexiko, Deutschland – weltweit arbeiten Honigbienen nach dem gleichen Prinzip: Sie sammeln Nektar und andere süße Sekrete von Pflanzen, fliegen sie in ihren Stock und verarbeiten dort alles zu Honig. Guter Honig kann von überall herkommen. Das zeigt dieser Test von 24 Blütenhonigen.

Die beste Nachricht vorweg: Auch wenn Honig als eines der meistverfälschten Lebensmittel gilt – Hinweise auf Panschereien fanden wir nicht (siehe S. 13). Insgesamt sind 14 Produkte gut: Ganz vorn liegt ein

Honig der Traditionsmarke Breitsamer für knapp 13 Euro das Kilogramm – ein Gemeinschaftswerk dänischer und deutscher Bienen. Meist weniger als die Hälfte kosten gleich sieben gute Honige von Discountern und Supermärkten – allesamt „Mischungen aus EU- und Nicht-EU-Ländern“. Auch vier Honige aus Deutschland befinden sich unter den Guten, sie kosten pro Kilogramm rund 15 bis 25 Euro.

Was Imkerinnen und Imkern hierzulande einen Stich versetzen dürfte: Neben drei ausländischen Honigen zählen auch vier heimische Produkte zu den sieben Schlusslichtern – und das, obwohl sie teils als „Echter Deutscher Honig“ oder „Spitzenqualität“ vermarktet werden (siehe Kasten rechts). Drei davon sind ausreichend, der Bio-Honig von Honig Himstedt ist sogar mangelhaft.

## Naturbelassenheit infrage gestellt

Gesetze, Leitsätze und Branchenverbände geben vor, was ein Honig mitbringen sollte. In puncto Naturbelassenheit zum Beispiel verlangen einige Vorgaben eine hohe Aktivität des Enzyms Invertase, das über die Reife eines Honigs informiert. Wird Honig zu warm gelagert oder zu stark erhitzt, verliert das hitzeempfindliche Enzym an Aktivität. Die als „Spitzenqualität“ beworbenen Honige von Fürsten-Reform, Wernet und Bienenwirtschaft Meißen enthalten weniger aktive Invertase als für Honige →

## Unser Rat

**Testsieger:** Mit knappem Vorsprung Bester ist Frühlingssummen der Marke Breitsamer (12,98 Euro pro Kilogramm).

**Preistipp:** Fünf Eigenmarken bieten für unter 6 Euro gute Qualität: Netto Marken-Discount, Lidl Maribel, Rewe Ja, Edeka Gut & Günstig – und Goldland von Aldi Nord, der nicht mehr im Handel ist.

**Umwelttipp:** Mit dem Kauf von Honig aus Deutschland wie Honigprinz für 19,96 Euro fördern Sie Imker, die vor Ort Natur und Landwirtschaft stärken.



**Preis-Leistungs-Sieger.**  
Nur 5,58 Euro pro Kilo  
kosten die Honige von  
Netto Marken-Discount,  
Lidl, Aldi Nord (von vorn).  
Letzterer ist nicht  
mehr erhältlich.





Das Etikett verstehen

## Was die Honige im Test versprechen

**Blütenhonig.** Dieser Honig wird laut gesetzlicher Honigverordnung aus Pflanzennektar erzeugt. Jahreszeit, Vegetation, Region prägen Aroma und Farbe. In Vielblütenhonig sollten unserer Ansicht nach nicht Pollen einzelner Blütenarten dominieren.

**Spitzenqualität.** Für solche Qualitätsangaben gelten die Leitsätze für Honig, die teils strenger als die Honigverordnung sind: 18 statt 20 Prozent Wasser, pro Kilo höchstens 10 statt 40 Milligramm vom Zuckerabbauprodukt und Erhitzungsmarker Hydroxymethylfurfural (HMF), eine Mindestaktivität des Enzyms Invertase.

**Echter Deutscher Honig.** Dieser Honig muss den Richtlinien des Deutschen Imkerbunds (DIB) entsprechen und im typischen DIB-Glas abgefüllt sein. Es gelten: maximal 18 Prozent Wasser und pro Kilogramm höchstens 15 Milligramm HMF. Das Enzym Invertase muss zwar aktiv sein, aber etwas weniger als für Spitzenqualität.

**Bio-Honig.** Laut EU-Öko-Verordnung müssen etwa Bienenstöcke weit von Schadstoffquellen stehen, Krankheiten physikalisch behandelt werden. Die Verbände Naturland, Bioland und Demeter geben dieselben HMF- und Invertase-Werte wie der DIB vor.

Foto: Jule Felice Frommelt; Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

## Deutschlands wichtigste Honiglieferanten

Die Grafik zeigt die Top-Ten der Länder, aus denen Deutschland 2024 Honig importiert hat. Die Prozentzahlen nennen die Anteile an der Gesamteinfuhr.

### Hauptimportland Ukraine.

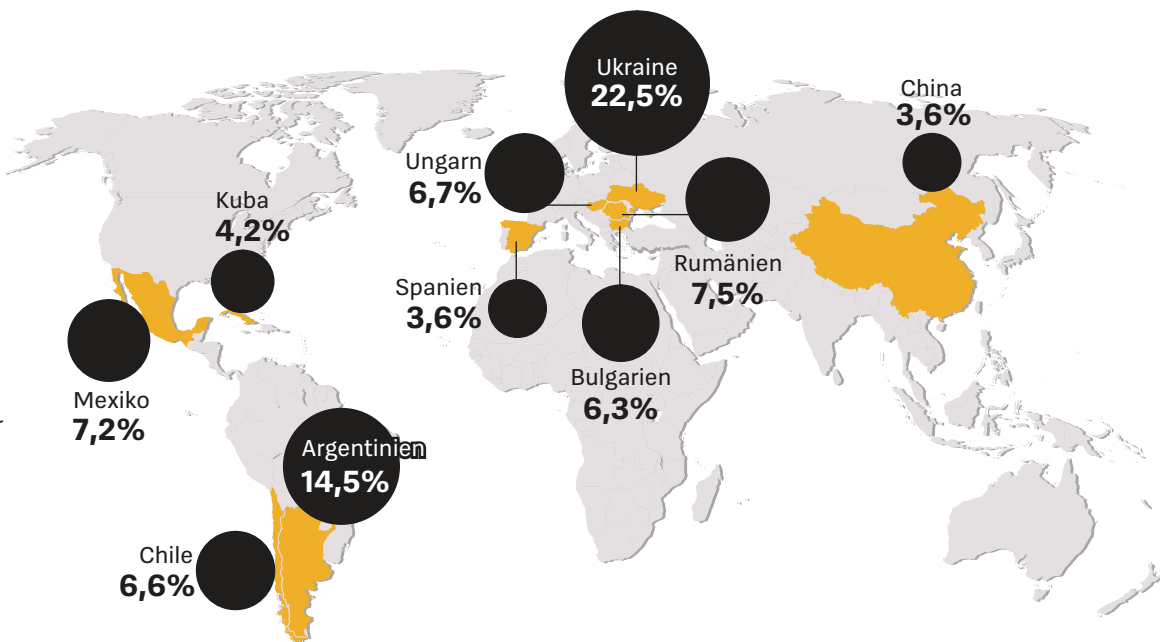
Wichtigstes Importland ist heute die Ukraine. Sie kann seit Kriegsbeginn 2022 ein gewisses Honigkontingent zollfrei in die EU einführen. Viel Honig fließt auch aus Lateinamerika.

### Wenig Ware aus China.

Nur 3,6 Prozent der Importe kommen aus China, EU-weit sind es mehr. Honig aus China stand öfter unter Fälschungsverdacht.

### Konkrete Herkunft unklar.

Auf Honigetiketten steht oft nur „aus EU- und Nicht-EU-Staaten“. Das ist wenig transparent. Ab Mitte 2026 müssen Anbieter die konkreten Lieferländer nennen.



Quelle: Statistisches Bundesamt, vorläufige Daten vom Februar 2025

→ mit dieser besonderen Qualitätsbezeichnung gefordert. Ähnlich bei den Bio-Honigen von dm und Rossmann: Der Invertase-Wert lag unter den Vorgaben des Bioverbands Naturland.

Einige Honige fielen wegen erhöhter Gehalte an Hydroxymethylfurfural (HMF) auf. HMF gilt zwar als gesundheitlich unkritisch, zu viel stellt aber ebenfalls die Naturbelassenheit infrage: HMF entsteht durch Erwärmen zuckerreicher Lebensmittel. Die Honige von Fürsten-Reform, Wernet und Bienenwirtschaft Meißen enthielten mehr HMF, als ihr Label „Spitzenqualität“ erlaubt. Honig Himstedt überschritt gar den gesetzlichen HMF-Grenzwert und ist damit mangelhaft.

Teils versprechen die Etiketten zu viel: Das von Dennree etwa zeigt eine Blumenwiese, obwohl vor allem Raps- und Baumpollen nachweisbar waren. Alnaturas Vielblütenhonig fehlte es an Vielfalt: Sonnenblumenpollen waren überrepräsentiert.

Bei aller Kritik: Der Genuss kommt nicht zu kurz – 20 der 24 Honige sind sensorisch gut. Sie schmecken etwa aromatisch, pflanzlich oder würzig. Eine Rauchnote kann vom Imkern mit Rauch rühren, er soll Bienen ruhiger machen. In Rauch übliche Schadstoffe fanden wir nicht.

Als störend notierte unser Labor einen leicht animalischen Eindruck in den Honigen von Rewe, dmBio und Rossmann. Er ist untypisch für Honig aus vielfältigen Blüten. Rossmanns Honig hatte auch eine stahlige Note. Der Kaufland-Honig fiel zudem mit deutlicher Schaumbildung negativ auf.

### Pestizide wie Glyphosat kein Thema

Zehn Honige wiesen Rückstände von Pestiziden wie Glyphosat auf, aber weit unter den Limits. Im Lidl- und im Langnese-Honig fanden wir Spuren von gentechnisch verändertem Raps, die im Toleranzbereich der EU liegen. Der Anbau ist in einigen möglichen Herkunftsländern zulässig.

Die Preise für Honig variieren stark, je nach Herkunft. Im Jahr 2023 landete viel kostengünstiger Honig aus dem Ausland auf dem EU-Großmarkt. Laut EU-Statistikamt Eurostat kostete zum Beispiel Honig aus der Ukraine im Schnitt 2,10 Euro je Kilogramm und aus Argentinien 2,40 Euro. Das erklärt die günstigen Kilopreise der Discounter von 5,58 Euro.

Da können die rund 143 000 heimischen Imkerinnen und Imker nicht mithalten, von denen rund 99 Prozent hobbymäßig oder im Nebenerwerb arbeiten. Sie berichten, viel Geld für Völker, Ausrüstung, Material, Marketing zu investieren. Laut Fachzentrum für Bienen und Imkerei Mayen kostete ein Kilo Blütenhonig direkt vom Imker 2024 rund 12 bis 16 Euro pro Kilo. Gut, wenn dann die Qualität stimmt. ■ →

Text: Ina Bockholt; Testleitung: Julia Schwietering;  
Produktauswahl: Sylvia Keske; Faktencheck:  
Dr. Claudia Behrens.





# 42

**Prozent des in Deutschland  
verbrauchten  
Honigs wurden 2023 in  
Deutschland erzeugt.  
Zehn Jahre zuvor waren  
es nur 22 Prozent.**

Quelle: Bundesanstalt für Landwirtschaft  
und Ernährung, 2024

Echtheit von Honig

## Wie wir auf Panschereien prüfen

Mehrere Methoden kamen zum Einsatz, der neue DNA-Test noch nicht.

Honig zählt zu den meistverfälschten Lebensmitteln. Oft wird er mit billigem Zuckersirup gestreckt. Das fiel auch bei der Aktion „From the hives – Von den Bienenstöcken“ 2021/22 auf, als die EU Honig aus Drittstaaten an den EU-Außengrenzen kontrollieren ließ: 74 Prozent der Proben aus China und 93 Prozent aus der Türkei standen unter Verdacht, mit Sirup verfälscht worden zu sein. Solcher Betrug lässt sich oft nicht schmecken, nur im Labor analysieren.

**Unsere Tests.** Wie große Honiglaborare und Behörden der EU-Länder setzten wir auf mehrere anerkannte und reproduzierbare Methoden, um Fälschungen aufzudecken. Die Analysen richten sich auf einzelne Marker wie Enzyme, Pollen, Sirupe. Unsere Hauptmethoden:

- Hochauflösende Massenspektrometrie (LC-HRMS): Mit der relativ neuen Methode lässt sich nach maßgeschneiderten Sirupen fahnden, deren Zuckerprofile dem von Honig stark ähneln.
- Isotopenverhältnis-Massenspektrometrie (IRMS): Diese Methode eignet sich besonders gut, um Mais- und Rohrzuckersirupe nachzuweisen.

- Kernmagnetresonanz (NMR): Das Verfahren gleicht physikalische Merkmale einer Honigprobe mit Tausenden Referenzproben echter Honige aus einer Datenbank ab. So lassen sich Fremdzuckerzusätze ab rund 15 Prozent finden.

**Tests per DNA-Analyse.** „25 von 30 Honigen waren gestreckt“, meldete der Deutsche Berufs- und Erwerbsimkerbund im Herbst 2024. Wenig später berichtete das ZDF-Magazin Frontal: Bei einem Check im Auftrag der Redaktion hätten sich sieben von sieben Supermarkthonigen als nicht authentisch erwiesen. Die Ergebnisse hatte ein Labor aus Estland mit einer neuen DNA-Analytik ermittelt. Sie betrachtet Honig als genetischen Fingerabdruck seiner Umwelt, weil Bienen bei der Futtersuche auf Tausenden Pflanzen landen und Erbgutbestandteile von Blüten, Pilzen, Insekten und Tieren mitnehmen.

### Nicht ausgereift, aber mit Potenzial.

Bei der neuen DNA-Analyse im Labor gleicht eine künstliche Intelligenz das DNA-Profil einer Honigprobe mit Referenzproben aus zwei Datenbanken ab. Die eine enthält öffentlich zugängliche DNA-Profile aller möglichen Organismen. Die andere hat das Labor aus Estland aufgebaut – aus DNA-Profilen von 264 estnischen Honigen, die als authentisch gelten, und 103 Honigen aus anderen Ländern. Die Lebensmittelchemikerin Julia Schwietering, die unseren Test leitete, kritisiert: „Die Zahl der Referenzproben ist noch klein, stark auf Estland ausgerichtet und repräsentiert noch nicht die Welt.“ Testergebnisse seien noch nicht belastbar, Honige aus anderen Ländern als Estland könnten falsch eingeordnet werden. Nachgebessert könnte die DNA-Methode künftig aber eine wertvolle Ergänzung sein.

**Fazit:** Wir haben die Vor- und Nachteile der DNA-Analytik wissenschaftlich intensiv diskutiert und uns dagegen entschieden, sie anzuwenden. Zurzeit gibt es unserer Ansicht nach nichts Verlässlicheres als die Kombination der von uns eingesetzten Methoden. Damit wiesen wir keine Verfälschungen nach.

**Naturprodukt.  
Bienen pro-  
duzieren den  
Honig, ein Im-  
ker erntet ihn.**



Foto: Adobe Stock

Bei Erkältung.  
Honig, Ingwer,  
Zitrone plus  
heißes Wasser.



Gesundheit

## Honig als nützliches Hausmittel

**Bei Husten und Halsweh:** Honig kann Erkältungssymptome der oberen Atemwege ähnlich gut lindern wie übliche Erkältungsmittel, ergab eine Metaanalyse der Universität Oxford für das British Medical Journal. Das könnte an antimikrobiellen Stoffen liegen sowie daran, dass der Honig sich auf gereizte Schleimhäute legt.

**Bei Wunden:** Es liegen laut Forschungsnetzwerk Cochrane Berichte vor, dass mittelschwere Verbrennungen mit Honig schneller als mit üblichen Verbänden heilen. Gründe: Die hohen Zucker- und antimikrobiellen Stoffe hemmen das Keimwachstum.

**Bei Einschlafproblemen:** Warme Milch mit Honig kann helfen, besser einzuschlafen. Das liegt vor allem am Ritual. Honig bringt zwar das Schlafhormon Melatonin, das der Körper aus einer Milch-Aminosäure bildet, schnell ins Hirn. Die Menge ist aber gering.

## So haben wir getestet

**Im Test:** 24 Blütenhonige, davon 10 mit Bio-Siegel, 2 mit Etikett des Deutschen Imkerbunds. Wir kauften die Honige im September und Oktober 2024 ein. Preise ermittelten wir per Anbieterbefragung im Januar 2025.

**Untersuchung:** Details zu den Prüfmethoden stehen unter [test.de/honig/methodik](https://test.de/honig/methodik).

### Sensorisches Urteil: 30 %

Fünf geschulte Prüfpersonen beschrieben das Aussehen der anonymisierten Produkte im Glas/in der Flasche, danach Geruch, Geschmack, Konsistenz, Mundgefühl. Jede Person verkostete die Proben bei Raumtemperatur unter gleichen Bedingungen, aber in unterschiedlicher Reihenfolge. Bei unterschiedlichen Beschreibungen erarbeitete die Gruppe einen Konsens. Zudem flossen sensorische Beschreibungen aus der Pollenanalyse ein, die eine Person mit Expertise durchführte. Aus alledem ergab sich die Bewertung.

### Authentizität: 30 %

Für das **Pollenspektrum** ließen wir jeweils 500 Pollen pro Produkt unter dem Mikroskop

auszählen und diese botanisch sowie geografisch zuordnen. Für die **physikalisch-chemische Beschaffenheit** ermittelten wir etwa das Zuckerspektrum, Wasser, Hydroxymethylfurfural (HMF), Prolin, die Diastase- und Invertaseaktivität. Hinter **Hinweise auf Verfälschung** stehen mehrere wissenschaftlich anerkannte und etablierte Methoden, die etwa Verfälschungen mit Fremdzucker oder Enzymen aufdecken können (siehe S. 13).

### Schadstoffe: 20 %

Wir prüften auf Rückstände von Pflanzenschutzmitteln, darunter Glyphosat, Ampa und Glufosinat, und Bienenabwehrmitteln, auf Tierarzneimittel wie Varroazide sowie Blei und Pyrrolizidinalkaloide. Proben mit leicht rauchigen Noten untersuchten wir auf polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe.

### Deklaration: 15 %

Wir begutachteten, ob die Kennzeichnung dem Lebensmittelrecht entsprach. Wir bewerteten Sorten-, Herkunfts-, Nährwertangaben, Werbeaussagen, Lagerungs- und Verwendungshinweise. Drei Fachkundige prüften Leserlichkeit und Übersichtlichkeit der Angaben.

### Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung: 5 %

Drei Experten prüften Öffnen, Entnehmen und Verschließen. Auch bewertet: Originalitätssicherung, Trennungs- und Entsorgungshinweise.

### Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem

Stern \*) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein: Ab der Note Ausreichend für das Pollenspektrum oder die physikalisch-chemische Beschaffenheit konnte das Urteil für die Authentizität nicht besser sein. Lautete die Note für das Urteil Authentizität Mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein, bei Ausreichend werteten wir das Qualitätsurteil um eine Notenstufe ab. Lautete das sensorische Urteil Ausreichend, konnte das Qualitätsurteil maximal eine halbe Note besser sein. Ab der Note Ausreichend für Deklaration werteten wir das Qualitätsurteil ab: Je schlechter die Deklarationsurteile, desto stärker die jeweiligen Abwertungseffekte.

### Weitere Untersuchungen

Wir prüften auf gentechnisch veränderte Organismen, verschiedene Säuren wie Bernstein-, Essig-, Milch- und Zitronensäure.

**Verkrustet, mit Schaum.**  
**Der Honig von Kauf-**  
**land hat sen-**  
**sorische**  
**Fehler.**



**Werbung mit Selbstverständlichkeit. Jeder Honig soll, wie der von Dreyer, kalt gewonnen werden.**



Blütenhonige: Breitsamer und Discounter vorn

Produkt	Breitsamer Honig Frühlings- summen	Aldi Gut Bio Honig cremig <sup>5)</sup>  Bio	Lidl Maribel Cremi- ger Blütenhonig streichart <sup>6)</sup>	Netto Marken- Discount Vom Land Blüten-Honig cremig	Aldi Nord Goldland Bienenhonig cremig <sup>8)9)</sup>	Honigprinz Deutscher Honig Blüten- honig flüssig	Lidl Maribel Bio Cremiger Blütenhonig streichart <sup>6)</sup>  Bio	
Herkunft laut Deklaration	Deutschland, Dänemark	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Deutschland	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	
Inhalt (Gramm)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	500/6,49	500/3,75	500/2,79	500/2,79	500/2,79	250/4,99 <sup>10)</sup>	500/3,75	
Preis pro Kilogramm ca. (Euro)	12,98	7,50	5,58	5,58	5,58	19,96	7,50	
QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (1,8)	GUT (1,9)	GUT (1,9)	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,0)	
Sensorisches Urteil	30 %	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	
Allgemeine Beschreibung	Farbe: sehr hell bis hell. Konsistenz: teilkristallin und feincremig. Gesamteindruck in Geruch und Geschmack von mittlerer Intensität. Geschmack: süß, blumig, sehr leicht herb, ausgewogen. Geschmackseindruck hält mittellang an.							
Sensorische Besonderheiten (Aussehen im Glas oder in der Flasche, Konsistenz, Geruch, Geschmack, Nachgeschmack). Fehler sind gefettet.	Farbe: beige. Geschmack: aromatisch, leicht kohlartig, lang anhaltend. Leichte Rapsnote.	Geschmack: aromatisch, pflanzlich.	Geschmack: pflanzlich, leicht rauchig, fruchtig.	Farbe: mit gelbem Ton. Geschmack: pflanzlich, aromatisch.	Geruch: leicht rauchig. Geschmack: aromatisch, pflanzlich.	Farbe: wasserhellgelb. Geruch: geruchlos. Geschmack: mild. Leichte Akaziennote.	Farbe: hellbraun. Geruch: leicht rauchig. Geschmack: würzig, leicht rauchig, fruchtig. Lang anhaltender Eindruck.	
Authentizität	30 %	gut (2,0)	gut (1,9)	gut (2,0)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (1,9)	gut (2,1)
Pollenspektrum		+	+	+	+	+	+	+
Physikalisch-chemische Beschaffenheit <sup>1)</sup>		+	+	+	+	+	+	+
Hinweise auf Verfälschung	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine
Schadstoffe	20 %	sehr gut (1,0)	gut (1,6)	gut (1,7)	sehr gut (1,5)	gut (2,0)	sehr gut (1,5)	gut (2,1)
Deklaration	15 %	gut (1,9)	gut (2,2)	gut (2,0)	gut (1,9)	gut (2,0)	befriedigend (2,9)	gut (2,0)
Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung	5 %	befriedigend (3,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	gut (1,8)	sehr gut (1,0)
Ausgewählte Merkmale								
GVO <sup>2)</sup> nachgewiesen laut Analyse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> <sup>7)</sup>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
MHD <sup>3)</sup> /MHD-Frist <sup>4)</sup> (Monate)	05/2026 (24)	05.09.2025 (18)	30.07.2025 (12)	15.07.2025 (12)	11.03.2026 (24)	08.05.2026 (K. A.)	20.04.2025 (12)	
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). – = Mangelhaft (4,6–5,5). Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet. *) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ links). ■ = Ja. □ = Nein. K. A. = Keine Angabe. MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum.		1) Dazu gehören unter anderem das Zuckerspektrum, Gehalte an Wasser und Hydroxymethylfurfural (HMF) und die Aktivität der Enzyme Diastase und Invertase. 2) Gentechnisch veränderte Organismen. 3) Laut Deklaration. 4) Laut Anbieter. 5) Hergestellt von Honigland. 6) Hergestellt von Eystruper Land.			7) Spuren von gentechnisch verändertem Raps nachgewiesen, der in einigen Nicht-EU-Ländern zugelassen ist. Diese Spuren in Honig mit Anteilen aus Nicht-EU-Ländern stellen keinen Rechtsverstoß dar. 8) Hergestellt von HMF Food Production. 9) Laut Anbieter Produkt und Bezeichnung geändert. 10) Preis laut Anbieter-Webseite.			







## Blütenhonige: Echter deutscher Honig und Bio-Eigenmarken enttuschen

Produkt	Bihophar Bio Honig aus Deutschland cremig  <b>Bio</b>	Rewe Ja Blütenhonig zart-fließend <sup>5)</sup>	Edeka Gut & Günstig Sommer Blüten Honig	Gepa Faires Pfund Bio Honig cremig  <b>Bio</b>	Langnese Sommerblüten- honig goldklar	Schulze Schätze Demeter Blütenhonig <sup>7)</sup>  <b>Bio</b>	Berliner Honig Berliner Frühling
Herkunft laut Deklaration	Deutschland	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Lateinamerika	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Deutschland	Deutschland: Berlin
Inhalt (Gramm)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	500/7,49	500/2,99	500/2,99	500/6,49	500/3,99	250/5,89	180/4,49
Preis pro Kilogramm ca. (Euro)	<b>14,98</b>	<b>5,98</b>	<b>5,98</b>	<b>12,98</b>	<b>7,98</b>	<b>23,56</b>	<b>24,94</b>
<b>QUALITÄTSURTEIL</b>	<b>100%</b>	<b>GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,5)</b>
<b>Sensorisches Urteil</b>	<b>30%</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,5)</b>
Allgemeine Beschreibung	Farbe: sehr hell bis hell. Konsistenz: teilkristallin und feincremig. Gesamteindruck in Geruch und Geschmack von mittlerer Intensität.						
Sensorische Besonderheiten (Aussehen im Glas oder in der Flasche, Konsistenz, Geruch, Geschmack, Nachgeschmack). Fehler sind gefettet.	<b>Im Glas:</b> <b>Schaumbildung.</b> Geschmack: aromatisch, kohlarig. Leichte Rapsnote.	Konsistenz: zähflüssig. <b>Geruch: leicht animalisch.</b> Geschmack: würzig, aromatisch, sehr süß. Geschmackseindruck lang anhaltend.	Konsistenz: zähflüssig. Geruch: würzig, leicht rauchig. Geschmack: aromatisch, würzig, fruchtig.	Farbe: hellbraun. Geruch: würzig, leicht rauchig. Geschmack: aromatisch, würzig, fruchtig.	Konsistenz: zähflüssig. Geruch: leicht rauchig. Geschmack: würzig, leicht rauchig, aromatisch.	Geschmack: aromatisch, würzig. Sehr süß.	<b>Im Glas:</b> <b>Entmischung, Partikel erkennbar.</b> Konsistenz: nicht feincremig. Geschmack: aromatisch, pflanzlich.
<b>Authentizität</b>	<b>30%</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (1,6)</b>
Pollenspektrum	++	+	+	+	+	+	++
Physikalisch-chemische Beschaffenheit <sup>1)</sup>	+	+	+	+	+	+	+
Hinweise auf Verfälschung	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine
<b>Schadstoffe</b>	<b>20%</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>gut (2,0)</b>
<b>Deklaration</b>	<b>15%</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>ausreichend (3,6)*<sup>8)</sup></b>
<b>Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung</b>	<b>5%</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (1,8)</b>
<b>Ausgewählte Merkmale</b>							
GVO <sup>2)</sup> nachgewiesen laut Analyse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MHD <sup>3)</sup> /MHD-Frist <sup>4)</sup> (Monate)	10/2025 (24)	15.07.2025 (12)	15.08.2025 (12)	30.04.2026 (24)	16.04.2026 (24)	31.12.2026 (18)	31.05.2026 (K. A.)

### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).  
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).  
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

### Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

\*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 14).

■ = Ja. □ = Nein.

K. A. = Keine Angabe.

MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum.

1) Dazu gehören unter anderem das Zuckerspektrum, Gehalte an Wasser und Hydroxymethylfurfural (HMF) und die Aktivität der Enzyme Diastase und Invertase.

2) Gentechnisch veränderte Organismen.

3) Laut Deklaration.

4) Laut Anbieter.

5) Hergestellt von Löwen-Werke.

6) Spuren von gentechnisch verändertem Raps nachgewiesen, der in einigen Nicht-EU-Ländern zugelassen ist. Diese Spuren in Honig mit Anteilen aus Nicht-EU-Ländern stellen keinen Rechtsverstoß dar.

7) Mit Logo des Bio-Anbauverbands Demeter.

8) Schlecht leserlich: teilweise sehr kleine Schrift. Um das Etikett zu lesen, muss man das Glas auf die Seite drehen.

9) Erhältlich bei Denns Biomarkt und beim Biomarkt Verbund.

10) Von uns bezahlter Einkaufspreis.

11) Irreführende Aufmachung des Etiketts: Es ist eine üppige Blumenwiese abgebildet. Es sind aber vor allem Pollen von Raps und Bäumen enthalten.

12) Der Honig wirbt im Hauptsichtfeld mit „kaltgeschleudert“. Direkt darunter wird relativiert: „Honig wird üblicherweise kaltgeschleudert, um seine wertvollen Inhaltsstoffe zu erhalten.“ Das ist eine Werbung mit Selbstverständlichkeiten. Zusätzlich impliziert die Erklärung, dass Honig unter Umständen auch warm geschleudert werden kann – das ist laut den Leitsätzen der Deutschen Lebensmittelbuchkommission jedoch nicht zulässig.



Dennree Bayerischer Blüten Honig <sup>9)</sup>	Dreyer Kaltgeschleu- dert	Kaufland K-Classic Streicharter Blütenhonig cremig <sup>13)</sup>	Bienenwirt- schaft Meißen Echter Deut- scher Honig Blütenhonig <sup>15)</sup>	dmBio Vielblüten Honig <sup>18)</sup>	Fürsten-Reform Dr. med. Hans Plümer Echter Deut- scher Honig Blütenhonig <sup>15)</sup>	Rossmann Enerbio Blüten Honig fein-roma- tisch <sup>18)</sup>	Wernet Deutscher Blütenhonig cremig	Alnatura Vielblüten Honig Miel mille fleurs	Honig Himstedt Sommerblüten- honig <sup>22)</sup>
Bio				Bio		Bio		Bio	Bio
Deutschland: Bayern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Deutschland	Mischung aus EU- und Nicht- EU-Ländern	Deutschland	Mexiko, Nicaragua	Deutschland	Bulgarien, Mexiko, Ukraine	Deutschland
500/8,49 <sup>10)</sup>	500/4,99	500/2,79	500/7,49	500/3,75	500/6,99	350/2,59	500/6,50	500/4,49	250/5,98
16,98	9,98	5,58	14,98	7,50	13,98	7,40	13,00	8,98	23,92
BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (3,5)	AUSREICHEND (4,0)	AUSREICHEND (4,0)	AUSREICHEND (4,0)	AUSREICHEND (4,0)	AUSREICHEND (4,0)	AUSREICHEND (4,1)	MANGELHAFT (5,0)
gut (2,0)	gut (2,0)	ausreichend (4,0)*)	befriedigend (3,0)	gut (2,5)	gut (2,0)	ausreichend (4,0)	gut (2,5)	gut (2,5)	befriedigend (3,0)
Geschmack: süß, blumig, sehr leicht herb, ausgewogen. Geschmackseindruck hält mittellang an.									
Geschmack: minzig, leicht bitter. Lang an- haltend. Leichte Lindennote.	Farbe: mit gelbem Ton. Geruch: leicht rauchig. Geschmack: leicht rauchig, würzig.	Im Glas ver- krustete Ränder und deutliche Schaum- bildung. Farbe: mit gelbem Ton. Geschmack: pflanzlich, aro- matisch, sehr süß. Leichte Sonnenblu- mennote.	Geschmack: pflanzlich, kohl- artig. <b>Untypisch für einen Blü- tenhonig</b> , ty- pisch für einen Rapshonig.	<b>Geruch: leicht animalisch.</b> Geschmack: leicht rauchig, fruchtig, leicht herb. Honigtau erkennbar.	Geschmack: kohlartig, fruch- tig, sauer. Lang anhaltender Eindruck. Leichte Rapsnote.	Konsistenz: zähflüssig. Geschmack: aromatisch, würzig, leicht rauchig, <b>säuer- lich, leicht animalisch, stallig.</b> Gesamtein- druck wenig in- tensiv und kurz anhaltend.	<b>Im Glas: dunkle Partikel auf der Oberfläche.</b> Geschmack: aromatisch, würzig. Ge- samteindruck sehr intensiv und lange an- haltend. Sehr ausgewogen.	<b>Entmischung im Glas.</b> Geruch: leicht rauchig. Geschmack: aromatisch, würzig.	<b>Deutliche Entmischung im Glas.</b> Farbe: hell- braun. Geschmack: aromatisch.
gut (2,0)	gut (1,7)	gut (2,5)	ausreichend (4,0)*)	ausreichend (4,0)*)	ausreichend (4,4)*)	ausreichend (4,0)*)	ausreichend (4,0)*)	ausreichend (4,5)*)	mangelhaft (5,0)*)
+	++	○	○	+	+	+	+	⊖*) <sup>21)</sup>	+
+	+	+	⊖*) <sup>16)</sup>	⊖*) <sup>19)</sup>	⊖*) <sup>16)</sup>	⊖*) <sup>19)</sup>	⊖*) <sup>20)</sup>	+	—*) <sup>23)</sup>
Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine
gut (2,3)	gut (1,6)	sehr gut (1,5)	sehr gut (1,5)	befriedigend (3,2)	gut (1,9)	befriedigend (3,0)	gut (1,7)	sehr gut (1,5)	gut (2,5)
ausreichend (4,0)* <sup>11)</sup>	ausreichend (4,5)* <sup>12)</sup>	ausreichend (3,7) <sup>14)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>16)</sup> <sup>17)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>19)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>16)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>19)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>20)</sup>	ausreichend (4,0) <sup>21)</sup>	mangelhaft (5,0) <sup>23)</sup>
gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	gut (1,8)	befriedigend (3,3)	sehr gut (1,5)	gut (1,8)
□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
03.01.2026 (12)	26.08.2026 (24)	24.05.2025 (12)	18.04.2026 (24)	06.12.2025 (24)	23.04.2026 (24)	15.08.2025 (12)	28.05.2026 (24)	15.05.2026 (24)	30.09.2026 (K. A.)

13) Hergestellt von Schwikard.

14) Schlecht leserlich durch engen Schriftsatz. Angaben auf dem Rückenetikett unübersichtlich, da in drei Sprachen.

15) Mit Etikett des Deutschen Imkerbundes (DIB). Abgefüllt im DIB-Glas.

16) Auf dem Etikett steht „Spitzenqualität vom Imker“. Bei Verwendung dieser Angabe müssen die in den Leitsätzen formulierten Anforderungen an einen Premium-Honig erfüllt sein. Der Honig erfüllt sie nicht: Der Gehalt an Hydroxymethylfurfural (HMF) ist zu hoch, die Invertaseaktivität zu gering.

17) Die mikroskopischen, sensorischen und physikalisch-chemischen Merkmale entsprechen einem Rapshonig.

18) Mit Logo des Bio-Anbauverbands Naturland.

19) Das Produkt erfüllt nicht die strengen Anforderungen der Naturlandrichtlinien: Die Invertaseaktivität ist zu gering.

20) Auf dem Etikett steht „Spitzenqualität aus der Natur“. Bei Verwendung dieser Angabe müssen die in den Leitsätzen formulierten Anforderungen an einen Premium-Honig erfüllt sein. Der Honig erfüllt sie nicht: Der Hydroxymethylfurfural (HMF)-Gehalt ist zu hoch, die Invertaseaktivität zu gering.

21) Kein „Vielblütenhonig“ laut Pollenspektrum: Pollen von Sonnenblumen und Fetthennen sind überrepräsentiert.

22) Mit Logo des Bio-Anbauverbands Bioland.

23) Der in der Honigverordnung festgelegte Höchstgehalt für Hydroxymethylfurfural (HMF) ist deutlich überschritten, was üblicherweise auf einen Wärmeeinfluss zurückzuführen ist. Das Produkt darf nicht als Honig verkauft werden. Das Produkt erfüllt außerdem nicht die strengen Anforderungen an die Biolandrichtlinie: Die Invertaseaktivität ist zu gering.

# Zu hoch gestapelt

**Dubai-Schokolade** Das Versprechen von höchstem Genuss dank feinsten Zutaten halten die Schokoladen im Test nicht. Gerade die gehypten Produkte aus Dubai waren mit Schadstoffen belastet.

**D**ie Werbeversprechen sind so üppig wie der Preis. „Außergewöhnliche Qualität“, „luxuriösen Geschmack“ oder „exklusiven Genuss“ soll Dubai-Schokolade bieten. Und kostet teils zehnmal so viel wie herkömmliche Schokolade. Ist sie das wert?

Wir haben exemplarisch sechs verschiedene Dubai-Schokoladen getestet; sie liegen preislich zwischen rund 7 und 25 Euro je 100 Gramm. Darunter waren Tafeln von Lindt und Chocovia sowie von Fex Dessert aus der Manufaktur in Dubai, die 2021 das ursprüngliche Rezept entwickelt hat. Einzigartigen Geschmack oder herausragende Qualität fanden wir nicht, dafür Schimmelpilzgifte und Fettschadstoffe. Zudem waren vier Tafeln irreführend gekennzeichnet.

Alle Dubai-Schokoladen enthalten eine Füllung aus Pistazien und ausgebackenen Teigfäden. Diese Engelshaar oder Kadayif genannten Fäden sind eine klassische Zutat orientalischer Süßspeisen. Sie verleihen den

Tafeln im Test eine leichte bis deutliche Gebäcknote und ein knuspriges Mundgefühl. Einen kräftigen Pistaziengeschmack beschrieben unsere Prüfpersonen nur ein einziges Mal: für die Schokolade von Le Damas. Alle anderen schmeckten nur allgemein nussig. Die Tafel von Chocovia erinnerte geschmacklich an Nougatcreme, die von Muya fiel mit einer Spekulationsnote auf.

## Drei nennen keinen Pistazienanteil

Die Füllungen sind cremig bis lockerkrümelig. Deutliche Unterschiede gibt es bei der Quantität. Die Tafel von Le Damas besteht zu etwa 70 Prozent aus Füllung, Lindt nur zu etwa 25 Prozent. Den höchsten deklarierten Pistazienanteil im Produkt hat mit 19 Prozent Chocovia. Lindt und Fex kommen nur auf etwas über 10 Prozent.

Außer aus Pistazien und Engelshaar bestehen die Füllungen vor allem aus Zucker und Pflanzenöl. Zum Teil enthalten sie zugesetzte Aroma- und Farbstoffe. Bei drei Produkten fehlt die Angabe, wie viel Pistazienanteil in den Tafeln steckt. Eine solche Angabe ist hier erforderlich, da Pistazien für Dubai-Schokolade charakteristisch sind.

Mit den verpflichtenden Angaben auf der Verpackung nehmen es die Anbieter – bis auf Lindt und Fex – ohnehin nicht so genau. So wurden zum Teil Zusatzstoffe nicht genannt, und es fehlten Hinweise für Allergiker. Zutatenlisten und Nährwert-Angaben waren nicht korrekt. Vier von sechs Produkten hätten so nicht verkauft werden dürfen.

Der Kaloriengehalt von Dubai-Schokolade ist vergleichbar mit dem der Milkschokoladen, die wir zuletzt im Dezember 2018 getestet haben. Sie enthält im Schnitt ähnlich viel Fett, aber weniger Zucker als ungefüllte Milkschokolade.

## Unser Rat

Herausragende Qualität oder besondere Geschmackserlebnisse, die die teilweise hohen Preise rechtfertigen, bietet keine der Dubai-Schokoladen im Test. Im Gegenteil: Die beiden Schokoladen aus Dubai waren sogar deutlich mit Schadstoffen belastet. Die anderen vier waren zwar in puncto Schadstoffe unauffällig, aber kulinarisch keine Besonderheit.



Das Veterinäruntersuchungsamt (CVUA) Stuttgart hatte im Dezember acht verschiedene Dubai-Schokoladen untersucht. Fünf bestanden nicht aus Schokolade, sondern lediglich aus kakaohaltiger Fettglasur. In diesem Punkt können wir beruhigen. Die von uns getesteten Schokoladen enthielten alle Kakaobutter und kaum Fremdfett.

## Schimmelpilzgifte und Fettschadstoffe

Wie das CVUA wurden aber auch wir auf der Suche nach Schadstoffen fündig. Die Schokoladen aus Dubai von Fex und Le Damas waren deutlich mit den Fettschadstoffen 3-Monochlorpropandiol- und Glycidyl-Estern belastet. Diese sind als möglicherweise krebserregend eingestuft. Häufig kommen sie in raffiniertem Palmöl vor, das auch in diesen beiden Schokoladen steckt. Die von Le Damas war zudem deutlich mit





**Prahl gefüllt. Dubai-Schokolade hat in etwa so viel Fett und Kalorien wie Milkschokolade – und weniger Zucker.**



Aflatoxinen aus Schimmelpilzen belastet. In Pistazien treten diese krebserregenden Stoffe häufig auf. Mit Auswirkungen auf die Gesundheit ist durch den Verzehr der Schokoladen zwar nicht zu rechnen. Solche Schadstofffunde sind aber mit dem Versprechen höchster Qualität nicht vereinbar.

**Fazit:** Das alles spricht eher dafür, dass die Euphorie unbegründet ist. Vielleicht macht ja auch klassische Pistazienschokolade ohne Dubai-Füllung glücklich. Die gibts schon für deutlich weniger Geld. ■

*Text: Dennis Stieler; Testleitung: Janine Schlenker; Produktauswahl: Julia Leise; Faktencheck: Dr. Claudia Behrens*

**Details zu unserer Untersuchung** unter [test.de/dubai-schokolade/methodik](https://test.de/dubai-schokolade/methodik).

# 52

**Prozent aller  
Pistazien weltweit  
kamen 2023 aus  
den USA, Platz zwei  
belegte Iran. In Dubai  
wachsen sie selten.**

Quelle: Vereinte Nationen (FAOSTAT)

## Die Schokoladen im Test



### **Chocovia**

Kadayif Chocolate with Pistachio Dubai Style  
Herkunft: Türkei  
100 g: 7,99 Euro\*  
MHD: 04/03/2026



### **Dubai Chocolate bar Milk**

Herkunft: Niederlande  
220 g: 14,95 Euro\*  
(6,80 Euro/100 g)  
MHD: 20.06.2025



### **Fex Dessert**

Milk Chocolate Pistachio Kadayif  
Herkunft: Dubai  
190 g: 28,03 Euro\*  
(14,75 Euro/100 g)  
MHD: 05.06.2025



### **Le Damas**

Dubai Chocolate Kunafa & Pistachio  
Herkunft: Dubai  
200 g: 21,99 Euro\*  
(11,00 Euro/100 g)  
MHD: 10-11-2025



### **Lindt**

Dubai Style Chocolate Pistazie & Kadayif  
Herkunft: Deutschland  
145 g: 9,99 Euro  
(6,89 Euro/100 g)  
MHD: 03/2025



### **Muya**

Dubai Art Schokolade Vegan  
Herkunft: Deutschland  
100 g: 24,90 Euro\*  
MHD: 20.02.2025

\* Von uns bezahlter Einkaufspreis.  
MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum laut Deklaration.

# Sonne? Aber sicher!

**Sonnenschutzmittel fürs Gesicht** 12 der 14 Produkte im Test schützen zuverlässig vor UV-Strahlen. Doch vier davon haben ein Problem: Sie sind mit einem kritischen Stoff verunreinigt.

**E**ines der besten Anti-Aging-Mittel für die Haut haben Sie ganz bestimmt zu Hause: Sonnencreme. Sie kann frühzeitiger Fältchenbildung vorbeugen, genauso wie störenden Pigmentflecken und – noch wichtiger – der Entstehung von Hautkrebs.

Das gelingt ihr, weil sie vor UV-Strahlung schützt, vor allem vor tief eindringenden UVA-Strahlen. Besonders viel Schutz braucht das Gesicht, da es häufig und lange dem Sonnenlicht ausgesetzt ist. Die Auswahl an Sonnenschutzmitteln, die speziell

für die Gesichtshaut entwickelt wurden, ist inzwischen groß. Und viele haben ihren Preis: 50 Milliliter in kleinen Tübchen und Fläschchen kosten mitunter 20 Euro und mehr. Aber wie zuverlässig schützen sie? Und halten preisgünstige Produkte mit?

## **Eucerin, Garnier und dm an der Spitze**

In einem internationalen Gemeinschaftstest mit anderen Verbraucherschutzorganisationen haben wir erstmals Sonnenschutzmittel fürs Gesicht im Labor untersucht. Zudem haben wir sie von Probandinnen und Probanden anwenden lassen. So viel vorweg: Im wichtigsten Prüfungspunkt überzeugen fast alle. Den jeweils angegebenen sehr hohen Sonnenschutzfaktor (SPF) 50 oder 50+ halten 12 der 14 geprüften Mittel ein und schützen zugleich angemessen vor UVA-Strahlung.

An acht Produkten haben wir auch sonst wenig auszusetzen – sie sind insgesamt gut. Vorn liegen die Oil Control Face Sun Gel-Creme von Eucerin und das Super UV Sonnenschutzfluid mit Hyaluronsäure von Garnier Ambre Solaire – sie kosten stolze 22,45 beziehungsweise 16,24 Euro pro 50 Milliliter. Dicht darauf folgt unser Preisleistungs-Sieger: Das Sundance Sonnenfluid von dm gibt es schon für 5,25 Euro pro 50 Milliliter. Ursprünglicher Testsieger ist das Fluid von Müller. Seine Rezeptur ist inzwischen aber verändert, wie uns der An-

## **Unser Rat**

**Testsieger:** Die Eucerin Gel-Creme für 22,45 Euro und das Fluid von Garnier Ambre Solaire für 16,24 Euro (alle Preise je 50 Milliliter) liegen vorn. Besser und preisgünstiger ist das Produkt von Müller – die Rezeptur wurde aber geändert.

**Preistipp:** Das gute Sundance Sonnenfluid von dm kostet nur 5,25 Euro. Noch günstiger sind viele klassische Sonnencremes. Sie schützen ebenfalls vor UV-Strahlung und möglichen Folgen wie frühzeitiger Hautalterung.



Sonne macht glücklich. Wir alle brauchen aber auch Schutz vor ihrer Strahlung – nicht nur im Hochsommer.

bieter im Laufe unserer Testarbeit mitgeteilt hat. Auch das gute Rossmann-Produkt ist nicht mehr wie geprüft im Handel.

## **Zwei versprechen zu viel**

Durchgefallen sind die Cremes von I + M Naturkosmetik Berlin und Junglück. Letztere ist mit 36 Euro je 50 Milliliter die teuerste im Test. Beide unterschreiten den jeweils angegebenen SPF 50 deutlich und bieten keinen angemessenen Schutz vor UVA-Strahlung. Insgesamt schneiden sie mangelhaft ab.

Laut ihren Inhaltsstofflisten schützen beide ausschließlich mit dem mineralischen UV-Filter Zinkoxid. In früheren Tests von Sonnenschutzmitteln fiel bereits →





Foto: Stocksy; Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

**Top-Trio. Eucerin, Garnier und das günstige Fluid von dm Sundance liegen vorn.**

UVB- und UVA-Schutz

## Was die Angaben auf der Packung bedeuten

UVB-Strahlung verursacht Sonnenbrand, UVA-Strahlung lässt die Haut frühzeitig altern. Beide erhöhen langfristig das Risiko für Hautkrebs – und vor beiden braucht die Haut Schutz. Für Sonnencreme gelten klare Vorgaben, hinsichtlich ihrer Schutzwirkung und Kennzeichnung.



Unsere Tests zeigen immer wieder, dass nicht alle Produkte den Sonnenschutzfaktor oder auch den UVA-Schutz einhalten. Wir bewerten solche Produkte mit Mangelhaft und informieren die Anbieter über unsere Ergebnisse.

### UVB-Schutz: Zahl weist auf Dauer hin.

Auf der Verpackung ist der Sonnenschutzfaktor (SPF) als Zahl aufgedruckt. Er gibt an, wie viel Mal länger man sich mit dem aufgetragenen Produkt theoretisch in der Sonne aufhalten kann als ohne Sonnenschutzmittel – ohne einen Sonnenbrand zu bekommen. Dabei spielen auch der eigene Hauttyp und die Wetterlage eine Rolle. Grundsätzlich gilt: Je höher der SPF ist, desto länger der gebotene Schutz.

### UVA-Schutz: Kreis steht fürs Schutzverhältnis.

Der UVA-Schutzfaktor muss mindestens ein Drittel des angegebenen SPF betragen. Ein Produkt mit dem SPF 50 muss also mindestens einen UVA-Schutz von 17 aufweisen. Dies wird durch die europaweit standardisierte Kennzeichnung „UVA“ in einem geschlossenen Kreis auf der Verpackung signalisiert (siehe oben).



→ auf, dass es offenbar schwer bis unmöglich ist, allein mit Zinkoxid einen zuverlässigen Schutz vor UV-Licht zu garantieren.

### Produkte bei Herstellung verunreinigt

Zehn Produkte im Test enthalten laut Inhaltsstofflisten den Sonnenschutzfilter Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Ben-

zoate, kurz DHHB. Bei seiner Herstellung kann als unerwünschtes Nebenprodukt der Stoff Di-n-hexylphthalat (DnHexP) entstehen – er gehört zur Gruppe der Weichmacher. Sein Einsatz ist laut EU-Kosmetikverordnung verboten. Der Grund: Er hat fortpflanzungsgefährdende Eigenschaften. Wir haben die zehn Produkte mit DHHB auf

DnHexP untersucht. Bei vier von ihnen sorgt das Ergebnis dafür, dass sie über ein Befriedigend im Gesamturteil nicht hinauskommen: Jean & Len, Nivea Sun, Nø Cosmetics und Kiko. Laut Bundesinstitut für Risikobewertung geht von den nachgewiesenen Konzentrationen aber kein akutes Gesundheitsrisiko aus.



## Sonnenschutzmittel fürs Gesicht: Die meisten schützen zuverlässig, darunter auch die preis

Produkt	Müller Lavozon Sonnen Fluid <sup>5)6)</sup>	Eucerin Oil Control Face Sun Gel-Creme	Garnier Ambre Solaire Super UV Sonnen- schutzfluid mit Hyaluronsäure	dm Sundance Med Ultra Sensitiv Sonnenfluid <sup>10)</sup>	Rossmann Sunozon Matt Sonnenfluid <sup>5)</sup>	V.Sun Little Sunshine Sun Fluid
Angebotsform	Tube	Pumpspender	Flasche	Tube	Tube	Flasche
Zertifizierte Naturkosmetik <sup>1)</sup>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonnenschutzfaktor <sup>1)</sup>	50	50+	50+	50+	50	50
Inhalt (ml)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	50/4,25	50/22,45	40/12,99	50/5,25	50/4,15	30/12,95
Preis pro 50 ml ca. (Euro)	4,25	22,45	16,24	5,25	4,15	21,58
<b>QUALITÄTSGESAMTBURTEIL</b>	<b>100 %</b>	<b>GUT (1,6)</b>	<b>GUT (1,7)</b>	<b>GUT (1,8)</b>	<b>GUT (1,8)</b>	<b>GUT (1,8)</b>
<b>Einhalten des UV-Schutzes</b>	<b>45 %</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>
UVB-Schutz (angegebener Sonnenschutzfaktor)	++	++	++	++	++	++
UVA-Schutz	++	++	++	++	++	++
<b>Anwendung und Hautgefühl</b>	<b>25 %</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (2,0)</b>
<b>Kritischer Stoff DnHexP</b>	<b>5 %</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>Entfällt<sup>8)</sup></b>
<b>Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung</b>	<b>10 %</b>	<b>befriedigend (2,6)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>befriedigend (3,5)</b>
<b>Deklaration und Werbeaussagen</b>	<b>15 %</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>
<b>Angaben laut Deklaration (nicht bewertet)</b>						
Sonnenschutzfilter <sup>2)</sup>	■ d, e, g, j, l	■ b, d, j, l, o	■ b, d, e, l, n, m	■ d, e, g, j, o	■ d, j, l, o	■ b, d, g, l, o
Konservierungsstoffe <sup>3)4)</sup>	<input type="checkbox"/>	■ a	■ a, f	<input type="checkbox"/>	■ a	<input type="checkbox"/>
Vegan	■	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	■	■	■
Parfümierung	■	<input type="checkbox"/> <sup>7)</sup>	<input type="checkbox"/> <sup>9)</sup>	<input type="checkbox"/> <sup>11)</sup>	■	<input type="checkbox"/> <sup>11)</sup>

#### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).  
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).  
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsgesamtburteil Reihenfolge nach Alphabet.

\*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 24).

■ = Ja. □ = Nein.

1) Laut Deklaration.

2) b = Butyl Methoxydibenzoylmethane; d = Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine; e = Ethylhexyl Salicylate; g = Diethylhexyl Butamido Triazone; j = Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate (DHHB); l = Ethylhexyl Triazone; m = Drometrizole Trisiloxane; n = Terephthalylidene Dicamphor Sulfonic Acid; o = Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid; r = Zinc Oxide.

3) a = Phenoxyethanol; b = Benzyl Alcohol; f = Potassium Sorbate; h = Dehydroacetic Acid.

4) Laut EU-Kosmetikverordnung.

5) Laut Anbieter Rezeptur inzwischen geändert.

6) Hergestellt von Mann & Schröder.

7) Laut Deklaration unparfümiert.

8) Das Produkt enthält nicht den UV-Filter Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate (DHHB), deshalb haben wir es nicht auf den kritischen Stoff Di-n-hexylphthalat (DnHexP) untersucht.

9) Laut Anbieter.

**Testpersonen würden wieder cremen**

Die Produkte im Test versprechen mitunter eine „leichte“ oder „ultra-leichte“ Pflege. Sie sollen neben Schutz vor allem Feuchtigkeit spenden und schnell einziehen. Insgesamt 22 Frauen und Männer ließen wir jedes der Produkte anwenden – mehrheitlich gaben die Testpersonen danach an, überzeugt von

den Mitteln zu sein. Das ist erfreulich, denn die Haut braucht an sonnigen Tagen reichlich und immer wieder UV-Schutz, um Hautkrebs vorzubeugen.

Das kann vor allem bei den teuren Produkten im Test ins Geld gehen. Möglich ist es natürlich auch, eine klassische Sonnencreme auch für das Gesicht zu nutzen. Da

bei aber die Augenpartie aussparen. Die Produkte sind in der Regel anders zusammengesetzt und können so leichter ins Auge kriechen. ■ →

*Text: Lea Lukas; Testleitung: Yvonne Neidhardt; Produktauswahl: Michaela Backhus; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens*

**günstigsten**

La Roche-Posay Anthelios UVMune 400 Invisible Fluid	Medipharma Cosmetics Sonne Schutz & Pflege Fluid <sup>5)</sup>	Nivea Sun Invisible Daily UV-Fluid	Jean & Len Sensitive Sonnencreme	Nø Cosmetics Glowy Sunfluid	Kiko Sun Protection Cream Face	I + M Naturkosmetik Berlin Sun Protect Sonnencreme Gesicht	Junglück Sonnencreme SPF 50
Flasche	Flasche	Flasche	Tube	Pumpspender	Tube	Pumpspender	Pumpspender
□	□	□	□	□	□	■ <sup>18)</sup>	□
50+	50+	50+	50+	50+	50	50	50
50/23,90	50/19,99	40/13,99	50/8,99	50/14,95	50/18,99 <sup>15)</sup>	50/20,90	50/36,00
<b>23,90</b>	<b>19,99</b>	<b>17,49</b>	<b>8,99</b>	<b>14,95</b>	<b>18,99</b>	<b>20,90</b>	<b>36,00</b>
<b>GUT (1,9)</b>	<b>GUT (1,9)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,6)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,8)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,9)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,2)</b>	<b>MANGELHAFT (5,0)</b>	<b>MANGELHAFT (5,0)</b>
<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>mangelhaft (5,0)</b>	<b>mangelhaft (5,0)</b>
++	++	++	++	++	++	–	–
++	++	++	++	++	++	–	–
<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,5)</b>	Nicht geprüft, weil die Sonnenschutzmittel den UVB-Schutz (angegebener Sonnenschutzfaktor) nicht einhalten und keinen ausreichenden UVA-Schutz bieten. Die Produkte sind im Urteil „Einhalten des UV-Schutzes“ und somit auch im Qualitätsurteil mangelhaft.	
<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>ausreichend (3,6)*<sup>13)</sup></b>	<b>ausreichend (3,8)*<sup>13)</sup></b>	<b>ausreichend (3,9)*<sup>13)</sup></b>	<b>ausreichend (3,8)<sup>13)</sup></b>		
<b>befriedigend (3,1)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>	<b>befriedigend (3,2)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>	<b>ausreichend (4,1)*<sup>16)</sup></b>		
<b>befriedigend (3,5)</b>	<b>befriedigend (3,1)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (3,0)</b>	<b>ausreichend (3,7)<sup>17)</sup></b>		
■ b, d, e, j, l, n	■ d, g, j, l, o	■ b, d, j, l, o	■ d, e, j, l, o	■ d, j, l, o	■ d, e, j, l, o	■ r	■ r
□	□	■ a	□	□	□	■ b, h	□
□	□	□	■	■	□	■	■
□ <sup>12)</sup>	■	■	□ <sup>11)</sup>	□ <sup>14)</sup>	■	□ <sup>14)</sup>	□ <sup>19)</sup>

<sup>10)</sup> Layout laut Anbieter inzwischen leicht verändert.

<sup>11)</sup> Laut Deklaration ohne Parfum.

<sup>12)</sup> Laut Deklaration ohne Duftstoffe.

<sup>13)</sup> Wir haben den laut EU-Kosmetikverordnung verbotenen Stoff Di-n-hexylphthalat (DnHexP) im Produkt nachgewiesen. DnHexP darf nur unbeabsichtigt und in technisch unvermeidbaren Konzentrationen in kosmetischen Produkten vorhanden sein. Als mögliche Eintragsquelle gilt der UV-Filter Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate (DHHB). Er kann mit DnHexP verunreinigt sein. Laut Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) besteht bei den Konzentrationen, die wir nachgewiesen haben, kein unmittelbares Gesundheitsrisiko.

<sup>14)</sup> Laut Deklaration parfümfrei.

<sup>15)</sup> Preis laut Anbieter-Webseite.

<sup>16)</sup> Nur rund 83 Prozent des Produktes ließen sich aus der Verpackung entnehmen, ohne diese zu zerstören.

<sup>17)</sup> Die Angaben auf der Verpackung sind schlecht lesbar.

<sup>18)</sup> Naturkosmetiksiegel: Cosmos Natural.

<sup>19)</sup> Laut Deklaration frei von synthetischen Duftstoffen.



## Erst schützen, dann schminken

Bei der Gesichtspflege kommt es auf die Reihenfolge an. Wir sagen, welche am besten funktioniert.

**Grundlage schaffen.** Tagescreme ist die Basispflege und sollte zum eigenen Hauttyp passen: Trockene Haut braucht Fett, normale und Mischhaut benötigen eher Feuchtigkeit. Beliebt sind zudem Seren. Sie können auch zusätzlich zur Tagescreme angewendet werden – dann zuerst das Serum auftragen.

**Großzügig schützen.** Nach der Pflegecreme kommt die Sonnencreme. Damit sie optimal schützt, darf sie nicht zu sparsam aufgetragen werden: Je mindestens einen halben Teelöffel Creme fürs Gesicht, für Hals und Nacken sowie fürs Dekolleté. Die großzügige Men-

ge kann auch in zwei Schichten nacheinander auf der Haut verteilt werden.

**Schminke auftragen.** Ist die Sonnencreme vollständig eingezogen, können Make-up, Puder und Co folgen. Sie beeinträchtigen den Schutz nicht.

**Gründlich reinigen.** Sonnenschutz und Make-up lassen sich zum Beispiel mit der Oil-cleansing-Methode gut wieder entfernen: Etwas Pflanzen- oder Gesichtereinigungsöl auf der trockenen Haut verreiben. Anschließend mit Wattepad oder einem Waschlappen abnehmen und das Gesicht waschen.



**Schöner Schluss.** Make-up wird im letzten Schritt aufgetragen.

## So haben wir getestet

**Im Test:** 14 Sonnenschutzmittel fürs Gesicht, darunter ein Produkt mit Naturkosmetik-Siegel. Alle Produkte bieten einen Sonnenschutzfaktor von 50 oder 50+. Wir kauften sie von Juli bis September 2024 ein. Die Auswahl der Produkte erfolgte im Rahmen eines internationalen Gemeinschaftstests, überwiegend nach Marktbedeutung. Hierbei berücksichtigten wir Sonnenschutzmittel aus Drogerien, Apotheken, Parfümerien und Direktvertrieb. Die Preise erfragten wir bei den Anbietern im Januar 2025.

**Untersuchungen:** Details zu den Prüfmethoden finden Sie im Internet unter [test.de/gesichtssonnenschutz/methodik](https://test.de/gesichtssonnenschutz/methodik). Hielt ein Produkt den angegebenen Sonnenschutzfaktor nicht ein oder bot keinen hinreichenden UVA-Schutz, lautete das Qualitätsurteil Mangelhaft und wir führten keine weiteren Prüfungen durch.

### Einhalten des UV-Schutzes: 45 %

Wir ermittelten den UVB-Schutz (angegebener Sonnenschutzfaktor) und den UVA-Schutz mittels HDRS-Methode (Hybrid Diffuse Reflectance Spectroscopy). Sie kombiniert einen In-vitro-Test mit einer Prüfung mit Testpersonen. Aus den Ergebnissen beider Messungen berechneten wir den Sonnenschutzfaktor und den UVA-Schutz. Dieser

muss laut Empfehlung der EU-Kommission mindestens ein Drittel des auf dem Produkt angegebenen Sonnenschutzfaktors betragen. Bei Unstimmigkeiten zwischen dem ermittelten Ergebnis und der Angabe des Anbieters sicherten wir die Ergebnisse ab.

### Anwendung und Hautgefühl: 25 %

Je 22 Testpersonen wendeten die anonymisierten Produkte im Gesicht unter Aufsicht im Prüflabor an. Danach beurteilten sie, wie gut sich die Produkte anwenden lassen, etwa wie die Konsistenz oder Fettigkeit des Produktes ist. Zudem beurteilten sie das Hautgefühl, etwa ob das Produkt ein Spannungsgefühl oder ein geschmeidiges Hautgefühl hinterlässt.

### Kritischer Stoff DnHexP: 5 %

Produkte, die den UV-Filter Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate (DHHB) enthalten, haben wir auf den Weichmacher Di-n-hexylphthalat (DnHexP) untersucht.

### Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung: 10 %

Je 22 Testpersonen beurteilten, wie gut sich die Sonnenschutzmittel-Verpackungen öffnen und wiederverschließen lassen. Wir erfassten unter anderem, ob sie eine Originalitätssicherung aufweisen, die vor unbefugtem Öffnen schützt. Zudem überprüften

wir, ob Hinweise zur Trennung und Entsorgung auf den Verpackungen aufgebracht sind. Wir ermittelten den Anteil des Inhalts, der sich maximal entnehmen lässt, ohne die Verpackung zu zerstören. Umverpackungen bewerteten wir negativ.

### Deklaration und Werbeaussagen: 15 %

Wir prüften, ob die empfohlenen Anwendungshinweise der EU angegeben und vollständig waren. Weiterhin prüften wir die Werbeaussagen und ob die Angaben auf den Verpackungen der EU-Kosmetikverordnung entsprechen. Je 22 Testpersonen beurteilten zudem spezifische Werbeaussagen zu Anwendung und Hautgefühl. Drei Fachleute bewerteten die Leserlichkeit und Übersichtlichkeit auf den Produkten.

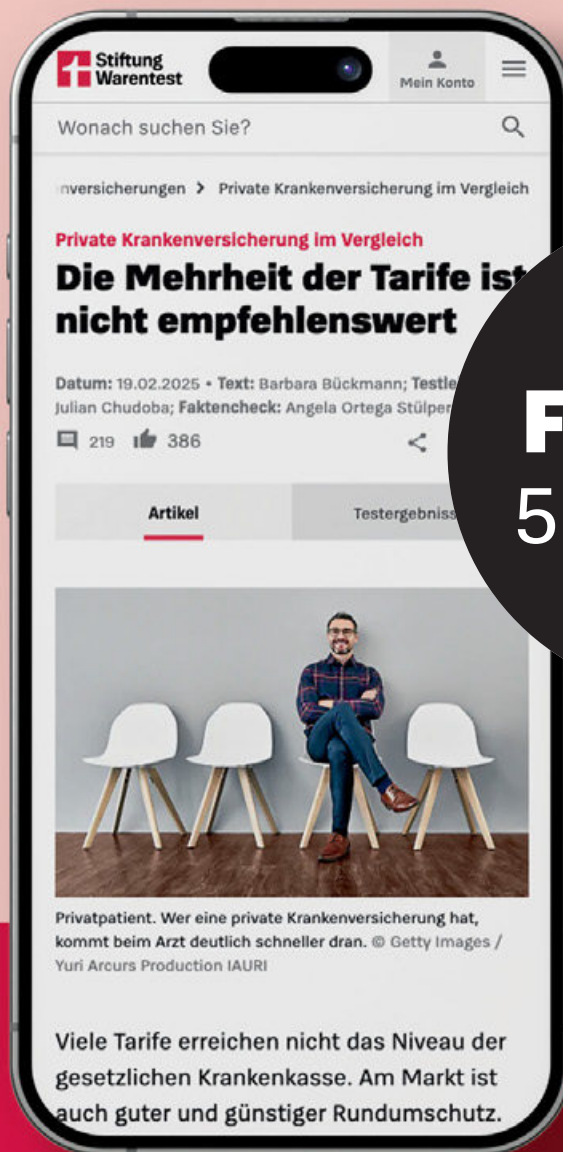
### Abwertungen

Abwertungen sorgen dafür, dass sich Produktmängel deutlich auf das Qualitätsurteil auswirken und sind mit einem Sternchen \*) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein: War das Urteil für Kritischer Stoff DnHexP Ausreichend, konnte das Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein. War die Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung ausreichend, werteten wir das Qualitätsurteil um eine Note ab.

## Privat ist nicht immer besser

Wer privat krankenversichert ist, hat Vorteile und wird zum Beispiel bei Fachärzten oft schneller versorgt. Doch nicht alle Tarife halten, was sie versprechen. Wir haben private Krankenversicherungen getestet und festgestellt: Viele leisten weniger als die Gesetzliche. Wer günstigen Schutz über dem Niveau der gesetzlichen Krankenkassen finden möchte, muss suchen. Wir helfen dabei:

→ [test.de/pkv](https://test.de/pkv)



✓  
**Flatrate**  
**5,90 Euro**  
monatlich\*

# Weiterlesen auf test.de

**Mit der test.de-Flatrate haben Sie freien Zugriff auf:**

- ✓ alle Testergebnisse
- ✓ umfassende Gesundheitsangebote
- ✓ Online-Artikel und Downloads
- ✓ ständig aktualisierte Test- und Geldanlagetipps
- Fondsdatenbanken

0 Euro kostet die Jahresflatrate, wenn Sie Stiftung Warentest und Stiftung Warentest Finanzen abonniert haben.

2,95 € kostet die Jahresflatrate monatlich (35,40 € jährlich), wenn Sie ein Abo von Stiftung Warentest oder Stiftung Warentest Finanzen haben.

\*5,90 € kostet die Jahresflatrate monatlich (70,80 € jährlich), wenn Sie keines unserer Abos haben.

© Stiftung Warentest, 2025

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



**Kraftpaket.** Mit Powerbank hält das Handy mehrtägige Ausflüge durch.

## Neue Powerbanks

### Gute Akkuladung zum Mitnehmen ab 25 Euro

Unsere belgische Partnerorganisation Testachat hat 18 Powerbanks geprüft, leistungsstarke mobile Stromspeicher. Darunter waren größere mit 20 000 Milliamperestunden (mAh) Kapazität und kleinere mit circa 10 000 mAh. Testsieger unter den Geräten mit geringerer Kapazität war Fresh'n Rebel 12 000 mAh für 38 Euro, Preis-Leistungs-Sieger Iniu 10 000 mAh für 23 Euro. In der größeren Klasse war Samsung EB P-4520 am besten und mit einem Kaufpreis von 42 Euro auch Preis-Leistungs-Sieger.

Ebenfalls gut schnitt die Cellularline Essence Turbo Powerbank für 47 Euro ab. Alle genannten Geräte sind auch in Deutschland erhältlich.

**Tipp:** In der Regel sind 2 000 bis 4 000 mAh nötig, um ein Smartphone aufzuladen – die Kapazität des Handyakkus lässt sich beim Hersteller oder mit einer Online-Recherche abfragen.

## Datenschutz

### Werbe-ID abschalten

Google und Apple haben in ihre Smartphone-Betriebssysteme eine Kennnummer eingebaut, mit denen App-Anbieter Nutzerprofile erstellen können. Unter dieser sogenannten Werbe-ID speichern Apps zum Beispiel Standortdaten, E-Mail-Adressen und das Klickverhalten der Nutzenden. Diese Profile verkaufen die App-Anbieter dann an Datenhändler, die damit beispielsweise zielgerichtet Werbung ausspielen. Abschalten geht aber zum Glück schnell.

**Android:** Öffnen Sie die Einstellungen und suchen Sie nach den Begriffen „Werbe-ID“ oder „Werbung“. Wählen Sie anschließend den Eintrag „Werbe-ID löschen“. Dann in einem Dialog bestätigen.

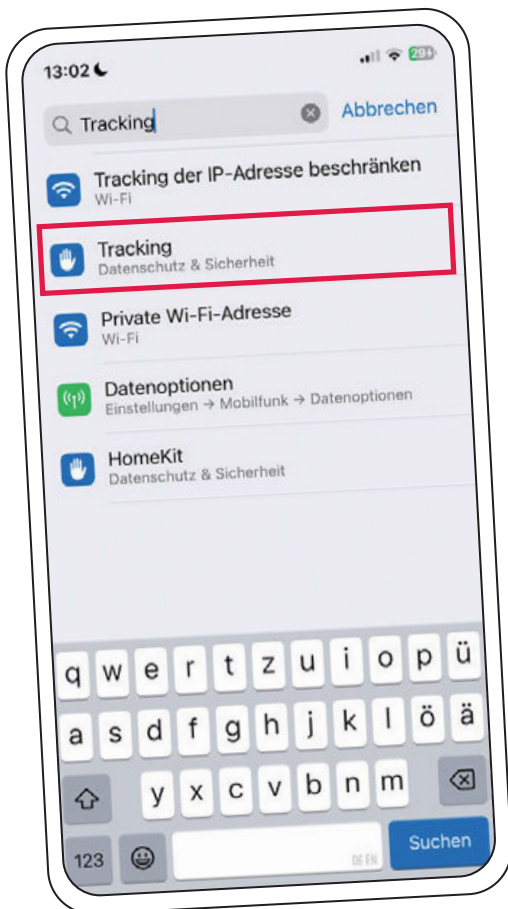
**iPhone:** Suchen Sie in der Suchmaske der Einstellungen nach „Tracking“. Schalten Sie den Schieberegler unter dem Punkt „Apps erlauben, Tracking anzufordern“ nach links. Nun ist die Kennnummer für Werbeanbieter (AdID) nicht mehr nutzbar.

**Abschalten.** In den Einstellungen stellt man die AdID kalt.

# 4,3

**Prozent mehr Strom als 2023 verbrauchte die Welt 2024. Im Vorjahr lag der Anstieg noch bei 2,5 Prozent. Besonders Schwellenländer brauchten mehr Strom.**

Quelle: Internationale Energieagentur





**Flaggschiff-Trio.**  
Nur das S25 Ultra  
kommt in neuem  
Design.



Samsung  
Galaxy S25

Samsung  
Galaxy S25+

Samsung  
Galaxy S25 Ultra

Samsungs Galaxy-S25-Reihe im Schnelltest

## Riesen-Rennen

In der ewigen Aufholjagd zwischen Samsung und Apple hat die Galaxy-S-Reihe wieder mit den iPhones gleichgezogen – aber nicht in allen Disziplinen.

Auch in diesem Frühjahr hat Samsung eine Neuauflage seiner Galaxy-S-Serie auf den Markt gebracht. Das S25 (bei Samsung ab 899 Euro) und das größere S25+ (ab 1149 Euro) gleichen äußerlich ihren Vorgängern S24 und S24+. Das noch größere S25 Ultra (ab 1449 Euro) kommt in neuem Gewand: Mit seinen abgerundeten Ecken ähnelt es stärker seinen kleineren Geschwistern.

### Spitzenwerte und Empfangsschwäche.

Die sehr hoch auflösenden, hellen und kontraststarken Displays gehören zu den besten am Markt. Und in Sachen Rechenleistung ziehen Samsungs neue Flaggschiffe mit den aktuellen iPhones gleich. Das kleinste Neue, das S25, zeigt im Test allerdings Schwächen beim Mobilfunkempfang. In manchen Situationen könnte es eher ohne Netz dastehen als andere Handys.

**Herausragende Kameras.** Alle drei Neulinge liefern scharfe, kontrastreiche Fotos mit ausgezeichneter Farbwiedergabe und schaffen auch bei wenig Licht sehr gute

Bilder. Ihre Videos überzeugen mit ruckelfreien Schwenks und weichen Zooms. Das S25 Ultra zieht mit den bisherigen Kamera-siegern – Apple iPhone 16 Pro, iPhone 16 Pro Max und Xiaomi 14 Ultra – gleich.

**Sprung bei der Ausdauer.** In Sachen Akkulaufzeit schafft der kleinste Neue den größten Sprung: Im Test mit vergleichbarer Displayhelligkeit hält das S25 satte 37,5 Stunden durch – der Vorgänger S24 schaffte unter gleichen Bedingungen nur 28 Stunden. Das S25+ verbessert sich im Vergleich zum Vorläufer um 3 auf 45,5 Stunden. Das S25 Ultra schafft, wie schon das S24 Ultra, 46,5 Stunden. Solche Werte sind aber kein Alleinstellungsmerkmal mehr: Die iPhones 16, 16 Pro und 16 Pro Max bieten ähnliche, teils sogar noch etwas bessere Laufzeiten.

**Fazit:** Das S25 schwächelt beim Mobilfunkempfang. Doch in Sachen Rechenleistung und Kamera glückt Samsung mit der neuen S-Klasse wieder mal der Anschluss an die vergleichbaren iPhone-Modelle.

IoT und vernetzte Spielzeuge

## Neue Regeln für Cybersicherheit

Die sprechende Puppe ist mit dem Internet verbunden? Gut wäre es dann, wenn sie gegen Hacker gesichert ist. Eltern dürfen aufatmen: Die EU schreibt ab August mehr Sicherheit für solche „Internet of Things“-Geräte („IoT“, Internet der Dinge) vor. Ohne Passwortschutz gehts dann nichts mehr. Für Spielzeuge zwingend: Eltern müssen sie kontrollieren können. Geräte, die das CE-Zeichen tragen, sollten die Regel umgesetzt haben. Ob das so ist, prüft die Bundesnetzagentur.



Microsoft 365

## Preiserhöhung umgehen

Die Büro-Software Microsoft 365 wird teurer – Microsoft hat die Abo-Preise um mehr als 30 Prozent erhöht. Der Konzern begründet den Schritt damit, dass nun die Nutzung der KI-Funktion Copilot inklusive ist. Wer die nicht will, kann aber beim alten Preis bleiben, indem er einen der KI-freien „Classic“-Tarife bucht: Auf [account.microsoft.com](https://account.microsoft.com) einloggen, dann auf „Abonnement“ und anschließend auf „Abonnement kündigen“ klicken. Die Umstellung erfolgt danach automatisch bei der nächsten Aboverlängerung. Umsteigen lässt sich laut Microsoft „für einen begrenzten Zeitraum“ – Fristende unbekannt.

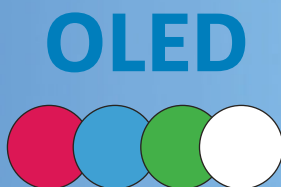
# Das Maß der Dinge

**Fernseher** 55 Zoll ist heute die beliebteste Größe. Wir zeigen TV-Geräte zu Preisen von 400 und bis über 2000 Euro. Die besten sind alle teuer, aber das teuerste ist nicht das beste.

**E**s ist noch nicht gar so lange her, da wäre den meisten Menschen ein 55-Zoll-Fernseher monströs vorgekommen. „Ein Meter vierzig Bild-diagonale?“, hätte man gefragt, „wer hat dafür Platz?“ Inzwischen ist dies die meistverkaufte Größenklasse. Wie viel muss man für ein gutes Gerät dieses Formats ausgeben? Was unterscheidet Modelle der Einstiegs-, Luxus- und Mittelklasse? Um das zu beantworten, haben wir aus den 55-Zoll-Fernsehern in unserer Testdatenbank von den sechs wichtigsten Anbietern je drei Geräte

## Teures Top-Modell

LG OLED55G48LW, 1599 Euro **GUT (1,7)**



### Spitzen-Schirm.

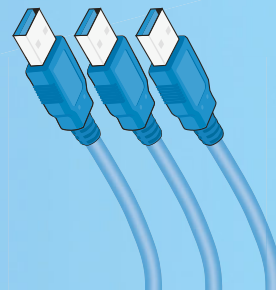
Der Bildschirm zeigt das beste Bild. Zu den roten, grünen und blauen Bildpunkten kommen, wie bei LG-OLEDs üblich, auch weiße – und erzeugen so ein sehr helles Bild.



**Doppel tuner.** Typisch für die obere Preislige: Zwei TV-Empfänger machen es möglich, ein Programm anzuschauen und zugleich ein anderes auf USB-Speicher aufzuzeichnen.

### Viele Anschlüsse.

Neben vier HDMI-Videoeingängen bietet das Gerät gleich drei USB-Anschlüsse für Zubehör wie Festplatten, Speichersticks oder Game-Controller.



der aktuellen Modellreihen ausgewählt: Das teuerste, das billigste und ein Gerät, das preislich möglichst genau dazwischen liegt.

### Von Schnäppchen bis zu Spitzenreitern

Fast alle sind 2024 auf den Markt gekommen. Nur Sony hat im vergangenen Jahr bloß einen neuen 55-Zoller vorgestellt und ist darum auch mit zwei Modellen aus dem Vorjahr vertreten, die weiter verkauft werden. Die Tabelle ab Seite 32 zeigt Geräte zu Preisen von gut 400 bis über 2000 Euro. Vom Schnäppchenjäger bis zum Perfektio-

nisten dürfte jeder das passende Modell für sich finden.

Bei fünf Anbietern ist das teuerste Modell das beste. Anders bei Samsung: Sein 2069 Euro teurer Luxus-Fernseher muss sich einem um fast 800 Euro günstigeren aus dem gleichen Hause geschlagen geben. Das liegt nicht zuletzt an der verwendeten Bildschirmtechnik. Exotischerweise setzt Samsung bei seinem Flaggschiff-Modell nicht auf die OLED-, sondern die QLED-Technik, eine LCD-Variante (siehe Kasten auf S. 30). Unser Vergleich zeigt: Wer Wert →

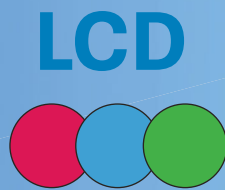
## Unser Rat

**Testsieger:** Bester 55-Zoller unserer Auswahl ist der LG OLED55G48LW für 1599 Euro. Sein OLED-Schirm liefert das beste Bild, er überzeugt mit gutem Ton. Er ist der einzige mit einer Wandhalterung; inzwischen ist die Variante OLED55G49LS mit Standfuß im Handel.

**Preistipps:** Günstigster 55-Zoll Fernseher mit OLED-Bildschirm ist der LG OLED55B42LA für 998 Euro. Günstigster Guter in unserer Auswahl ist der Hisense 55E7NQ PRO für 546 Euro.

## Günstigster Guter

Hisense 55E7NQ PRO, 546 Euro **GUT (2,4)**



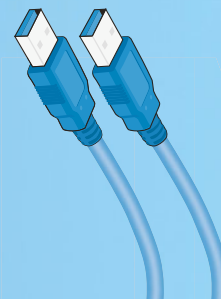
**Viel Bild fürs Geld.** Als einziger unter 600 Euro hat er ein sehr gutes TV-Bild. Besonders hell ist der Bildschirm allerdings nicht, und seitlich betrachtet nimmt der Kontrast schnell ab.



**Nur ein Tuner.** Wie in dieser Preisklasse üblich hat das Modell nur einen einfachen Fernseh-Empfangsteil, kann also immer nur eine Sendung empfangen. Reicht für die meisten völlig.

### Solide Ausstattung.

Für den Preis sind vier HDMI- und zwei USB-Anschlüsse schon recht üppig. Anders als LG, Samsung und Sony verbaut Hisense auch noch Klinkenbuchsen für Kopfhörer.





→ auf optimale Bildqualität legt, kommt um OLED nicht herum. Die sieben TV-Geräte mit dieser Technik schlagen in puncto Bild die elf LCDs im Test. Tabellenführer LG OLED55G48LW (1599 Euro) kombiniert als einziger sehr gute Helligkeitswerte mit einem sehr großen Betrachtungswinkel. Damit eignet er sich für TV-Genuss in größerer Runde bei heller Umgebung. Auch der mit 998 Euro günstigste OLED stammt von LG. In Sachen Bild und Ausstattung bleibt er hinter dem Spitzenreiter zurück, dafür klingen seine Lautsprecher etwas besser.

### Preistipp aus China

Der chinesische Anbieter Hisense ist in unserem Vergleich nur mit LCD-Fernsehern vertreten. Sein neuer 55-Zoll-OLED kam für den Test zu spät. Dafür hat Hisense den günstigsten Guten: Der 55E7NQ PRO bewegt sich mit 546 Euro zwar auf dem Ein-

stiegspreisniveau von Anbietern wie Panasonic oder Samsung, bietet aber schon eine typische Mittelklasse-Ausstattung. Anders als die meisten Spitzengeräte hat er nur ein TV-Empfangsteil – kann also nicht gleichzeitig ein Programm zeigen und ein anderes aufzeichnen. Doch mit gleich vier HDMI-Anschlüssen und der Möglichkeit, Sendungen auf USB-Speicher aufzuzeichnen, bietet er mehr als andere Modelle seiner Preislige.

### Abstriche bei Einstiegsmodellen

Besonders spartanisch ist der billigste der drei Philips ausgestattet. So lassen sich keine Kopfhörer anschließen, weder per Kabel noch per Bluetooth. Und er unterstützt WLAN-Netze nur im 2,4- und nicht im 5-Gigahertz-Funkband.

Auch qualitativ muss man bei den Günstigsten im Test Abstriche machen. Die Bild-

qualität der Einstiegsmodelle von Hisense, Philips und Samsung ist nur befriedigend, zudem klingen bei Hisense und Philips die Lautsprecher eher mau. Der LG wiederum reagiert recht träge auf die Fernbedienung.

Manche Ausstattungsdetails sind keine Preisfrage, sondern variieren je nach Anbieter. So haben auch die teureren Philips-Geräte keine Aufnahmefunktion. Und LG, Samsung und Sony verzichten durchweg auf eine Kopfhörerbuchse.

### Offene und proprietäre Systeme

Auch das verwendete Betriebssystem hängt weniger vom Preis ab als vom Anbieter. Panasonic und Sony setzen auf die anbieterübergreifenden Systeme Android, Fire TV OS oder Tivo, während Hisense, LG und Samsung eigene Betriebssoftware verwenden. Philips hat beides im Angebot: Android und das eigene System Titan OS. Unter Um-

Bildschirmtechnik

## OLED, QLED, Direct LED – was hinter den Begriffen steckt



**Kryptisch. Angaben zu Fernsehern sind nicht immer selbsterklärend.**

Anbieter preisen ihre TV-Schirme mit allerlei Abkürzungen und Anglizismen an. Einige davon beschreiben klar definierte technische Unterschiede, andere gehören eher ins Reich der Vermarktungspoesie. Wirklich grundlegend ist der Unterschied zwischen OLED (Organic Light Emitting Diode) und LCD (Liquid Crystal Display). Daher unterscheiden wir in der Tabelle („Bildschirmtechnologie“) nur zwischen diesen beiden.

**OLED.** Auf OLED-Schirmen stellt jeder einzelne Bildpunkt eine eigene Lichtquelle dar, die sich auch ausschalten lässt – und auf diese Weise sehr tiefe Schwarzwerte ermöglicht.

**LED.** Bei LCD-Fernsehern färben Filter je Bildpunkt das Licht einer Hintergrundbeleuchtung. Die Helligkeit der Bildpunkte steuern Flüssigkristalle. Zur Beleuch-

tung dienen heutzutage Leuchtdioden (LED), daher der Begriff LED-TV.

**QLED, Quantum Dot.** Eine Variante der LCD-Technik. Sie nutzt statt Farbfiltern winzige Kristallstrukturen, die Quantenpunkte, um die Grundfarben Rot, Grün und Blau in besonders reiner Form zu erzeugen. Richtig angesteuert, kann das die Farbwiedergabe verbessern.

**Direct LED, Full Array, Mini LED.** Bei LCD-Bildschirmen, die mit diesen Begriffen beworben werden, sitzen die LEDs für die Hintergrundbeleuchtung nicht am Rand, sondern sind flächig hinter dem Schirm verteilt und leuchten ihn so gleichmäßiger aus. Sind sie auch noch einzeln oder in Gruppen in ihrer Helligkeit steuerbar (Local Dimming), kann das bei dunklen Bildinhalten den Kontrast verbessern.

ständen kann das kaufentscheidend sein. Besonders wer schon kostenpflichtige Apps für eins der Systeme gekauft hat, wird darum tendenziell wieder ein Gerät mit demselben System bevorzugen.

### Kontozwang bei Amazon Fire und Tizen

Unerfreuliches Detail bei Amazons Fire-TV- und neueren Modellen mit dem Tizen-System von Samsung: Selbst um ihre schon vorinstallierten Smart-TV-Funktionen wie Streaming-Dienste oder Mediatheken nutzen zu können, braucht man ein Nutzerkonto. Für alle, die großen Wert auf den Schutz ihrer Daten legen, könnte das ein Ausschlusskriterium sein, auch wenn Bild, Ton und Ausstattung passen. ■ →

*Text: Michael Wolf; Testleitung: Jenny Braune;  
Produktauswahl: Philipp Dammschneider; Leitung  
Faktencheck: Dr. Claudia Behrens*

## So haben wir getestet

**Im internationalen Gemeinschaftstest** prüfen wir laufend Fernseher. In diesem Heft zeigen wir 18 Geräte, allesamt 55-Zoller der jeweils aktuellsten in unserer Testdatenbank abrufbaren Modellreihen, und zwar von den sechs wichtigsten Anbietern je drei Geräte: das günstigste, das teuerste sowie das Gerät, das preislich am nächsten an der Mitte liegt. Wir kauften die Fernseher zwischen Mai 2023 und Oktober 2024 ein. Die Onlinepreise (ohne Versandkosten) wurden im Februar 2025 durch Geizhals.de erhoben.

**Untersuchungen:** Prüfungen und Darstellung der Testergebnisse wie in unserem Fernseher-Test in Heft 12/23. Eine vollständige Beschreibung unserer Prüfmethode ist unter [test.de/fernseher/methodik](https://test.de/fernseher/methodik) zu finden.

### Abwertungen

Abwertungen sorgen dafür, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Folgende Abwertungen setzten wir ein: Ab der Note Befriedigend (3,1) für den Ton oder Ausreichend für den Stromverbrauch werteten wir das Qualitätsurteil ab. Ab der Note Ausreichend für den täglichen Gebrauch werteten wir die Note für die Handhabung ab. Je schlechter das auslösende Urteil, desto stärker ist der Abwertungseffekt.

Wie sich Modelle einer Serie unterscheiden

## Das Gleiche, nur in größer oder kleiner?

Die 55-Zoller aus unserem Test haben auch Geschwister in anderen Größen. Sie schneiden im Test oft ähnlich ab – aber nicht immer.

55 Zoll passt nicht für Sie? Von den meisten hier gezeigten Geräten gibt es auch Schwestermodelle in anderen Größen, die wir ebenfalls geprüft haben ([test.de/fernseher](https://test.de/fernseher)). Ihre Bezeichnungen unterschieden sich nur in der Größenangabe in Zoll. So gibt es etwa unseren 55-Zoll-Tabellenführer LG OLED55G48LW auch als OLED65G48LW mit 65 Zoll (165 cm) Diagonale. In Sachen Ausstattung sind die Modelle einer Serie in der Regel identisch. Doch inwieweit sind ihre Testergebnisse übertragbar? Ein Blick in unsere Testdatenbank zeigt: Oft liegen die Ergebnisse sehr nah beieinander – aber nicht in allen Prüfungen und nicht bei allen Serien.

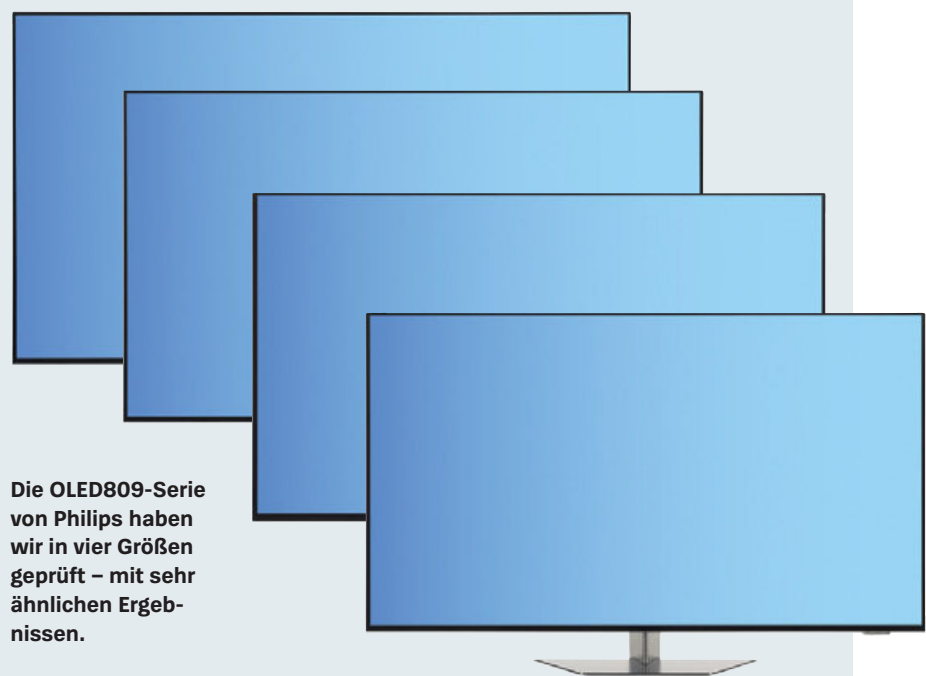
**Bild.** Bei den höherpreisigen Modellen im Test fallen die Noten der geprüften Schwestermodelle für die Bildqualität gleich oder zumindest sehr ähnlich aus. Anders bei den Einstiegsreihen

von Hisense, Philips und Samsung: Hier zeigen verschiedene Modelle einer Serie teils erkennbare Unterschiede. So scheint Samsung in seinem GU50DU7179U und im GU55DU7179U weniger gute Bildschirme zu verbauen als im kleineren GU43DU7179U und im noch größeren GU65DU7179U.

**Ton.** Auch die Tonqualität variiert innerhalb der verschiedenen Serien mal mehr, mal weniger.

**Handhabung.** Hier sind die Noten innerhalb einer Serie meist identisch. Schließlich verwenden sie in der Regel die gleiche Fernbedienung und haben das gleiche Bedienmenü.

**Stromverbrauch.** Größere Modelle einer Serie brauchen in aller Regel mehr Strom als kleinere. Bei der Bewertung des Stromverbrauchs berücksichtigen wir auch die Bildschirmgröße.





LG OLED55G48LW



Samsung GQ55S90DAE



LG OLED55B42LA



Panasonic TV-55Z85AEG



Samsung GQ55QN95DAT



Sony XR-55X90L



Sony KD-55X75WL



Panasonic TV-55W90AEG



LG 55UT73006LA

## 55-Zoll-Fernseher: Viele Gute, zwei mit Top-Bild

Produkt		LG OLED55G48LW <sup>3)</sup>	Samsung GQ55S90DAE	LG OLED55B42LA	Panasonic TV-55Z85AEG	Samsung GQ55QN95DAT	Hisense 55U7NQ	Philips 55OLED759
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)		1 599	1 299	998	1 479	2 069	699	1 035
<b>QUALITÄTSURTEIL</b>	<b>100 %</b>	<b>GUT (1,7)</b>	<b>GUT (1,8)</b>	<b>GUT (1,9)</b>	<b>GUT (2,0)</b>	<b>GUT (2,0)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,2)</b>
<b>Bild</b>	<b>45 %</b>	<b>sehr gut (1,2)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (1,8)</b>
TV-Signal (Kabel, Satellit, Antenne)		++	++	+	++	+	+	++
Videos per HDMI: HD/HD optimiert/UHD optimiert		+ / ++ / ++	+ / ++ / ++	+ / + / +	+ / ++ / ++	+ / + / +	+ / + / +	+ / + / +
Fotos via USB		++	++	++	++	++	++	++
In heller Umgebung/Betrachtungswinkel		++ / ++	+ / +	+ / +	+ / +	++ / ○	○ / +	+ / +
<b>Ton</b>	<b>20 %</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,9)</b>
<b>Handhabung</b>	<b>25 %</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>
Gebrauchsanleitung und Hilfen		+	+	+	○	+	○	○
Installation und Anschlüsse/Täglicher Gebrauch		+ / ++	+ / +	+ / ++	○ / ○	+ / +	+ / ○	○ / ○
Bildschirmmenü/EPG <sup>1)</sup>		○ / ++	+ / ++	○ / ++	○ / +	+ / ++	+ / ○	+ / ○
Bedienen: mit Fernbedienung/am Gerät		+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / +
Aufnahme/Smart-TV und Netzwerk		+ / ○	+ / +	+ / ○	++ / +	+ / +	+ / ○	Entfällt/○
<b>Stromverbrauch</b>	<b>10 %</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (2,6)</b>	<b>befriedigend (3,1)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>
<b>Ausstattung/Technische Merkmale</b>								
Bildschirmtechnologie		OLED	OLED	OLED	OLED	LCD	LCD	OLED
Betriebssystem		webOS 24	Tizen	webOS 24	Fire TV OS	Tizen	VIDAA	Titan OS
Anzahl Empfänger (je für Kabel, Satellit, Antenne)		2	2	1	2	2	1	1
Anzahl der Anschlüsse: HDMI/USB		4/3	4/2	3/2	4/3	4/2	4/2	4/2
Aufnahme über USB/Zeitversetztes Fernsehen		■ / ■	■ / ■	■ / ■	■ / ■	■ / ■	■ / ■	□ / □
Kopfhörer: Klinke/Bluetooth		□ / ■	□ / ■	□ / ■	■ / ■	□ / ■	■ / ■	■ / ■
Leistungsaufnahme Betrieb/Standby (Watt)		67/0,2	69/0,4	59/0,3	75/0,4	57/0,3	52/0,3	62/0,2
Jahresstromverbrauch (kWh) <sup>2)</sup>		100	104	89	113	85	78	92
Breite x Höhe x Tiefe mit Standfuß ca. (cm)		122 x 70 x 3 <sup>4)</sup>	123 x 77 x 27	123 x 77 x 23	122 x 77 x 31	122 x 77 x 24	122 x 78 x 31	123 x 73 x 24
Gewicht mit Standfuß ca. (kg)		18 <sup>4)</sup>	16	13	17	22	15	18
<b>Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:</b> ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). – = Mangelhaft (4,6–5,5).								
<b>Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.</b> *) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 31).								
■ = Ja. □ = Nein.								





Hisense 55U7NQ



Philips 55OLED759



Philips 55OLED809



Sony K-55XR80



Hisense 55E7NQ PRO



Samsung GU55DU7179U



Philips 55PUS7009



Panasonic TB-55W60AEZ



Hisense 55A6N

Philips 55OLED809	Sony K-55XR80	Hisense 55E7NQ PRO	Sony XR-55X90L	Sony KD-55X75WL	Panasonic TV-55W90AEG	LG 55UT73006LA	Samsung GU55DU7179U	Philips 55PUS7009	Panasonic TB-55W60AEZ	Hisense 55A6N
1544	1808	546	1220	728	954	449	514	459	530	408
GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,4)	GUT (2,4)	GUT (2,5)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (3,4)	BEFRIEDIGEND (3,5)	AUSREICHEND (3,6)
gut (1,6)	gut (1,7)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (2,3)	gut (2,0)	gut (2,5)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,1)	gut (2,2)	befriedigend (2,8)
+	++	++	+	+	++	+	+	○	+	+
+ / + + / +	+ / + + / +	+ / + / +	+ / + / + +	+ / + / +	+ / + + / +	+ / + / ○	○ / + / ○	○ / ○ / ○	+ / + / +	○ / + / ⊖
++	+	++	++	++	++	++	++	++	++	+
++ / +	++ / +	○ / ⊖	○ / ○	○ / ○	○ / ⊖	○ / ⊖	⊖ / ⊖	○ / ⊖	⊖ / ○	○ / ○
gut (2,2)	gut (2,2)	gut (2,2)	befriedigend (3,0)	gut (2,5)	gut (2,3)	gut (2,5)	befriedigend (2,8)	ausreichend (3,6)*1)	befriedigend (3,0)	ausreichend (4,4)*1)
befriedigend (2,8)	befriedigend (2,8)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	gut (2,5)	befriedigend (3,3)	gut (2,4)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,9)
+	○	○	○	○	○	+	+	○	○	○
+ / ○	+ / +	+ / ○	+ / +	+ / +	○ / ○	○ / ⊖*1)	+ / +	⊖ / ○	○ / ○	○ / ○
+ / ○	+ / +	+ / ○	+ / +	+ / +	○ / +	○ / + +	○ / + +	+ / ○	+ / ○	+ / ○
+ / +	○ / ⊖	+ / ⊖	○ / ⊖	○ / ⊖	+ / ⊖	○ / ⊖	+ / ⊖	+ / -	+ / ○	+ / ⊖
Entfällt / ○	+ / ⊖	+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ + / +	+ / ○	Entfällt / +	Entfällt / ○	Entfällt / ○	Entfällt / ○
befriedigend (3,0)	befriedigend (3,2)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,4)	ausreichend (3,8)*1)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,5)	ausreichend (3,7)	ausreichend (4,3)*1)	befriedigend (3,0)

OLED	OLED	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD	LCD
Android	Android	VIDAA	Android	Android	Fire TV OS	webOS 24	Tizen	Titan OS	TiVo	VIDAA
1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
4/2	4/2	4/2	4/2	4/2	4/3	3/2	3/1	3/2	3/2	3/2
□ / □	■ / ■	■ / ■	■ / □	■ / □	■ / ■	■ / ■	□ / □	□ / □	□ / □	□ / □
■ / ■	□ / ■	■ / ■	□ / ■	□ / ■	■ / ■	□ / ■	□ / ■	□ / □	■ / ■	■ / ■
72/0,3	77/0,2	70/0,4	66/0,2	84/0,1	96/0,4	69/0,4	87/0,1	92/0,3	101/0,3	73/0,3
107	114	105	97	123	143	104	128	136	150	109
123 x 78 x 23	123 x 78 x 25	122 x 77 x 28	123 x 78 x 35	125 x 79 x 34	123 x 78 x 28	123 x 78 x 29	124 x 77 x 24	123 x 79 x 29	124 x 76 x 24	122 x 77 x 28
20	17	14	14	15	15	11	11	11	11	11

Alle Fernseher haben laut Anbieter eine Bildschirmauflösung von 3840 x 2160 Pixeln (UHD) und besitzen mindestens einen HDMI-Anschluss mit ARC (Audio Return Channel). Alle lassen sich per Lan-Kabel und WLAN-Funk in ein Heimnetzwerk integrieren und mit dem Internet verbinden. Alle außer Philips 55PUS7009 unterstützen dabei auch WLAN-Netze im 5-Gigahertz-Band.

1) Elektronischer Programmführer.  
2) Nutzungsprofil: täglich 4 Stunden in Betrieb und 20 Stunden im Standby.

3) Modell mit Wandhalterung. Laut Anbieter ist eine Variante mit Standfuß erhältlich als OLED55G49LS.  
4) Ohne Standfuß, dieser ist nicht im Lieferumfang enthalten.

Wasserkocher-Test 3/25

## Korrektur

Im Wasserkocher-Test in Heft 3/25 ist uns ein Messfehler unterlaufen. Der Severin WK 3410 benötigt länger als in der Tabelle angegeben, um einen Liter Wasser zu erhitzen: 3 Minuten, 16 Sekunden statt 2 Minuten, 54 Sekunden. Er verbraucht dabei 105 Wattstunden, wir hatten irrtümlich 92 geschrieben. Dadurch verschlechtert sich sein Qualitätsurteil von Note 2,2 auf 2,3. Außerdem haben wir für zwei Bosch-Wasserkocher falsche Typenbezeichnungen veröffentlicht. Korrekt heißen die Modelle: Bosch MyMoment TWK2M163 und Bosch DesignLine TWK3P424.

Gemüse anbauen

## Mulchvlies verhilft zu einer frühen Ernte

Wenn die Temperaturen im Frühjahr noch schwanken und Spätfröste drohen, profitieren wärmeliebende Fruchtgemüse wie Paprika, Aubergine und Gurke von einer schützenden Unterlage aus dunklem Mulchvlies. Es speichert die Sonnenwärme und gibt sie an die Pflanzen ab. Das beschleunigt ihr Wachstum. Das Vlies besteht aus Kunststoff-, Pflanzenfaser oder Wolle, mildert leichte Nachtfröste ab und ermöglicht so auch eine frühere Pflanzung. Zudem hemmt es das Unkrautwachstum, reduziert die Verdunstung und hält den Boden länger feucht.

So gehen Gärtnerinnen und Gärtner vor: Das Vlies auf den gelockerten Boden legen und mit Erdkern oder Steinen fixieren. Mit einem scharfen Messer oder einer Schere kreuzförmige Ausschnitte für die Setzlinge ins Vlies schneiden. Jetzt nur noch die Pflanzlöcher ausheben und die Pflänzchen einsetzen. Durch die Schlitzte lassen sie sich bei Bedarf gießen und düngen.



Kälteempfindlich. Mit schützendem Vlies darf Paprika früher ins Beet.



Mehr Gartentipps. Das große Gemüse- und Obstgartenbuch, 336 Seiten, 29,90 Euro.



Statt Chemie. Dampfreiniger säubern nur mit heißem Wasser.

Dampfreiniger im Test

## Kärcher dampft am besten


Schluss mit Scheuern und Schrubben? Dampfreiniger versprechen saubere Fußböden ohne Kraftaufwand und Reinigungsmittel. Ob das klappt, haben unsere belgischen Kollegen von Test-Achats geprüft. Die 16 Stiel-Modelle sind mit einem Wassertank ausgestattet und erzeugen heißen Dampf. Der soll den Schmutz lösen, den dann ein waschbares Mikrofasertuch aufnimmt. Die meisten Geräte enttäuschten. Viele hatten Probleme mit angetrocknetem Schmutz. Nur der Kärcher SC 2 Upright 1.513-500.0 schnitt gut ab. Das Modell ist in Deutschland ab rund 110 Euro erhältlich. Es reinigte gründlich, ohne Schlieren, und erwies sich im Dauertest als langlebig. Geeignet ist es für Fliesen, versiegelte Holz- und Laminatböden. Die Dampfmenge lässt sich anpassen. Allerdings ist sein Netzkabel recht kurz (5 m). Ein Teppichaufsatz ist als Zubehör erhältlich. Das Gerät benötigt regelmäßig eine neue Entkalkerkartusche. Sie kostet bei Kärcher rund 19 Euro.

Foto: Windhager Home & Garden / Sebastian Mayrhofer, Kärcher



# Neue Top-Staubsauger

**Stark:** Drei von fünf neuen Geräten gehören zu den besten, die unser aktuelles Prüfprogramm bisher durchlaufen haben.

 5 neue Staubsauger im Test

Unsere Testergebnis-Datenbank ist um fünf Kabel-Staubsauger reicher. Gleich vier davon sind gut. Der Severin BC 7052 mit Beutel und die beutellosen Sauger Bosch BGC41XFMLY und Miele Boost CX1 Allergy zählen mit Qualitätsurteil Gut (2,1) nach unserem aktuellen Prüfprogramm sogar zu den Besten. Der Severin für 157 Euro ist der aktuell Günstigste an der Tabellenspitze.

**Viermal stark, leise, stromsparend.** Die drei Spitzenreiter saugen gut. Sie sind auf Teppich leise, auf Hartboden nicht besonders laut und verbrauchen wenig Strom. Der vierte Gute, der Siemens VSZ7XTRM, ist auch auf Hartboden leise. Insgesamt verfehlt der Beutelsauger die Spitze knapp. Tierhaare holt er nur ausreichend und Staub befriedigend vom Teppichboden. Das können die drei Besten befriedigend (Tierhaar) und gut (Staub).

**Schwachstellen des günstigen Grundig.** Der neue Grundig-Beutelsauger VCC 4150 L für 99 Euro ist insgesamt nur befriedigend. Er schwächelt vor allem beim Teppich-Saugen, wo er Tierhaare und Fasern nur mangelhaft aufnimmt. Auf Hartboden hingegen lässt er kaum Staub zurück, und er reinigt auch zuverlässig Ritzen, Ecken und Kanten.

**Tolle Filterwirkung.** Vier der fünf neuen Sauger halten den aufgesaugten Staub sehr gut zurück, darunter der günstige Grundig. Der Bosch ist in diesem Punkt gut.

**Tipp:** Hausstauballergikern raten wir zu Saugern mit Beuteln. Es sei denn, andere übernehmen das Ausleeren der Box.




**Severin BC 7052**  
„Home & Car“  
157 Euro  
**GUT (2,1)**

**Bosch BGC41XFMLY**  
301 Euro Euro  
**GUT (2,1)**

**Miele Boost CX1 Allergy**  
290 Euro  
**GUT (2,1)**

## Vier von fünf neuen Bodensaugern sind gut

Produkt	Mittlerer Online- preis ca. (Euro)	Saugen	Handhabung	Umwelt- eigenschaften	Haltbarkeit	Sicherheit	Schadstoffe	 QUALITÄTS- URTEIL
		45 %	30 %	15 %	10 %	0 %	0 %	
Bodenstaubsauger mit Beutel								
Severin BC 7052 „Home & Car“	157	+	○	+	++	++	+	GUT (2,1)
Siemens VSZ7XTRM	280	+*)	+	++	++	++	++	GUT (2,2)
Grundig VCC 4150 L	99	○*)	○	○	++	++	+	BEFRIED. (2,7)
Bodenstaubsauger ohne Beutel								
Bosch BGC41XFMLY	301	+	○	+	++	++	○	GUT (2,1)
Miele Boost CX1 Allergy	290	+	○	+	++	++	++	GUT (2,1)

**Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:** ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5).  
⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). – = Mangelhaft (4,6–5,5). Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.  
\*) Führt zur Abwertung. Testergebnisse zuerst veröffentlicht auf test.de am 29.01.2025.





## Akku-Rasenmäher

Mobil wie Benziner, aber leiser und abgasfrei. Umkurven Bäume mühelos. Die Akku-Laufzeit sollte zur Gartengröße passen. Die besten Gesamtergebnisse erzielte der Stihl RMA 239.1 C.

# Guter Schnitt ist schwer

**Rasenmäher** Nur 5 von 13 elektrischen Grasstutzern sind gut, darunter vier mit Akku. Einige haben Mühe mit hohem, trockenem oder feuchtem Gras, sie mähen schlampig. Zwei fallen durch.

**R**asenmähen kann Spaß machen – wenn der Mäher brummt, das Gras sauber geschnitten wird und der Fangkorb sich wie von selbst füllt. Mit den beiden oben abgebildeten Modellen kann das klappen. Doch leider sieht die Realität oft anders aus: Manch ein Mäher hinterlässt fransigen Rasen oder eine Spur aus abgemähten Halmen, weil sich der Fangkorb nicht richtig füllt. Wer das falsche Modell kauft, wird sich richtig ärgern – und manchmal vielleicht sogar weh tun.

Von den fünf Kabel-Rasenmähern und acht Akku-Geräten aus unserem Test sind zwei ausreichend, zwei sogar mangelhaft. Fünfmal vergaben wir das Qualitätsurteil Gut, darunter ist mit dem Gardena Power-

Max 1800/37 G2 nur ein Kabel-Rasenmäher. Bester von vier guten Akku-Mähern und zugleich Testsieger ist der Stihl RMA 239.1 C.

### Einige schneiden ungleichmäßig

Im Test fanden wir aber auch vieles, was Gartenbesitzern das Leben schwer macht. Vier geprüfte Geräte sind in der Alltags-Disziplin „Trockener Rasen“ nur ausreichend oder mangelhaft. Mehrfach entdeckten unsere Tester nach dem Mähen fransige Spitzen. Für den Kabelmäher Wolf-Garten S 3800 E notierten sie: „Sehr stark ausgefranzte Halme, sehr viel Schnittgutreste auf dem Rasen, viele Halme ungeschnitten.“ Auch mit hohem Rasen hatten einige Geräte Probleme. Wer nach einem Urlaub das üppige





## Kabel- Rasenmäher

Meist günstiger als die akku-  
betriebene Konkurrenz.  
Einsetzbar, so weit das Kabel  
reicht. Zwei Mäher schwä-  
cheln im Haltbarkeitstest. Gut  
in der Gruppe ist nur Gardena  
PowerMax 1800/37 G2.

Grün kürzt, ist bald wieder erholungsreif: Der Worx lässt sich bei hohem Rasen nur langsam schieben, weil der Mäher sonst wegen Überlastung abschaltet. Bei zu langsamer Fahrt wechselt der Motor aber in die niedrigere Geschwindigkeitsstufe und geht ebenfalls aus.

### Zwei Mäher schwächeln im Dauertest

Die Urteile für die Hauptfunktion Mähen sind oft überraschend schlecht. Wer einen Rasenmäher sucht, der sowohl trockenen als auch hohen Rasen gut schneidet, findet im Testfeld immerhin zwei Modelle mit Kabel. Leider schwächeln beide im Dauertest. In dieser recht harten Prüfung wollen wir herausfinden, wie lange die Mäher halten

und simulieren 300 Einsätze auf einer Fläche von jeweils 500 Quadratmetern. Das ist eine Menge Gras: Bei 30 Mäh-Einsätzen pro Jahr entspricht das etwa 10 Jahren Laufzeit in einem ziemlich großen Garten. Die geprüften Motoren des Bosch Universal Rotak 550 und des Al-Ko 38.2 E comfort schafften nicht den ganzen Dauertest.

### Manche Fangkörbe verstopfen schnell

Auch der Fangkorb macht bei einigen Geräten Probleme. Das Kabelmodell von Al-Ko pustet ihn als einziger mit trockenem Rasen komplett voll. Doch bei der Konkurrenz von Worx (Akku) und Wolf-Garten (Kabel) verstopfte der Auswurf schon bei einem Füllvolumen von etwas mehr als einem →

## Unser Rat

**Testsieger:** Der Akku-Rasenmäher Stihl RMA 239.1 C für 435 Euro zeigte im Test die besten Leistungen. Der einzige gute Kabel-Rasenmäher ist der Gardena PowerMax 1800/37 G2 (190 Euro).

**Preistipp:** Wer mit Kabel klarkommt, fährt mit dem Gardena PowerMax am besten. Günstigster guter Akku-Mäher: der Einhell GP-CM 36/450 (350 Euro).

**Umwelttipp:** Die guten Akku-Rasenmäher von Bosch, Einhell und Gardena sind sehr gut reparierbar.

**Gut gemäht. Die Halme sind gleichmäßig und sauber abgeschnitten. Es gibt keine Grasreste.**



→ Drittel der Kapazität. So konnten wir mit dem Worx WG779E.1 im Durchschnitt nur etwa 15 Quadratmeter trockenen Rasen störungsfrei mähen. Wer einen Garten mit 500 Quadratmeter Rasen hat, muss unter Umständen 30-mal den Fangkorb abnehmen und den Auswurf entstopfen.

Manch ein Mäher kann sogar wehtun. Wer beim Al-Ko die Schnitthöhe verstellen will, kann sich die Finger klemmen. Al-Ko und Worx sollte man nur mit beiden Händen anheben. Fehlt der Fangkorb beim Tragen als Gegengewicht, kippen sie nach vorn

– und wenn man Pech hat, schlägt einem der Holm gegen den Kopf.

#### **Uneinheitliche Reichweitenangaben**

Einige Eigenheiten sind systembedingt. Bei Rasenmähern mit Kabel ist die Lage klar: Reichweite wie Kabellänge, bitte nicht darüberfahren. Bei Akku-Modellen wird es komplexer. Wer einen 500-Quadratmeter-Rasen hat, wird sich nach einem Mäher umsehen, der diese Fläche ohne Akkuwechsel schafft. Die Anbieter geben Hinweise, für welche Rasengrößen sich ihre Modelle eignen.

Die meisten schaffen im Test zwischen etwas mehr als 400 und knapp 600 Quadratmetern – was aber nicht immer mit den Anbieterangaben übereinstimmt. So weist Makita für seinen Mäher 780 m<sup>2</sup> aus, wir kommen aber nur auf (immer noch ordentliche) 590 m<sup>2</sup>. Beim Stihl ist es umgekehrt: Angegeben werden 250 m<sup>2</sup>, im Test schafft er aber mit 590 m<sup>2</sup> mehr als doppelt so viel. Da die von den Anbietern empfohlenen Flächen der geprüften Geräte sehr unterschiedlich sind, haben wir auf eine Bewertung der Akkureichweite verzichtet. Neben der Akku-

## **So haben wir getestet**

**Im Test:** 13 marktbedeutende Rasenmäher mit Schnittbreiten von 34 bis 40 Zentimeter ohne Radantrieb, davon 8 mit Akku. Einkauf April und Mai 2024. Preise der Geräte ermittelten wir im Februar 2025 online, für Zubehör per Anbieterbefragung im Januar 2025.

**Untersuchungen:** Alle Details zur Prüfmethode unter [test.de/rasenmaeher/methodik](https://test.de/rasenmaeher/methodik).

#### **Mähen: 45 %**

Drei Experten mähten **trockenen, feuchten** und etwa 14 Zentimeter **hohen Rasen**. Wir bewerteten zum Beispiel Flächenleistung pro Stunde, Schnittgüte, bei trockenem Rasen zusätzlich das Gesamtbild. Außerdem bewerteten wir, wie der **Grasfangkorb** sich füllt und ob er verstopft. Die Funktion **Mulchen** prüften wir mit dem beiliegenden Zubehör.

#### **Handhabung: 30 %**

Ein Experte bewertete die **Gebrauchs-**

**anleitung**, drei Experten bewerteten die **Montage**. Drei Hobbygärtner beurteilten, wie gut sich der Mäher **einstellen** ließ und ob eine Höhenverstellung des Holmes möglich war. Beim Prüfpunkt **Fahren und Mähen** bewerteten sie zum Beispiel Fahr- und Wendeverhalten, Vibrationen und wie gut der eingestellte Schnittbereich zu erkennen war. Sie beurteilten, wie gut sich der **Grasfangkorb** entnehmen, ausleeren und einsetzen ließ. Zudem prüften sie, ob das **Mähen in Schräglage** klappte, wie gut sich der Mäher **reinigen** und wie leicht sich der **Akku** herausnehmen und wieder einsetzen ließ. Wir ermittelten die Ladezeit per mitgeliefertem Ladegerät. Gab es zwei Akkus, luden wir beide – je nach Ladegerät gleichzeitig oder nacheinander.

#### **Haltbarkeit: 10 %**

Prüfung im Dauerbetrieb, in dem wir 300 Mähdurchgänge von je 500 Quadratmetern

Fläche simulierten. Die Haltbarkeit von Holm und Rädern prüften wir über 100 Stunden auf einem Rüttelrost.

#### **Sicherheit: 10 %**

Wir prüften die mechanische und elektrische Sicherheit von Mäher, Akku und Ladegerät. Um herauszufinden, wie sicher die Akkus sind, lösten wir einen Kurzschluss aus, machten einen Falltest, prüften den inneren Zellenaufbau und ermittelten, wie der Akku auf ein Überladen reagiert.

#### **Gesundheit und Umwelt: 5 %**

**Geräusch:** Wir ermittelten den Schallleistungspegel. Drei Experten bewerteten das Mähgeräusch anhand einer aufgezeichneten Tonspur. **Reparierbarkeit:** Unsere Prüfer recherchierten Ersatzteile und prüften, wie schnell und leicht sich diese austauschen ließen. **Schadstoffe:** Wir bestimmten den





**Schlecht gemäht. Die Halme sind unterschiedlich lang und fransen an der Schnittstelle stark aus.**

reichweite – welche Fläche schaffe ich mit einer Ladung? – ist auch die Ladezeit wichtig.

#### Ladezeiten von 45 bis 185 Minuten

Bei den von uns gekauften Sets war sie sehr unterschiedlich: Während das Makita-Ladegerät den Akku in nur 45 Minuten lädt, dauert es beim Gardena PowerMax 37/36V geschlagene 185 Minuten, bis seine beiden Akkus nacheinander geladen sind. Stihl hat nur einen Akku, der aber mit dem beliebigen Ladegerät mehr als 160 Minuten braucht. Mit stärkeren Ladegeräten oder


Zusatzakkus lassen sich Ladezeit und Reichweite verbessern, allerdings auch zu entsprechenden Kosten. Ein Ersatzakku für den Makita-Mäher kostet 178 Euro. Viel Geld für ein bisschen mehr Mäh-Spaß. ■ →

*Text: Henning Withöft; Testleitung: Dr. Florian Ostermann; Produktauswahl: Thomas Grund; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens*

**Mehr Mäher.** Was selbstfahrende Geräte leisten, steht unter [test.de/rasenroboter](https://test.de/rasenroboter).

### Gut und noch erhältlich

Zwei gute Akku-Sichelmäher aus dem letzten Test (4/23) sind noch zu haben. Den Noten liegt ein anderes Prüfprogramm zugrunde.

Produkt	Mittlerer Online-Preis ca. (Euro) <sup>1)</sup>	 <b>QUALITÄTSURTEIL</b>
<b>Stiga</b> Combi 340e Kit	379	<b>GUT (2,3)</b>
<b>Husqvarna</b> LC 137i	402	<b>GUT (2,5)</b>

**Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:** Gut (1,6–2,5).  
1) Preis für das Set mit Akku und Ladegerät.

Gehalt an polyzyklischen aromatischen Kohlenwasserstoffen und Phthalat-Weichmachern an Griffen und Schaltern.

#### Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. War die Note im Prüfpunkt Mähen befriedigend oder schlechter, werteten wir das Qualitätsurteil ab. Desgleichen ab ausreichender Haltbarkeit. Ließ sich trockener Rasen nur ausreichend oder schlechter mähen, werteten wir das Urteil Mähen ab. War die Handhabung des Akkus ausreichend, werteten wir die Handhabung ab. Je schlechter die Urteile ausfallen, desto stärker ist der jeweilige Abwertungseffekt.

Waren Mähen oder Haltbarkeit mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Das Urteil Gesundheit und Umwelt konnte nicht besser als die Schadstoffnote sein.



**Rasenschach.** Die Mäh-Parzellen werden im Test häufiger gewechselt.

## Akku-Rasenmäher



Stihl



Bosch



Einhell



Gardena



Makita



Husqvarna



Stiga

## Rasenmäher: Einige haben ein Problem mit trockenem Rasen

		Akku-Rasenmäher				
Produkt		Stihl RMA 239.1 C Set	Bosch AdvancedRotak 36V-40-650	Einhell Professional GP-CM 36/450	Gardena PowerMax 37/ 36V P4A	Makita LM003GM102 Set
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro) <sup>1)</sup>		435	469	350	374	431
Preis für Ersatzakku ca. (Euro)		139	139	46	100	178
<b>QUALITÄTSURTEIL</b>	<b>100 %</b>	<b>GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,0)</b>
<b>Mähen</b>	<b>45 %</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (2,6)*</b>	<b>befriedigend (2,7)*</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (3,2)*</b>
Trockener/feuchter/hoher Rasen		+ / O / O	+ / O / O	O / O / O	+ / O / O	O / O / O
Grasfangkorb/Mulchen		+ / Entfällt	O / Entfällt	+ / O	+ / Entfällt	O / O
<b>Handhabung</b>	<b>30 %</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>gut (2,3)</b>
Gebrauchsanleitung/Montage/Einstellen		++ / O / +	+ / ++ / +	+ / + / +	++ / + / +	O / + / +
Akku-Handhabung		O	O	O	⊖*)	+
Fahren und Mähen/in Schräglage		+ / +	O / O	+ / +	O / +	O / +
Reinigen/Grasfangkorb		+ / +	O / O	+ / +	O / +	+ / +
<b>Haltbarkeit</b>	<b>10 %</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,2)</b>	<b>sehr gut (1,2)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>
<b>Sicherheit</b>	<b>10 %</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (2,5)</b>
<b>Gesundheit und Umwelt</b>	<b>5 %</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (3,1)</b>
Geräusch/Reparierbarkeit		O / +	+ / ++	O / ++	O / ++	⊖ / +
Schadstoffe		++	++	+	+	+
<b>Ausstattung/Technische Merkmale</b>						
Empfohlen für Fläche laut Anbieter (m <sup>2</sup> )		250	500	450	350	780
Ermittelte Fläche je Akku-Ladung bei trockenem Rasen ca. (m <sup>2</sup> ) <sup>2)</sup>		590	410	480	440	590
Schnittbreite (cm)/Schnitthöhe (mm)		37/37–76	40/24–78	38/27–77	37/37–68	38/28–77
Gewicht ca. (kg)/Volumen Graskorb (Liter) <sup>3)4)</sup>		16/40	16/50	15/45	16/45	17/40
Mulchfunktion/Graskorb mit Füllanzeige/ Höhenverstellbarer Schiebe-Holm (cm)		□ / ■ / 10	□ / ■ / 5	■ / ■ / 5	□ / ■ / 18	■ / ■ / 4
Preis für Ersatzmesser ca. (Euro) <sup>4)</sup>		34,00	17,79	21,95	28,49	18,90
Motorleistung (W) <sup>4)</sup>		900	Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe
Schalleistung ca. (dB(A))		88	86	88	90	92
Bezeichnung Akku/Systemakku		AK 20 / ■	GBA 36V 4.0Ah H-C / ■	45.113.99 / ■	PBA 18V 4.0Ah W-C / ■	BL4040 / ■
Bezeichnung Ladegerät		AL 101	AL 36V-20	Twincharger 3.0 A	AL 1830 CV	DC40RA
Gleichzeitig ladende Akkus/Ladezeit ca. (min) <sup>5)</sup>		1/163	1/121	2/91	1/185	1/45
Anzahl Akkus im Mäher		1	1	2	2	1
Akku-Nennspannung (V)/-Kapazität (Ah) <sup>4)</sup> / Errechneter Energieinhalt (Wh)		36/4/144	36/4/144	18/4/144	18/4/144	36/4/144

### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).

O = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).

– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

### \*) Führt zur Abwertung

(siehe „So haben wir getestet“ auf S. 38).

■ = Ja. □ = Nein. ▣ = Optional.

### 1) Preis für das Set mit Akku und Ladegerät.

2) Um die Reichweite einer Akkuladung zu ermitteln, bestimmten wir den Stromverbrauch des Mähers und die Dauer beim Mähen einer Testfläche. Auf Basis dieser Messwerte ließen wir den Mäher auf dem Prüfstand laufen, bis sein Akku leer war. Daraus errechneten wir die Reichweite einer Akkuladung.

**Kabel-Rasenmäher****Worx****Gardena****Al-Ko****Stiga****Wolf-Garten****Bosch**

			<b>Kabel-Rasenmäher</b>				
Husqvarna Aspire LC34-P4A Set	Stiga Collector 140e Kit	Worx WG779E.1	Gardena PowerMax 1800/37 G2	Al-Ko 38.2 E comfort <sup>6)</sup>	Stiga Combi 340c	Wolf-Garten S 3800 E <sup>8)</sup>	Bosch UniversalRotak 550 (0600889105) <sup>9)</sup>
<b>387</b>	<b>289</b>	<b>230</b>	<b>190</b>	<b>170</b>	<b>200</b>	<b>113</b>	<b>256</b>
109	79	90	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt
<b>BEFRIEDIGEND (3,3)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,5)</b>	<b>AUSREICHEND (4,2)</b>	<b>GUT (2,4)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,0)</b>	<b>AUSREICHEND (3,6)</b>	<b>MANGELHAFT (4,9)</b>	<b>MANGELHAFT (5,4)</b>
<b>ausreichend (3,6)*)</b>	<b>ausreichend (3,6)*)</b>	<b>ausreichend (4,4)*)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>ausreichend (3,7)*)</b>	<b>mangelhaft (4,9)*)</b>	<b>gut (2,4)</b>
○/○/○	○/○/○	○/-/-	+/○/○	+/+/+	○*)/○/○	-/-/-	+/○/+
○/○	○/Entfällt	○/Entfällt	+/Entfällt	+/○	○/○	-/Entfällt	+/○
<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>
○/++/+	○/++/+	+/○/○	+/+/+	+/○/○	○/○/○	+/○/○	+/+/+
○	○	○	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt
+/+	○/+	○/○	+/+	+/○	○/○	○/+	○/+
○/+	+/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○
<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>ausreichend (4,0)*<sup>7)</sup></b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>mangelhaft (5,4)*<sup>7)</sup>9)</b>
<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>
<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (3,4)</b>	<b>ausreichend (3,6)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>
+ / + +	○ / +	○ / ○	○ / +	- / +	○ / + +	○ / + +	○ / + +
+*)	+	+	+	+	+	+	+
Keine Angabe	350	460	500	500	Keine Angabe	400	550
290	480	360	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt	Entfällt
34/31-64	38/25-72	34/29-72	37/35-64	37/20-71	38/27-73	37/20-59	37/24-65
14/30	13/40	13/30	15/45	16/45	13/Entfällt	10/40	13/40
■/□/20	□/□/3	□/■/2	□/■/18	■/■/11	■/□/2	□/□/Entfällt	□/■/4
22,68	16,00	16,99	28,49	35,00	16,00	Keine Angabe	17,79
Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe	1800	1600	1600	1400	1300
80	88	88	92	93	93	88	91
P4A 18-B72/■	BT 20 Li 4.0 S/■	WA3553/■	Trifft auf diese Mäher nicht zu, da sie keinen Akku haben.				
P4A 18-C70	CGD 20 Li	WA3883					
1/92	2/123	2/129					
1	2	2					
18/4/72	18/4/144	18/4/144					

3) Gesamtgewicht mit Fangkorb und Akkus.

4) Laut Anbieter.

5) Gesamtladezeit, gegebenenfalls für zwei Akkus.

6) Laut Anbieter Konstruktion inzwischen geändert.

7) Motor hielt nicht die gesamte Dauerprüfung.

8) Laut Anbieter Auslaufmodell.

9) Schäden in der Rüttelprüfung.



# Diese Kisten können Beziehungen retten

**Geschirrspüler** Ob Einbau- oder Standgerät: Gute Spülmaschinen gibt es in jeder Bauform. 10 von 16 Geschirrspülern im Test sind gut. Manche spülen aber nicht immer gründlich – und einer rostet sogar.



Glas klar? Leider spülten nicht alle Maschinen im Test blitzblank.

**K**aum eine Tätigkeit im Haushalt weckt so viele Gefühle wie der Abwasch: Wer hat schon wieder das dreckige Geschirr in der Spüle gestapelt? Wer ist dran mit Abwaschen, und kann bitte mal jemand das Abtrocknen übernehmen?

Eine Spülmaschine kann solche Konflikte im besten Fall lösen. Wer sich eine zulegt, will nie mehr von Hand abwaschen und kann sich neuen, harmloseren Spül-Streitthemen widmen: Muss das Geschirr vorgespült werden (muss es nicht), ist Spülen von Hand nicht ökologischer (nein), wer räumt die Maschine besser ein (immer ich)? Wichtig ist dann nur eine intakte Beziehung zum Geschirrspüler selbst – nicht dass er irgendwann nur noch schmutzige Gläser ausspuckt oder die Küche flutet.

Von den 16 Spülmaschinen in unserem Test lassen zumindest 10 auf Harmonie im Haushalt hoffen: Sie haben insgesamt gut

abgeschnitten. Geprüft haben wir acht vollintegrierte Geräte, die optisch ganz mit der Einbauküche verschmelzen, fünf teilintegrierte mit sichtbarer Bedienblende vorn sowie drei freistehende.

#### Gute in der Überzahl

Bei allen drei Bauarten fanden wir gute Maschinen. Die Testsieger kommen von Siemens und Bosch, auch von Miele und Neff gibt es gute Spüler (siehe Tabelle auf S. 46).

Richtige Schnäppchen sind nicht darunter: Die Siemens-Geräte kosten um die 1100 Euro, und die günstigste gute – das teilintegrierte Modell von Bosch – auch noch fast 800 Euro. Im letzten Test vom August 2024 waren noch drei gute Geräte für unter 700 Euro dabei: die Bosch-Modelle SMV4EAX23E und SMI4EAS23E sowie die Constructa CG6VX01EBD.

#### Kauf + Betrieb = Gesamtkosten

Der Kaufpreis macht nur einen Teil der Kosten aus – es kommen immer noch die Betriebskosten dazu. Denn bei jedem Durchgang verbrauchen Geschirrspüler Wasser und Strom. Die geprüften Geräte sind zwar verhältnismäßig sparsam: Das EU-Energie-label bescheinigt ihnen allen die Effizienzklasse A oder B. Das Label tut aber so, als liefen die Spülmaschinen immer nur im verbrauchsarmen Eco-Programm. Das ist nicht besonders lebensnah.

Wir rechnen deshalb mit einem Nutzungsszenario, in dem die Geschirrspüler auch mal ihr Automatik- oder Kurzprogramm abspulen. Mit diesem Mix läppern sich die Betriebskosten nach zehn Jahren auf 1168 bis 1368 Euro. Damit übertreffen sie fast immer den Kaufpreis – außer bei zwei Miele-Geräten, die schon in der Anschaffung eher teuer sind. →



Einräumtipps

### Ist der Geschirrspüler richtig geladen?

**Dreck.** Vorspülen ist nicht nötig. Grobe Essensreste lassen sich vorab in den Mülleimer kratzen. Den Rest schafft die Maschine schon.

**Gedeck.** Eng einräumen und nicht stapeln – dann kommt die Lauge überall hin. Die Geschirrspüler in diesem Test bekommen bis zu 15 Maßgedecke sauber (siehe Tabelle oder Energielabel). Ein Maßgedeck besteht aus drei unterschiedlich großen Tellern und Löffeln sowie je einer Gabel, einem Messer, einem Glas und einer Tasse samt Untertasse. Je nach Anzahl der Gedecke kommen unter anderem noch Schüsseln und Töpfe dazu.

**Bleibt besser weg.** Messer aus Carbonstahl rosten schnell, Besteck und Geschirr aus Aluminium verfärbt sich, und Schneidebretter aus Holz sowie Holzbesteck wie Kochlöffel quellen auf.

## Unser Rat

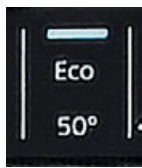
**Testsieger:** Die besten Einbau-Geschirrspüler kommen von Siemens, das beste Standgerät von Bosch.

**Preistipp:** Die guten Einbaugeräte von Bosch rechnen sich nach zehn Jahren Nutzung noch am ehesten – sie verbrauchen zwar mehr als etwa die Siemens-Spüler, kosten aber weniger.

**Umwelttipp:** Das Eco-Programm reinigt bei wenig Verbrauch meist am besten. Bei Spülmaschinen in der EU muss das Ecoprogramm voreingestellt sein.



## Typische Programme auf der Bedienblende



**Eco**  
Es muss vor-  
eingestellt sein  
und dauert oft  
vier Stunden.



**Automatik**  
Soll sich an die  
Schmutz- und  
Geschirrmenge  
anpassen.



**Kurz**  
Wenn es mal  
schnell gehen  
muss, etwa bei  
einer Party.



**Intensiv**  
Soll mit heißem  
Wasser auch  
verkrustete Töpfe  
sauber machen.



**Leiser Modus**  
Etwa für den Be-  
trieb über Nacht,  
oft mit weniger  
Wasserdruck.



**Maschinenpflege**  
Selbstreinigung  
der leeren  
Maschine, wird bis  
zu 75 Grad heiß.

→ Die Betriebskosten lassen sich aber senken, mit dem Eco-Programm und möglichst voller Beladung. Stromkosten spart, wer Strom selbst erzeugt, etwa über eine PV-Anlage. Mit Solarthermie lohnt sich der Anschluss an die Warmwasserleitung.

### Rost und ein Spinatsumpf

Neben den zehn guten Geschirrspülern sind drei befriedigende und drei ausreichende im Testfeld. Sie können die Harmonie in der Küche ganz unterschiedlich

trüben: Die ausreichenden AEG-Geräte hinterließen im Eco-Programm beim Trocknen viele Wasserflecken auf dem Geschirr. Der Amica-Spüler – ebenfalls ausreichend – begann nach wenigen Wochen zu rosten.

Die befriedigenden Einbau-Geschirrspüler von Bauknecht und Beko glänzten weder im sparsamen Eco- noch im flotten Kurzprogramm – und auch nicht im Automatikprogramm, das unter anderem Wasser- und Stromverbrauch an die Schmutz- und Geschirrmenge anpassen soll.

Das insgesamt befriedigende Standgerät von Bauknecht stieg bei extra viel Schmutz im Automatikprogramm aus und hinterließ einen Spinatsumpf.

### Hegen und pflegen

Mit etwas Pflege hält die Maschine länger und muss nicht teuer repariert werden. Abnehmbare Sprüharme und Siebe regelmäßig per Hand abwaschen, um unangenehme Gerüche oder eine Verstopfung zu vermeiden. Der Maschine

## So haben wir getestet

**Im Test:** Acht voll- und fünf teilintegrierbare sowie drei freistehende Geschirrspüler, jeweils 60 Zentimeter breit und mit Energieeffizienzklasse A oder B. Wir wählten möglichst aktuelle Modelle marktbedeuten- der Anbieter aus. Laut Anbieter sind die voll- und teilintegrierten Geräte bis auf die Bedienblende gleich. Wir übertrugen daher die Ergebnisse der Voll- auf die Teilintegrierten.

Nur Programmwahl, -abstufung und -gestaltung sowie Integrierbarkeit prüften wir separat. Wir kauften die Geräte von Mai bis Juni 2024 ein. Die Onlinepreise ohne Versandkosten erhob Geizhals.de im Februar 2025.

**Untersuchungen:** Alle Details stehen online unter [test.de/geschirrspueler/methodik](https://test.de/geschirrspueler/methodik).

### Sparprogramm (Eco): 20 %

Im Sparprogramm prüften wir **Reinigen** und **Trocknen** mit normal verschmutztem Geschirr, bewerteten die **Dauer** sowie den **Strom-** und **Wasserverbrauch**.

### Automatikprogramm: 20 %

Wir prüften **Reinigen** und **Trocknen** mit normal und stark verschmutztem Geschirr. Wir bewerteten **Programmdauer**, **Strom-** und **Wasserverbrauch**. Zudem prüften wir die **Anpassung** des Programms **an unterschiedliche Verschmutzung und Geschirrmenge**.

**Verstopft. Automatikprogramme sollen auch viel Schmutz bewältigen.**  
**Das Bauknecht-Standgerät stieg da aus.**

### Kurzprogramm: 20 %

Im zeitverkürzten Programm prüften wir, wie gut sich normal verschmutztes Geschirr **reinigen** und **trocknen** ließ, und bewerteten **Dauer** sowie **Strom-** und **Wasserverbrauch**.

### Handhabung: 20 %

Für den Punkt **täglicher Gebrauch** beurteilten fünf regelmäßige Nutzerinnen und Nutzer unter anderem, ob die Programmwahl leicht und verständlich war, ob sich Reiniger, Salz und Klarspüler gut einfüllen ließen und wie gut sich die Körbe nutzen ließen. Zudem beurteilte eine Expertin unter anderem die **Gebrauchsanleitung** und bei Einbaugeräten die **Integrierbarkeit**.

### Sicherheit und Verarbeitung: 10 %

Unter **mechanische Sicherheit** prüften wir, wie gut der Schutz vor Verletzungen war. Bei der **Verarbeitung** bewerteten wir unter anderem, ob Oberflächen rosteten oder Körbe in Führungsschienen wackelten. Wir prüften den **Schutz vor Wasserschaden**, etwa die Fehleranzeige.

### Geräusch: 10 %

Wir ermittelten die Schallleistung im Neu-





gelegentlich einen Spülgang bei 65 bis 75 Grad Celsius gönnen – im Intensiv- oder Maschinenpflegeprogramm. Und: Nach dem Nachfüllen von Enthärter Salz gleich starten, damit das Salz nicht das Metallgehäuse des Geschirrspülers angreift. ■ →

Text: Daniel Kastner; Wissenschaftliche Leitung: Dr. Axel Neisser; Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

**Gutes in die Maschine.** Die besten Geschirrspültabs unter [test.de/monotabs](https://test.de/monotabs).

zustand mit Geschirr, das wie in den getesteten Programmen zusammengesetzt war, sowie mit standardisiertem Schmutz.

#### Abwertungen

Abwertungen führen dazu, dass sich Mängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Folgende mit \*) markierte Abwertungen setzten wir ein: Ab Ausreichend (3,6) im Spar- oder Automatikprogramm werteten wir das Qualitätsurteil ab. Ab Ausreichend für Trocknen im Sparprogramm werteten wir das Urteil für das Sparprogramm ab. Ab Ausreichend für Reinigen, Trocknen, Wasser- oder Stromverbrauch im Kurz- oder Automatikprogramm werteten wir das jeweilige Programm ab. Je schlechter das auslösende Urteil, desto stärker die Abwertung. Bei mangelhaftem Trocknen im Sparprogramm konnte dieses nicht besser sein. War die Anpassung an unterschiedliche Verschmutzung und Geschirrmenge mangelhaft, konnte das Automatikprogramm maximal eine Note besser sein. War Sicherheit und Verarbeitung ausreichend, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Bei ausreichender Verarbeitung konnte das Urteil Sicherheit und Verarbeitung nicht besser sein.

Korrosion kontern

## So vermeiden Sie Rost im Geschirrspüler

Wie Rost ins Gerät und auf Messer gelangt – und was Alufolie taugt



**Auweia.** Bildet sich Rost – wie hier im Amica-Geschirrspüler –, kann er auch auf Besteck landen.

Flugrost kann sich im Geschirrspüler verteilen und in Besteck oder Töpfe hineinfressen – doch oft lässt er sich vermeiden oder entfernen.

**Wie kommts?** Rost entsteht, wenn Eisen, Wasser und Sauerstoff zusammentreffen. Die Spülmaschine bietet eigentlich perfekte Bedingungen dafür. Dass eine intakte Maschine rostet wie die oben gezeigte Amica, kommt aber selten vor. Eher gelangt Rost über Besteck oder Töpfe hinein. Auch der Geschirrkorb kann die Quelle sein – wenn ein Loch in dessen Kunststoffmantel das Metall darunter freilegt.

**Wie beseitigen?** Mit Lappen oder Spülschwamm lassen sich Rostflecken von Geschirr meist entfernen. Bei Besteck, Töpfen und (unbeschädigten!) Pfannen kann ein Edelstahlreiniger unterstützen.

#### Was tun im Wiederholungsfall?

Kommt es im Geschirrspüler öfter zu Flugrost, sollten Sie nach der Ursache suchen. Sind Besteck oder Geschirr

die Quelle, bekommen sie Spülmaschinenverbot. Geschirrkorb kaputt? Austauschen! Eine rostende Maschine kann ein Reklamationsfall sein.

**Wer darf nicht rein?** Carbonstahl-Messer sollten draußen bleiben – sie rosten schnell. Spülmaschinenfest ist Besteck mit „Edelstahl 18/10“-Gravur. Es besteht aus Eisen mit 18 Prozent Chrom und 10 Prozent Nickel.

**Hilft Alufolie?** Manche Onlineforen behaupten, zerknüllte Alufolie könne Rost im Geschirrspüler verhindern. Die Theorie: Eisen rostet, weil es dazu neigt, Elektronen abzugeben, während Sauerstoff gern welche aufnimmt. Aluminium gibt seine Elektronen noch schneller her und kann so dem Eisen zuvorkommen. Ob die Methode funktioniert, ist schwer einzuschätzen. Reinigungsmittel, Wassertemperatur, die abgewaschenen Essensreste und vieles mehr können die Wirkung beeinflussen. Außerdem löst Spülwasser Aluminium allmählich auf – Spuren könnten auf dem Geschirr landen.

## Vollintegriert

Die Bedienblende befindet sich auf der Oberseite der Tür und ist versteckt, wenn das Gerät geschlossen ist.



## 60 Zentimeter breite Geschirrspüler: Gute gibts zum Einbauen und freistehend

Einbaugeräte vollintegriert						
Produkt	Siemens SN87TX00CE	Bosch SMV6ZCX16E	Miele G 7191 SCVi AD 125 Edition	Neff S157ZCX01E N70	Bauknecht B7I HF60 TUC	Beko BDIN38450 <sup>4)</sup>
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	1069	801	1299	890	749	507
Betriebskosten in 10 Jahren im Sparprogramm (Eco) <sup>1)</sup> / laut Nutzerprofil <sup>2)</sup> ca. (Euro)	887/1194	1003/1276	995/1267	979/1287	875/1243	1027/1241
Energieeffizienzklasse	A	B	B	B	A	B
<b>QUALITÄTSSURTEIL</b> 100 %	<b>GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,9)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,9)</b>
<b>Sparprogramm (Eco)</b> 20 %	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>	<b>ausreichend (3,6)*)</b>
Reinigen/Trocknen/Dauer	++/+/–	+/0/0	+/0/0	++/0/0	+/0*/–	+/0*/–
Stromverbrauch/Wasserverbrauch	++/++	+/++	+/++	+/++	++/++	+/+
<b>Automatikprogramm</b> 20 %	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>ausreichend (3,6)*)</b>	<b>befriedigend (3,2)</b>
Reinigen/Trocknen/Dauer	++/0/0	++/0/0	+/0/0	++/0/0	+/0/–	+/0*/0
Stromverbrauch/Wasserverbrauch	0/+	0/+	0/++	0/+	0/0	0/++
Anpassung an unterschiedliche Verschmutzung und Geschirrmenge	+	+	0	0	–*)	0
<b>Kurzprogramm</b> 20 %	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befried. (2,6)</b>	<b>befried. (2,6)</b>	<b>befried. (3,4)</b>	<b>befried. (3,5)</b>
Reinigen/Trocknen/Dauer	+/+/+	++/0/+	+/0/+	++/0/+	+/0*/+	0/0*/+
Stromverbrauch/Wasserverbrauch	0/+	0/+	0*/++	0/+	0/+	0/+
<b>Handhabung</b> 20 %	<b>gut (2,2)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,4)</b>
Gebrauchsanleitung	+	+	+	+	0	0
Täglicher Gebrauch/Integrierbarkeit	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
<b>Sicherheit und Verarbeitung</b> 10 %	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,0)</b>
Mechanische Sicherheit/Verarbeitung	+/++	+/++	+/+	+/++	0/+	0/+
Schutz vor Wasserschaden	++	++	+	++	+	+
<b>Geräusch</b> 10 %	<b>gut (1,6)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>sehr gut (1,3)</b>	<b>gut (1,7)</b>
<b>Ausstattung/Technische Merkmale</b>						
Geräusch (dB(A))	41,2	41,1	40,6	41,2	40,4	41,4
Anzahl: Maßgedecke/Spülprogramme	14/7	14/7	14/8	14/7	15/6	14/7
Stromverbrauch (kWh)/ Wasserverbrauch (l)/ Dauer (h:min)	Sparprogramm	0,52/9,2/4:50	0,63/8,6/3:30	0,63/8,0/3:22	0,61/8,8/3:30	0,64/10,2/4:17
	Automatikprogramm <sup>3)</sup>	0,88/10,9/2:24	0,93/10,4/2:25	0,95/8,6/2:39	1,00/11,3/2:29	1,15/15,5/2:55
	Kurzprogramm	0,98/10,7/1:24	1,04/10,4/1:27	1,06/9,2/1:24	1,05/10,5/1:27	0,99/11,5/1:29
Geprüftes Programm (Bezeichnung laut Anbieter)	Sparprogramm	Eco 50 °C	Eco 50 °C	Eco	Eco 50 °C	Eco 50 °C
	Automatikprogramm	Auto 45 – 65 °C	Auto 45 – 65 °C	Auto 45 – 60 °C	Auto 45 – 65 °C	Auto Gemischt 55 °C
	Kurzprogramm	Speed 60 °C	Express 60 °C	PowerWash 60 °C	Classic 60 °C	Auto Schnell 50 °C
Besteckkorb/Besteckschublade	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	■/■
Maximaler Warmwasseranschluss laut Anbieter (°C)	60	60	60	60	60	60

### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

+++ = Sehr gut (0,5–1,5). ++ = Gut (1,6–2,5).  
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).  
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätssurteil Reihenfolge nach Alphabet.

\*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 44).

■ = Ja. □ = Nein.

1) Grundlage der Berechnung pro Jahr: 280 Spülgänge einer Maschine im Eco-Programm mit 13 Gedecken. Bei Maschinen mit 14 oder 15 Gedecken haben wir die Anzahl der Spülgänge angepasst. Pro Spülgang haben wir einen Multitab mit 0,10 Euro berechnet. Strompreis von 0,40 Euro/kWh, Wasserpreis 3,85 Euro/m³.

2) Grundlage der Berechnung pro Jahr: 280 Spülgänge einer Maschine mit 13 Gedecken. Davon 90 Spülgänge im Eco-Programm, 75 im Automatikprogramm mit normaler Anschmutzung, 25 im Automatikprogramm mit starker Anschmutzung und 90 im Kurzprogramm. Bei Maschinen mit 14 oder 15 Gedecken haben wir die Anzahl der Spülgänge angepasst. Pro Spülgang haben wir einen Multitab mit 0,10 Euro berechnet. Strompreis von 0,40 Euro/kWh, Wasserpreis 3,85 Euro/m³.

**Teilintegriert**

Geräte mit Bedienblende auf der Vorderseite verschmelzen optisch nicht völlig mit der Küchenzeile.

		Einbaugeräte teilintegriert					Standgeräte		
AEG FSE76758P	Amica EGSPV 594 400	Siemens SN57TS00CE	Bosch SMI6ZCS16E	Miele G 7131 SCi AD 125 Edition	Neff S147ZCS01E N70	AEG FEE7675APM	Bosch SMS6ZCI16E	Miele G 7600 SC AutoDos	Bauknecht B7F HS51 X
<b>894<sup>5)</sup></b>	<b>597</b>	<b>1 135</b>	<b>783</b>	<b>1 229</b>	<b>867</b>	<b>995</b>	<b>809</b>	<b>1 371</b>	<b>650</b>
904/1 262	975/1 368	887/1 194	1 003/1 276	995/1 267	979/1 287	904/1 262	983/1 294	878/1 168	948/1 275 <sup>7)</sup>
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>B</b>
<b>AUSREI- CHEND (4,0)</b>	<b>AUSREI- CHEND (4,1)</b>	<b>GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>AUSREI- CHEND (4,0)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,3)</b>	<b>BEFRIEDI- GEND (2,9)</b>
mangelhaft (4,7) <sup>*)</sup>	befriedigend (2,7)	gut (2,0)	gut (2,2)	gut (2,4)	gut (2,1)	mangelhaft (4,7) <sup>*)</sup>	gut (2,2)	gut (2,2)	befriedigend (2,6)
+/- <sup>*)</sup> /-	+/- <sup>*)</sup> /-	++/+/	+/0/0	+/0/0	++/0/0	+/- <sup>*)</sup> /-	++/0/0	+/0/-	++/0 <sup>*)</sup> /-
++/+	+/+	++/++	+/+	+/+	+/+	++/+	+/+	++/++	+/+
befriedigend (3,4)	befriedigend (3,5)	gut (2,3)	gut (2,5)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,4)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,8)	ausreichend (4,0) <sup>*)</sup>
+/- <sup>*)</sup> /0	++/0/0	++/0/0	++/0/0	+/0/0	++/0/0	+/- <sup>*)</sup> /0	++/0/0	+/- <sup>*)</sup> /0	0 <sup>*)</sup> 8)/0 <sup>9)</sup> /— <sup>9)</sup>
0/0	0/- <sup>*)</sup>	0/+	0/+	0/++	0/+	0/0	0/+	0/++	0 <sup>9)</sup> /0 <sup>9)</sup>
+	0	+	+	0	0	+	+	0	0 <sup>10)</sup>
befried. (3,1)	befried. (3,3)	gut (2,5)	gut (2,5)	befried. (2,6)	befried. (2,6)	befried. (3,1)	befried. (2,6)	befried. (2,7)	befried. (2,8)
+/- <sup>*)</sup> /+	+/- <sup>*)</sup> /++	+/+/+	++/0/+	+/0/+	++/0/+	+/- <sup>*)</sup> /+	+/0/+	+/0/+	+/0/0
0/0	0/0 <sup>*)</sup>	0/+	0/+	0 <sup>*)</sup> /++	0/+	0/0	0 <sup>*)</sup> /+	0/++	0/+
gut (2,5)	gut (2,3)	gut (2,1)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (2,2)	gut (2,4)	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (2,4)
+	0	+	+	+	+	+	+	+	0
+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/Entfällt	+/Entfällt	+/Entfällt
gut (2,0)	ausreich. (4,1) <sup>*)</sup>	gut (1,7)	gut (1,7)	gut (1,9)	gut (1,7)	gut (2,0)	sehr gut (1,4)	sehr gut (1,3)	gut (1,7)
+/+	0/0 <sup>*)</sup> 6)	+/++	+/++	+/+	+/++	+/+	+/++	++/++	+/++
+	+	++	++	+	++	+	++	++	+
gut (2,1)	gut (2,0)	gut (1,6)	gut (1,6)	sehr gut (1,4)	gut (1,6)	gut (2,1)	sehr gut (1,3)	gut (2,3)	gut (2,0)
42,3	42,2	41,2	41,1	40,6	41,2	42,3	40,2	43,0	42,2
14/6	14/4	14/7	14/7	14/8	14/7	14/6	14/7	14/10	15/6
0,52/10,2/4:29	0,59/9,8/3:33	0,52/9,2/4:50	0,63/8,6/3:30	0,63/8,0/3:22	0,61/8,8/3:30	0,52/10,2/4:29	0,61/8,8/3:30	0,52/8,2/3:51	0,63/9,5/3:55
1,01/11,9/2:13	1,30/16,8/2:46	0,88/10,9/2:24	0,93/10,4/2:25	0,95/8,6/2:39	1,00/11,3/2:29	1,01/11,9/2:13	0,99/10,7/2:27	0,87/8,3/2:40	1,16/15,3/2:52
1,02/11,4/1:29	0,89/13,2/1:03	0,98/10,7/1:24	1,04/10,4/1:27	1,06/9,2/1:24	1,05/10,5/1:27	1,02/11,4/1:29	1,06/10,6/1:27	0,97/9,5/1:27	1,01/11,8/1:35
Eco	Eco 50 °C	Eco 50 °C	Eco 50 °C	Eco	Eco 50 °C	Eco	Eco 50 °C	Eco	Eco 50 °C
Auto Sense	Auto 55 – 65 °C	Auto 45 – 65 °C	Auto 45 – 65 °C	Auto 45 – 60 °C	Auto 45 – 65 °C	Auto Sense	Auto 45 – 65 °C	Auto	Auto Gemischt 55 °C
1 h 30 min	Voll 58 min	Speed 60 °C	Express 60 °C	PowerWash 60 °C	Classic 60 °C	1 h 30 min	Express 60 °C	PowerWash 60 °C	Auto Schnell 50 °C
□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■	□/■
60	25	60	60	60	60	60	60	60	60

3) Angaben für normale Anschmutzung.

4) Laut Anbieter Produkt verändert.

5) Von uns bezahlter Einkaufspreis.

6) Schon nach wenigen Wochen im Prüfzeitraum bildete sich Rost am Geräteboden und am Sieb.

7) Für das Automatikprogramm berechneten wir die Betriebskosten für 100 Durchgänge bei normaler Anschmutzung, da das Automatikprogramm bei starker Anschmutzung abbrach.

8) Bei starker Anschmutzung brach das Automatikprogramm ab, deshalb wurde Reinigen auf Ausreichend abgewertet.

9) Bei starker Anschmutzung brach das Automatikprogramm ab, deshalb wurde nur das Ergebnis der normalen Anschmutzung bewertet.

10) Bei starker Anschmutzung brach das Automatikprogramm ab, deshalb wurde nur die Anpassung an die Geschirrmenge bewertet.





Wenn Sie nach einem Weg suchen, um die Gesundheit Ihrer Leber zu optimieren oder Ihre Fettleber zu heilen, dann ist dieses Buch genau das Richtige für Sie. Es bietet Ihnen einfach umsetzbare Anleitungen für kleine, aber wirkungsvolle Veränderungen in Ihrem Lebensstil: von der Auswahl der besten Lebensmittel bis zum stressfreien Bewegungspensum.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2141071**



Ich darf und muss auch an mich denken – ohne schlechtes Gewissen. Der Ratgeber zeigt, wie wichtig es ist, das Thema Selbstfürsorge wirklich ernst zu nehmen, und wie es gelingt, im stressigen Alltag Raum für sich zu schaffen. Der Ratgeber gibt Tipps, die sich schnell und leicht umsetzen lassen, mit vielen Beispielen sowie Fragebögen und Übungen.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2157731**



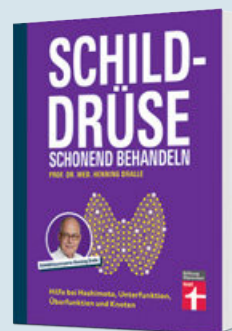
Guter Schlaf ist unerlässlich, um Körper und Psyche fit und gesund zu halten. Er steigert nicht nur die Lebensqualität, sondern auch die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit. Doch wie erreicht man guten Schlaf? Einer der führenden Schlaf Forscher Deutschlands zeigt mit dem „Besser-schlafen-Prinzip“, wie das für jeden gut funktioniert.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2156831**



Einer der führenden Schilddrüsenchirurgen weltweit erklärt, warum unsere Schilddrüse so wichtig ist und wie sich Störungen der Schilddrüse wie Überfunktion, Unterfunktion, Hashimoto oder Knoten äußern. Das Buch bietet Hilfe beim Erkennen und Einordnen der Symptome sowie fundierte Informationen über die vielfältigen Behandlungsoptionen.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2156828**

## Bleiben Sie gesund – mit unseren Gesundheits-Ratgebern



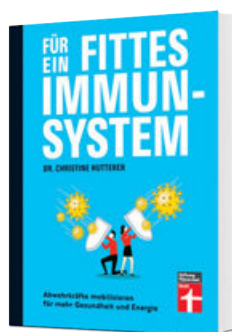
Der Ratgeber schildert die Symptome und die Ursachen von Depressionen und informiert über Therapieformen – mit den Testergebnissen zu allen relevanten Medikamenten. Betroffene erhalten „Hilfe zur Selbsthilfe“, etwa Tipps zur Tagesstruktur und zur Emotionsregulation, und Rat zum Umgang mit der Erkrankung am Arbeitsplatz.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2119731**



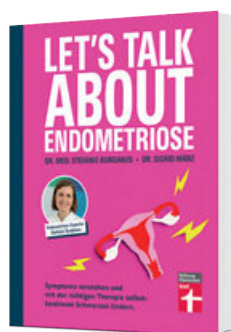
Mehr Power, mehr Resilienz, mehr Lebensfreude: Das Buch zeigt wissenschaftlich fundiert, wie Sie Ihr inneres Wohlbefinden verbessern und neue Kraftquellen finden können, mit welchem Bewegungsprogramm und welcher Ernährung Sie Ihr Immunsystem gezielt unterstützen und welche Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente dabei besonders wichtig sind.

160 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2083826**



Das Buch führt Sie durch den ganzen Prozess bis zur gesicherten Diagnose, damit Sie endlich Gewissheit haben und die nötigen Schritte tun können. Es beantwortet all Ihre Fragen bezüglich verschiedener Behandlungsmöglichkeiten – von medikamentösen Ansätzen bis hin zu chirurgischen Eingriffen – sowie zu absehbaren Therapieerfolgen und möglichen Nebenwirkungen.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2141073**



Die Expertin Dr. med. Viola Andresen informiert über den aktuellen medizinischen Wissensstand zu dieser Volkskrankheit. Von Ursachen über Symptome bis hin zur Behandlung sowie Ernährungs- und Psychotherapie – sie erklärt, wie das komplexe System von Magen und Darm funktioniert und wie Beschwerden gelindert werden können. 30 Low-FODMAP-Rezepte zeigen, wie Essen wieder Spaß machen kann.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

**Best.-Nr. 2102427**

**Mit dem kostenlosen Newsletter immer aktuell informiert. Jetzt abonnieren: [test.de/newsletter](https://test.de/newsletter)**

Die **Versandkosten** innerhalb Deutschlands betragen bei einem Bestellwert bis 10,00 € + 2,50 €, ab 10,00 € + kostenfrei. Wir liefern Ihre Wunschtitel schnellstens gegen Rechnung. Vorbestellte Produkte werden am Erscheinungstermin ausgeliefert. Dies gilt nur für Bestellungen innerhalb Deutschlands. Für Auslandsbestellungen wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice. Lieferung nur, solange der Vorrat reicht! Die Abonnenten-Vorteile gelten nicht für Mini-Abo-Kunden und Probe-Abo-Kunden. © Springer-Verlag, 2025. Keine Weitergabe.



# Keine Angst mehr vor Brüchen!

Bleiben Sie in Bewegung! Topexperte für Osteoporose Prof. Dr. med. Henning Kunter ermutigt die Betroffenen dazu, das Leben mit der Erkrankung aktiv zu gestalten. Er zeigt, dass es viele Möglichkeiten der Selbsthilfe gibt – durch Sport und gezielte Übungen, eine angepasste Ernährung und zahlreiche Maßnahmen, die Brüche verhindern.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 16,99 €

Best.-Nr. 2171693

Online mehr erfahren und bestellen:  
**test.de/buch**

Oder telefonisch sichern:  
**030/3 46 46 50 82**  
Mo. – Fr. 7:30–20:00 Uhr, Sa. 9:00–14:00 Uhr



Ob Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen oder Arteriosklerose: Die richtige Ernährung kann das Herz vor vielen Erkrankungen schützen – oder seine Genesung, etwa nach einem Herzinfarkt, unterstützen. Dieser Ratgeber bietet das nötige Wissen, um mit herzgesunder Ernährung und schmackhaften Rezepten das Herz zu schützen.

176 Seiten | Softcover | 16,6 × 21,5 cm

**22,90 €**

E-Book: 16,99 €

Best.-Nr. 2171686



In diesem Ratgeber zeigt HSV-Mannschaftsarzt Dr. med. Wolfgang Schillings, wie Sie Ihre Gelenkschmerzen endlich in den Griff bekommen, egal ob sie durch Arthrose, Rheuma, Gicht oder Verletzungen verursacht sind. Mithilfe ausführlicher bebildeter Übungen und mit der nötigen Motivation trainieren Sie den Schmerz sanft und effektiv weg.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 16,99 €

Best.-Nr. 2171690



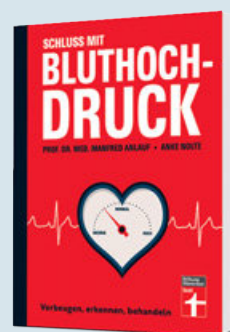
Geht nicht – gibt's nicht! In diesem Ratgeber erfahren Sie, wie Sie schon mit etwas mehr Bewegung Ihr Herz kräftigen und mit einfachen Anti-Stress-Übungen für die nötige Entspannung sorgen. Ergänzt durch einen Ernährungsplan mit herzgesunden Lebensmitteln – so sind Sie gewappnet gegen Bluthochdruck, Herzinfarkt, Burnout und Depressionen.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

Best.-Nr. 2119730



Der Ratgeber zeigt, wie Sie mit kleinen Veränderungen im Alltag den Bluthochdruck nachhaltig senken und Ihr Herz dauerhaft schützen können: mit Stressreduktion, mehr Bewegung und der richtigen Ernährung. Außerdem beleuchtet das Buch alle wichtigen Medikamente gegen Bluthochdruck: Wie sie wirken und wie die Stiftung Warentest sie bewertet.

5., aktualisierte Auflage  
176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**20,00 €**

E-Book: 15,99 €

Best.-Nr. 2090151

## Ihre Lieferung ist bereits ab 10,00 € Bestellwert kostenfrei

Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Bönisch, Lützowplatz 11–13, 10735 Berlin, Telefon: 030/3 46 46 50 80, E-Mail: [email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de). Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 030/3 46 46 50 80, Fax: 040/3 78 45 56 57, E-Mail: [stiftung-warentest@dpv.de](mailto:stiftung-warentest@dpv.de). Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht finden Sie auf Seite 96.

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Das Spezialheft bietet wertvolle Informationen und Tipps, die Ihnen helfen, vom Finanzamt möglichst viel Geld zurückzubekommen. Es erklärt die Formulare, unterstützt beim Ausfüllen und gibt Hinweise zu abzugsfähigen Ausgaben. Es wird erklärt, wie man mögliche Steuervorteile nutzen und seinen Steuerbescheid prüfen kann.

128 Seiten | Softcover | 21,0 × 28,0 cm

**14,90 €**

E-Book: 12,90 €

**Best.-Nr. 2166768**



Mit börsengehandelten Indexfonds lässt sich leicht und kostengünstig ein erfolgversprechendes Portfolio zusammenstellen. Wie dies in wenigen Schritten gelingt, zeigt dieses Spezialheft. Auch ambitionierte Anleger bekommen Tipps, wie sie Renditechancen nutzen können. Mit günstigen Kaufquellen und Steuerregeln für über 1.900 getestete ETF.

192 Seiten | Softcover | 21,0 × 28,0 cm

**14,90 €**

E-Book: 12,90 €

**Best.-Nr. 2152729**



Nachhaltige Fonds und ETF versprechen bei Investitionen bestimmte Standards in Sachen Klimaschutz, soziale Kriterien und Unternehmensführung. Aber das nachhaltige Anlagensegment ist in den vergangenen Jahren rasant gewachsen. Finden Sie in dieser Vielfalt mithilfe dieses Ratgebers den passenden Fonds und umgehen Sie „Greenwashing“.

160 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**22,90 €**

**Für Abonnenten: 19,99 €**

E-Book: 19,99 €

**Best.-Nr. 2157727**



Kleines Buch, große Hilfe – die Sammlung der besten Tipps aus der beliebten Rubrik „Gewusst wie!“. Mit diesem Ratgeber meistern Sie lästige Aufgaben des Alltags einfach und effizient. Bankvollmacht erteilen, Handydaten löschen, Flugkosten erstatten lassen, ein Patent an- oder ein Auto ummelden, eigene Patientendaten anfordern, Erbschein beantragen, Elster-Zugang verlängern und vieles andere mehr.

144 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**16,90 €**

E-Book: 13,99 €

**Best.-Nr. 2171695**

## Mit unseren Finanz-Ratgebern sind Sie immer bestens informiert



Das neue Standardwerk der Stiftung Warentest weist den Weg zum Börsenerfolg. Lernen Sie, Kennzahlen richtig zu deuten, Geschäftsberichte zu verstehen und Ihr Portfolio professionell zusammenzustellen. Hier finden Sie alle Details und das notwendige Handwerkszeug, um Ihre finanziellen Ziele an der Börse zu erreichen.

416 Seiten | Hardcover | 20,1 × 25,6 cm

**59,90 €**

E-Book: 56,99 €

**Best.-Nr. 2171687**



Zusätzliches Einkommen ganz ohne Arbeit – Dividenden sind ein Sehnsuchts-thema. Das Buch bietet einen seriösen und fundierten Einstieg. Dank konkreter Ratschläge für verschiedene Altersgruppen und Lebenssituationen können alle die Strategie umsetzen. Checklisten, Infografiken und Beispielrechnungen helfen dabei, den eigenen Bedarf zu berechnen.

160 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**22,90 €**

**Für Abonnenten: 19,99 €**

E-Book: 19,99 €

**Best.-Nr. 2171688**



Auch wenn Sie kein oder nur wenig Vorwissen haben – das Buch führt Sie zu einer funktionierenden und vor allem erfolgversprechenden Geldanlage. Von der Depotöffnung über verschiedene TAN-Verfahren bis zu Steuerfragen erhalten Sie alle wichtigen Informationen, angepasst an Ihre individuellen Bedürfnisse. Dabei ist es egal, ob Sie den Fokus auf Sicherheit, Nachhaltigkeit oder Schwellenländer legen.

3., aktualisierte Auflage

160 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**22,90 €**

**Für Abonnenten: 19,99 €**

E-Book: 19,99 €

**Best.-Nr. 2171689**



Mit diesem leicht zu lesenden Buch steigen Geldanlage-Laien unkompliziert in die Finanzwelt ein und holen das Beste aus ihrem Geld heraus. 21 Kapitel vermitteln anschaulich die Grundlagen zu Finanzen und Geldanlage. So gelingt der persönliche Vermögensaufbau – selbst ohne Vorwissen.

208 Seiten | Softcover | 12,5 × 19,0 cm

**14,90 €**

E-Book: 11,99 €

**Best.-Nr. 2171666**

## Mit dem kostenlosen Newsletter immer aktuell informiert. Jetzt abonnieren: [test.de/newsletter](https://test.de/newsletter)

Die **Versandkosten** innerhalb Deutschlands betragen bei einem Bestellwert bis 10,00 € + 2,50 €, ab 10,00 € + kostenfrei. Wir liefern Ihre Wunschtitel schnellstens gegen Rechnung. Vorbestellte Produkte werden am Erscheinungstermin ausgeliefert. Dies gilt nur für Bestellungen innerhalb Deutschlands. Für Auslandsbestellungen wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice. Lieferung nur, solange der Vorrat reicht! Die Abonnenten-Vorteile gelten nicht für Mini-Abo-Kunden und Probe-Abo-Kunden.





# Von Anfang an Steuern sparen

Mit dem Set wird die Steuererklärung für Privatvermieter zum Kinderspiel, auch bei einer Vermietung von Ferienwohnungen. Beispiele zeigen, wie Sie von Anfang an Steuern sparen – zum Beispiel indem Sie neue Abschreibungsmöglichkeiten nutzen. Dank selbstrechnender Checklisten behalten Sie den Überblick und vergessen keine Posten.

144 Seiten | Softcover | 21,0 × 29,7 cm

**16,90 €**

E-Book: 13,99 €

Best.-Nr. 2171691

Online mehr erfahren und bestellen:

**test.de/buch**

Oder telefonisch sichern:

**030/3 46 46 50 82**

Mo. – Fr. 7:30–20:00 Uhr, Sa. 9:00–14:00 Uhr



Das Set ist der ideale Begleiter für alle, die ihr Eigenheim nach aktuellen Energiestandards fachgerecht sanieren, barrierefreies Wohnen realisieren oder das Haus modernisieren möchten. Von der ersten Bestandsaufnahme über die Planung und Finanzierung bis zur erfolgreichen Umsetzung wird jeder Schritt kompakt, verständlich und praxisnah erklärt.

144 Seiten | Softcover | 21,0 × 29,7 cm

**16,90 €**

E-Book: 13,99 €

Best.-Nr. 2171692



Dieser Ratgeber zeigt mit detaillierten Wirtschaftlichkeitsberechnungen, wann sich ein Elektroauto wirklich lohnt, wie sich die Reichweite optimieren und das Auto ins eigene Haustechniksystem integrieren lässt. Er erklärt, welche Schnellladeanbieter gute Tarife haben und wann sich Ladekarten und Lade-Apps am meisten rentieren.

256 Seiten | Hardcover | 20,1 × 25,6 cm

**39,90 €**

E-Book: 36,99 €

Best.-Nr. 2157267



Das Buch unterstützt bei allen technischen und rechtlichen Fragen sowie bei Planung, Auswahl und Umsetzung. Wie funktionieren Balkonkraftwerke und was können sie? Wie und wo sollte die Anlage für einen optimalen Ertrag installiert werden? Die Musterrechnungen in diesem Ratgeber helfen dabei, die beste Lösung für den persönlichen Bedarf zu finden.

176 Seiten | Softcover | 16,5 × 21,5 cm

**29,90 €**

Für Abonnenten: 24,99 €

E-Book: 24,99 €

Best.-Nr. 2157270



In einer Welt voller Hektik ist es schwer, zuhause einen Ruhepol zu schaffen. Doch keine Sorge, dieser Ratgeber kann Ihnen helfen – mit einem klaren Motto im Kopf: Ordnung kann jeder! Erfahren Sie, wie Sie Ihre eigenen Bedürfnisse und Belohnungsroutinen erkennen und nutzen können, um die nötige Motivation für eine dauerhafte Ordnung zu finden.

176 Seiten | Softcover | 16,6 × 21,5 cm

**19,90 €**

E-Book: 15,99 €

Best.-Nr. 2157730

**Ihre Lieferung ist bereits ab 10,00 € Bestellwert kostenfrei**

Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Bönisch, Lützowplatz 11–13, 10735 Berlin, Telefon: 030/26 21 0, E-Mail: [email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de). Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 030/3 46 46 50 80, Fax: 040/3 78 45 56 57, E-Mail: [stiftung-warentest@dpv.de](mailto:stiftung-warentest@dpv.de). Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht finden Sie auf Seite 96.

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

# Weiß zum Sparpreis

**Vollwaschmittel** Die besten Pulver säubern sehr gut – und sind günstig. Bekannte und oft teure Marken enttäuschen. Erstmals schneidet ein flüssiges Vollwaschmittel gut ab.

**V**on wegen Markenqualität. Dass große Namen kein Garant für strahlend weiße Wäsche sind, zeigt das geprüfte Lenor Aprilfrisch: „Tiefenreinheit auch bei Kaltwäsche“ verspricht das flüssige Vollwaschmittel vollmundig auf seiner Flasche – und fiel im Test durch. Bei Waschttemperaturen von 30 Grad Celsius erwies es sich als derart kraftlos gegen alltäglichen Schmutz, dass es mit der Gesamtnote Mangelhaft auf dem hintersten Tabellenplatz landete. Ausgewählt haben wir diesmal 20 Vollwaschmittel: 13 Pulver, 6 Flüssigwaschmittel sowie die Waschmitteltabs Persil Power Bars.

## Unser Rat

**Testsieger:** Vollwaschmittelpulver sind für weiße Textilien und sehr Schmutzigen erste Wahl. Den Testsieg teilen sich die guten dm Denkit und Lidl Formil (je 16 Cent pro Wäsche). Bestes Flüssiges ist mit 16 Cent das gute Aldi Tandil Ultra. Es säubert nur befriedigend, aber etwas textilschonender als die Sieger.

**Umwelttipp:** Voll beladen und bei niedrigen Temperaturen wäscht die Maschine am ökologischsten. Wichtig ist es, gezielt zu dosieren.

Nach rund sechs Monaten, 900 Maschinenladungen und vier Tonnen Wäsche steht fest: Günstige Mittel schlagen teure Marken. Und: Um weiße Textilien von Schmutz und Flecken zu befreien und Grauschleier zu verhindern, sind Vollwaschmittelpulver besser geeignet als Flüssige.

### Pulver von dm, Lidl und Rossmann vorn

Sieben Pulver schneiden gut ab. Sechs davon sind günstige Eigenmarken von Handels- und Drogeriemarktketten. Sie kosten jeweils 16 Cent pro Wäsche. Spitzenreiter mit top Waschwirkung sind dm Denkit und Lidl Formil, dicht gefolgt von Rossmann Domol. Das einzig gute Markenprodukt – Persil Megaperls – kostet 34 Cent je Wäsche. Die übrigen Pulver sind meist befriedigend, Weißer Riese und die Tabs Persil Power Bars nur ausreichend.

### Bestes Flüssiges: Tandil Ultra von Aldi

Bestes Flüssigwaschmittel ist Aldi Tandil Ultra. Erstmals erzielt damit ein flüssiges Vollwaschmittel eine gute Gesamtnote. Mit der Waschwirkung der guten Pulver kann es allerdings – wie auch die anderen Flüssigwaschmittel – nicht mithalten. Es wäscht nur mittelmäßig sauber. Dafür schont es Textilien etwas besser als die meisten Produkte im Test. Positiv ist auch der günstige Preis von 16 Cent je Wäsche. Die anderen Flüssigen erreichen Qualitätsurteile von Befriedigend bis Ausreichend – mit Ausnahme des mangelhaften Lenor Aprilfrisch.

Um die Waschwirkung der 20 Mittel zu prüfen, verteilten wir T-Shirts, Frottier- und Geschirrtücher an 57 Haushalte und sammelten sie nach einer Woche Gebrauch wieder ein – monatelang. Jedes Mittel musste zeigen, ob es den auf der Wäsche gelandeten Alltagsschmutz entfernen kann. In einem weiteren Test sollten sie ihre Stärke gegen 43 Fleckarten beweisen. Statt im 40-Grad-Programm nahmen wir die meisten Waschprüfungen diesmal bei 30 Grad vor. Für saubere Ergebnisse reicht das oft, zeigt der Test. Und das ist gut für Geldbeutel und Umwelt: Denn je heißer gewaschen wird, desto höher ist der Stromverbrauch.

Um alltäglichen Schmutz zu entfernen, kommen vor allem Tenside zum Einsatz. Sie lösen den Schmutz aus den Geweben und halten ihn in der Waschlauge, bis die Maschine das Wasser abpumpt. Das klappte mit den guten Pulvern am besten. Dazu gehören außer den Pulvern von dm, Lidl, Persil und Rossmann auch die von Aldi, Edeka und Netto Marken-Discount. Sie wuschen sauber und verhinderten zugleich sehr gut, dass sich der gelöste Dreck wieder auf die Fasern absetzte und die Textilien vergraute.

### Bei starken Flecken besser 60 Grad

Alltäglicher Schmutz bereitet Pulvern selten Probleme. Ganz anders Flecken: Hartnäckiges wie Make-up, Schokolade oder Rotwein waschen selbst die besten nicht einfach heraus. Insgesamt aber entfernten die Pulver von dm, Lidl, Persil und Rossmann →



# 16

Cent je Wäsche kosten  
die Spitzenreiter von Lidl  
(links) und dm Denkit  
(rechts) sowie das beste  
Flüssige Aldi Tandil Ultra.  
Bei den teuersten Mitteln  
sind es hingegen 34 Cent.





## Fleckentest

### Konfitüre schafft nicht jedes Mittel

Nach der 30-Grad-Wäsche mit den Pulvern dm Denkmittel und Lidl Formil ist der Konfitürefleck kaum noch zu sehen. Spee Aktiv war hier am wenigsten gründlich.



→ man Flecken bei energiesparenden 30 Grad gut. Bei 60 Grad gelang ihnen das sogar sehr gut. Das spricht für die starke Leistung ihrer Tenside und schmutzknackenden Enzyme – und auch ihrer Bleichmittel. Letztere lassen farbige Flecken verblassen und hellen auf, entfalten ihre volle Wirkung aber erst zwischen 50 und 60 Grad.

#### Flüssigwaschmittel ohne Bleiche

Flüssigwaschmittel müssen auf Bleichmittel verzichten. Sie lassen sich nicht stabil in Flüssigkeiten einbinden. Umso mehr sind dann Tenside und Enzyme gefordert. Das gute Tandil Ultra bekämpft Flecken damit ähnlich wirksam wie die guten Pulver von Aldi, Edeka und Netto Marken-Discount. Zudem verhinderte es gut, dass Wäsche vergaure. Die Entfernung von Alltagsschmutz klappt dagegen nur mäßig. Dennoch: Wenn schon ein Flüssiges, dann am ehesten das.

#### Optische Aufheller für strahlendes Weiß

Einen Vorteil hat die fehlende Bleiche in den flüssigen Vollwaschmitteln: Sie schonen dadurch Farben etwas besser als die Pulver. Für Buntwäsche sind sie dennoch nicht zu empfehlen. Ihre optischen Aufheller können auf Dauer Farben verändern.

Alle Vollwaschmittel enthalten optische Aufheller. Die Substanzen legen sich während des Waschens auf die Textilien und bleiben dort haften. Sie lassen Weißes möglichst lange weiß erscheinen. Bekommt ein Mittel die Wäsche aber wiederholt nicht richtig sauber, sammeln sich mit der Zeit winzige Schmutzpartikel zwischen den Fasern, die der Aufheller auf Dauer nicht mehr kaschieren kann. So wie im Test beim flüssigen Lenor Aprilfrisch. Es entfernte den Schmutz so schlecht, dass dieser nach einiger Zeit durch den optischen Aufheller brach und als Schmutzschleier deutlich auf der weißen Wäsche erkennbar war.

#### Power Bars ohne Power

Auch die Persil Power Bars überzeugten nicht. Sie gehörten mit 34 Cent je Waschgang zu den teuersten Produkten im Test. Vor allem Flecken entfernten sie nur mittelmäßig bis schlecht: Waschwirkung ausreichend. Anbieter Henkel hat uns inzwi-

schen mitgeteilt, dass Persil Power Bars bei uns nicht mehr im Sortiment sind.

#### Mikroplastik in Lenor

Egal, ob flüssig oder fest: Die meisten geprüften Vollwaschmittel zeigen gute Umwelteigenschaften. Nur die Mittel von Lenor haben wir in diesem Prüfpunkt jeweils mit Ausreichend bewertet. Der Grund: Laut Anbieter enthalten sie Mikroplastik. Die Lenor-Produkte werben für „länger anhaltende Frische“ auf ihren Packungen. Dies gelingt etwa durch Einsatz von Parfüm-Mikrokapseln, die mit bloßem Auge nicht zu sehen sind.

Je nachdem wie die winzigen Kunststoffhüllen gestaltet sind, können sie zum Beispiel nach dem Waschen auf den getrockneten Textilien verbleiben und das Parfüm erst Tage später freigeben – etwa durch Bewegung, wenn die Wäsche getragen wird. Ab Herbst 2029 sind Polymerkapseln für Duftstoffe nur noch in geringsten Mengen in Waschmitteln erlaubt. Das bestimmt eine EU-Verordnung von September 2023. Für saubere Sachen sind verkapselte Duftstoffe verzichtbar, für die Umwelt sowieso.

#### Pi mal Daumen dosieren – besser nicht

Apropos Umwelt: Wer zu viel Waschmittel in die Maschine gibt, belastet Gewässer unnötig. Zu wenig ist aber auch nicht gut. Die Wäsche wird dann nicht richtig sauber. Zudem enthärten Waschmittel Wasser und beugen so dem Verkalken der Maschine vor. Exakt dosieren ist daher wichtig. Die Dosieranleitungen von Ariel und Lenor sind leider kaum zu verstehen (siehe Foto ganz rechts).

Kostenlose Dosierhilfen sind bei Anbietern online oder telefonisch erhältlich, in dm-Filialen auch direkt an der Kasse. Flüssigwaschmittel lassen sich oft mit ihrer Verschlusskappe abmessen. Bei der blauen Kappe von Spee Aktiv sind die Milliliterstriche allerdings kaum zu finden. Das verleitet dazu, die Kappe einfach nach Gefühl zu füllen. Schön wäre es, wenn alle Dosierhilfen so einfach zu lesen und abzumessen wären, wie die der Testsieger von dm und Lidl. Ihre Messbecher sind sehr gut. ■ →

Text: Cecilia Meusel; Testleitung: Dr. Sara Wagner-Leifhelm; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Wäsche waschen

## Sortieren, beladen, dosieren – so gehts

Welches Textil gehört in welches Programm? Wann ist die Maschinentrommel voll? Wie dosiere ich Waschmittel richtig? Wir geben Tipps für die optimale Wäschepflege.

**Textilien sortieren.** Damit sich Ihre Wäsche nicht verfärbt, sollten Sie Helles und Dunkles getrennt voneinander waschen. Textilart beachten: Für empfindliche Materialien sind oft schonendere Waschttemperaturen und -programme vorgesehen als für robuste. Das Pflegeetikett am Textil gibt Auskunft.

**Waschmittel wählen.** Weißes bleibt mit Vollwaschmittelpulver lange weiß. Es enthält Bleiche und optische Aufheller. Für Buntes wählen Sie ein Colorwaschmittel ohne Bleiche. Das schont Farben. Für Wolle und Seide greifen Sie zu einem Woll- oder geeigneten Feinwaschmittel. Sie verzichten auf Inhaltsstoffe, die Tierfasern angreifen und schnell unansehnlich werden lassen.

**Füllmenge finden.** Die Füllmenge hängt vom Waschprogramm ab. Voll beladen können Sie die Trommel etwa mit robuster Baumwollwäsche, die Sie im Normal- oder Eco-Programm waschen. Für empfindliche Textilien in Schonprogrammen sowie Wolle und Seide im Wollwaschgang nehmen Sie eine deut-

lich geringere Füllmenge. Wie viel das bei jedem Waschprogramm ist, steht in Ihrer Maschinenanleitung.

**Trommel beladen.** Damit Sie ein Gefühl für die richtige Menge bekommen, wiegen Sie einmal eine Ladung Trockenwäsche ab. Ist ein 10-Liter-Eimer gefüllt, sind das etwa 2 bis 3 Kilo Schmutzwäsche. Maximal beladen haben Sie die Maschine, wenn die Wäsche mit etwas Druck in die Trommel passt.

**Richtig dosieren.** Die benötigte Waschmittelmenge steht auf der Packung. Sie richtet sich danach, wie voll die Trommel ist, wie schmutzig die Wäsche und wie hart das Leitungswasser. Ihr Wasserversorger informiert über die Wasserhärte. Die Angaben in der Dosiertabelle gelten meist für 4 bis 5 Kilo Trockenwäsche. Die empfohlenen Mengen für eine höhere oder geringere Wäscheladung finden Sie dort auch.

**Energiesparend waschen.** Je heißer Sie waschen, desto höher ist der Energieverbrauch. Für leicht und normal Ver-

schmutztes reichen meistens 30 bis 40 Grad. Handtücher und dreckige Putzlappen bekommen Sie im normalen 60-Grad-Programm mit bleichmittelhaltigem Vollwaschmittelpulver hygienisch sauber – ebenso die Wäsche von Menschen mit ansteckenden Krankheiten.

**Gerüche vermeiden.** So sinnvoll Energiesparen ist: Waschen Sie nicht ausschließlich mit niedrigen Temperaturen. Das kann zur Verkeimung der Maschine führen: Im Laufe der Zeit bilden sich darin Biofilme aus Mikroorganismen, die Gerüche verbreiten und auf die Wäsche übergehen können. Waschen Sie mindestens einmal im Monat bei 60 Grad mit Vollwaschmittelpulver. Ihre Bleiche wirkt gegen Keime und auch Gerüche. Danach das Waschmittelfach säubern und trocknen und ebenso wie die Maschinentür offen stehen lassen.

**Saubere Sachen.** Viele weitere Tipps für die Waschküche finden Sie im Internet unter [test.de/faq-waschen](http://test.de/faq-waschen).



**DOSIEREMPFEHLUNG**  
bei einer Waschmaschinenladung von 4,5 kg Trockenwäsche

Wasserhärtebereich*	Verschmutzungsgrad		
	Leicht	Normal	Stark
Weich (< 8,4° dH)	50 ml	75 ml	115 ml
Mittel (8,4 - 14° dH)	50 ml	95 ml	140 ml
Hart (> 14° dH)	75 ml	115 ml	160 ml

95 ml = 67,5 g

10-15 kg MAXI +15 ml  
 6-7 kg MAXI +40 ml  
 1/2 MINI -20 ml  
 Handwäsche 30 ml auf 10 L\*\*

**Mustergültig.** Die Dosierangaben auf der Aldi-Packung sind ausführlich, gut verständlich und einfach zu lesen. Wir haben sie mit Sehr gut bewertet.



10 L 35 ml

Wolle/Seide/Vorwäsche  
Laine/Soie/Pré lavage  
Lana/Seta/Prelavaggio

	50 ml	90 ml	130 ml
6-8 kg	50 ml	90 ml	130 ml
9+ kg	90 ml	130 ml	170 ml

20°C → 95°C

4-5 kg = 50 ml

Handwäsche +40 ml

BOUTEILLE 100% Weiches / mittelhartes Wasser Hartes Wasser / Eau douce /

**Nur ausreichend.** Die Dosierangaben auf Lenor- und Ariel-Packungen (im Bild Ariel flüssig) sind schwer verständlich, Rätselraten ist die Folge.

## Pulver



## Vollwaschmittel: Günstige Pulver waschen am besten

Produkt	Pulver								
	dm Denkmit Vollwasch- mittel	Lidl Formil Vollwasch- mittel <sup>3)</sup>	Rossmann Domol Vollwasch- mittel <sup>4)</sup>	Aldi Tandil Aktiv <sup>5)</sup>	Persil Universal Megaperls Tiefenrein	Edeka Gut & Günstig Ultra Voll- waschmittel Pulver <sup>6)</sup>	Netto Marken- Discount Priva Voll- waschmittel Ultra <sup>6)7)</sup>	Ariel Vollwasch- mittel Universal- Pulver <sup>8)</sup>	Kuschel- weich Vollwasch- mittel Som- merwind
Mittlerer Preis ca. (Euro)/Inhalt	3,25/1 350 g	4,89/2 025 g	3,10/1 350 g	4,89/2 025 g	5,49/1 040 g	4,89/2 025 g	4,89/2 025 g	5,29/1 200 g	4,49/1 216 g
Dosierung pro Wäsche <sup>1)</sup>	68 g	68 g	68 g	68 g	65 g	68 g	68 g	60 g	64 g
Wäschen pro Packung (Anzahl) <sup>1)</sup> / Preis pro Waschgang ca. (Euro) <sup>1)</sup>	20/0,16	30/0,16	20/0,16	30/0,16	16/0,34	30/0,16	30/0,16	20/0,26	19/0,24
<b>QUALITÄTSURTEIL</b>	<b>100 %</b>	<b>GUT (1,6)</b>	<b>GUT (1,6)</b>	<b>GUT (1,7)</b>	<b>GUT (1,9)</b>	<b>GUT (1,9)</b>	<b>GUT (2,1)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,8)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,8)</b>
<b>Waschwirkung</b>	<b>50 %</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>sehr gut (1,3)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>befriedigend (2,6)</b>	<b>befriedigend (3,0)*</b>
Schmutzentfernung	++	++	++	+	+	+	+	+	○
Schutz vor Vergrauung	++	++	++	++	++	++	++	+	+
Fleckentfernung bei 60 Grad/30 Grad	++/+	++/+	++/+	+/○*)	++/+	+/○*)	+/○*)	+/○*)	+/○*)
<b>Textilschonung</b>	<b>10 %</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>befriedigend (3,1)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>befriedigend (3,0)</b>	<b>befriedigend (3,0)</b>	<b>befriedigend (3,2)</b>
Farbtonerhalt/Faserschonung	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○
<b>Deklaration</b>	<b>5 %</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>sehr gut (1,1)</b>	<b>sehr gut (1,3)</b>	<b>ausreichend (3,7)</b>	<b>gut (1,9)</b>
Erkennbarkeit als Vollwaschmittel	++	++	++	++	○	++	++	○	++
Wasch- und Pflegehinweise	++	++	+	++	+	++	+	○	+
<b>Umwelteigenschaften</b>	<b>35 %</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>gut (2,1)</b>	<b>befriedigend (2,8)</b>	<b>gut (2,1)</b>
Gewässerbelastung	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Mikroplastik enthalten (laut Anbieter) <sup>2)</sup>	□	□	□	□	□	□	□	□	□
Dosieranleitung/Dosierhilfe	++/++	++/++	++/+	++/+	++/+	++/○	++/○	○/○	++/○
<b>Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:</b> ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). – = Mangelhaft (4,6–5,5).									
<b>Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.</b> <b>*) Führt zur Abwertung</b> (siehe „So haben wir getestet“ unten). ■ = Ja. □ = Nein.									
<b>1)</b> Ohne Vorwäsche, mittlerer Wasserhärtebereich, normal verschmutzt, 4–5 kg. <b>2)</b> Nach der Definition der Europäischen Chemikalienagentur (ECHA) handelt es sich hierbei um feste Kunststoffpartikel mit einer Größe von weniger als 5 Millimetern.									

## So haben wir getestet

**Im Test:** 20 Vollwaschmittel, darunter 13 Pulver, 6 Flüssigwaschmittel und ein Tab. Auswahlkriterium für die Produkte war unter anderem die Marktbedeutung. Zudem haben wir exemplarisch ein Tab als Besonderheit ausgewählt. Laut Anbieter ist ein Pulver mit einem anderen rezepturgleich. Dies prüften wir auf Plausibilität.  
Einkauf der Produkte: Juni und Juli 2024.  
Preise: Anbieterbefragung im Januar 2025.

**Untersuchungen:** Eine ausführliche Beschreibung der Testmethoden finden Sie im Internet unter [test.de/vollwaschmittel/methodik](https://test.de/vollwaschmittel/methodik).

### Waschwirkung: 50 %

Wir verteilten weiße T-Shirts, Gerstenkorn- und Frottiertücher an 57 Haushalte, die sie innerhalb einer Woche ganz normal benutzten. Anschließend wuschen wir die Textilien bei 30 Grad Celsius im Labor und verteilten sie erneut an die Haushalte. Nach insgesamt 15 Wäschen wurde die **Schmutzentfernung** beurteilt – sowohl visuell durch fünf Fachleute als auch mittels physikalischer Messungen. Wir ermittelten zudem, wie gut die Produkte Textilien **vor Vergrauung schützen**. Im Labor trugen wir 32 Fleckarten auf Baumwolle und 11 fettige Fleckarten auf Polyester-gewebe auf und wuschen sie bei **60 Grad** und bei **30 Grad Celsius**. Zwei Fachleute beurteilten nach einer Wäsche die **Fleck-**

**entfernung.** Es erfolgten jeweils fünf Versuche je Temperatur und Fleckart.

### Textilschonung: 10 %

Wir wuschen verschiedenfarbige Textilien aus Baumwolle und aus Mischgewebe bei 30 Grad Celsius. Nach 20 Wäschen ermittelten wir den **Farbtonerhalt**, also wie stark sich die Farben des gewaschenen Textils im Vergleich zu den Farben des ungewaschenen Textils verändert hatten. Die **Faserschonung** beurteilten zwei Fachleute nach 20 Wäschen an neuen und vorverpillten Textilien.

### Deklaration: 5 %

Fünf erfahrene Prüfpersonen beurteilten die **Erkennbarkeit als Vollwaschmittel** sowie



## Flüssigwaschmittel

## Tab



				Flüssigwaschmittel						Tab
Frosch Voll-Wasch- pulver Citrus <sup>8)</sup>	Spee Megaperls Universal 4in1	Lenor Vollwasch- mittel April- frisch <sup>8)</sup>	Weißer Riese Megaperls Vollwasch- mittel	Aldi Tandil Ultra Vollwasch- mittel <sup>9)</sup>	dm Denkmittel Vollwasch- mittel	Ariel Universal+ <sup>8)</sup>	Persil Universal Kraft-Gel Tiefenrein	Spee Aktiv 4in1	Lenor Universal- waschmittel Aprilfrisch <sup>8)</sup>	Persil Power Bars Universal <sup>11)</sup>
4,70/1450 g	3,99/1140 g	4,44/1200 g	3,99/1140 g	3,19 <sup>10)</sup> /1100 ml	3,25/1100 ml	5,29/1000 ml	5,49/900 ml	3,99/990 ml	4,44/1000 ml	5,49/472 g
66 g	60 g	60 g	60 g	55 ml	55 ml	50 ml	45 ml	45 ml	50 ml	1 Bar
22/0,21	19/0,21	20/0,22	19/0,21	20/0,16	20/0,16	20/0,26	20/0,27	22/0,18	20/0,22	16/0,34
BEFRIEDI- GEND (3,4)	BEFRIEDI- GEND (3,4)	BEFRIEDI- GEND (3,5)	AUSREI- CHEND (3,7)	GUT (2,5)	BEFRIEDI- GEND (2,6)	BEFRIEDI- GEND (3,5)	AUSREI- CHEND (4,2)	AUSREI- CHEND (4,4)	MANGEL- HAFT (5,1)	AUSREI- CHEND (4,4)
befriedigend (3,5)*	ausreichend (3,6)*	befriedigend (3,1)	ausreichend (4,0)*	befriedigend (2,7)*	befriedigend (2,8)*	befriedigend (3,5)*	ausreichend (4,3)*	ausreichend (4,4)*	mangelhaft (5,1)*	ausreichend (4,5)*
○	○	+	○	○*	○	○	○*	○	—*)	○
+	+	+	+	+	+	○*	+	+	○	+
+ / ○*)	+ / ○*)	+ / ○*)	+ / ○*)	+ / ○	+ / ○*)	+ / ○	+ / ○	○ / ○*)	○ / ○	○ / ○*)
befriedigend (3,1)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,0)	gut (2,5)	gut (2,5)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,3)
○ / ○	○ / ○	○ / ○	○ / ○	+ / +	+ / +	+ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / ○	○ / ○
gut (2,5)	befriedigend (2,9)	ausreichend (3,8)	befriedigend (2,6)	gut (2,0)	gut (2,4)	ausreichend (4,4)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,4)	ausreichend (4,4)	ausreichend (3,6)
+	○	○	○	+	+	○	+	○	○	○
○	+	○	+	+	○	○	○	○	○	○
gut (2,0)	gut (1,7)	ausreichend (4,0)*	gut (1,7)	gut (1,9)	gut (2,0)	befriedigend (2,9)	gut (2,4)	gut (2,2)	ausreichend (4,0)	gut (1,8)
+	+	+	+	+	+	○	+	+	○	+
□	□	■*)	□	□	□	□	□	□	■*)	□
++ / ○	++ / +	○ / ○	++ / +	++ / +	++ / +	○ / +	+ / ○	+ / ○	○ / +	+ / Entfällt

3) Hergestellt von Win Cosmetic.  
4) Laut Anbieter Verpackung und Dosiermenge in ml geändert.  
5) Hergestellt von Chemolux.  
6) Laut Anbieter gleiche Rezeptur wie Edeka Gut & Günstig Ultra Vollwaschmittel Pulver, dies wurde auf Plausibilität überprüft. Deklaration, Dosieranleitung und Dosierhilfe wurden separat geprüft.  
7) Produkt auch erhältlich bei Budni.  
8) Laut Anbieter Produkt geändert.  
9) Hergestellt von Dalli.  
10) Preis bei Aldi Süd. Bei Aldi Nord für 3,15 Euro.  
11) Laut Anbieter in Deutschland ausgelistet.

Übersichtlichkeit und Lesbarkeit der **Wasch- und Pflegehinweise**. Zwei Expertinnen bewerteten den Umfang der Hinweise.

#### Umwelteigenschaften: 35 %

Ein Experte berechnete, wie viel Wasser erforderlich ist, um kritische Stoffe in den Waschmitteln so stark zu verdünnen, dass sie nicht mehr toxisch gegenüber Wasserorganismen wirken. Je mehr Wasser nötig ist, desto größer die **Gewässerbelastung**. Mittels Modellrechnung ermittelten wir, in welchem Maße einzelne Inhaltsstoffe in Flüssen und Seen Wasserorganismen gefährden können. Wir bewerteten zudem, ob die Produkte laut Anbieter **Mikroplastik** enthielten. Die fünf Prüfpersonen beurteilten die **Dosieranleitung**,

etwa, wie verständlich sie war. Zwei Expertinnen bewerteten deren Umfang und prüften die **Dosierhilfe**.

#### Abwertungen

Ab befriedigender Waschwirkung werteten wir das Qualitätsurteil ab. Ab Befriedigend in der Schmutz- oder Fleckenentfernung bei 30 Grad oder im Schutz vor Vergrauung, werteten wir die Waschwirkung ab. Je schlechter die Urteile, desto stärker ist der jeweilige Abwertungseffekt. Waren die Umwelteigenschaften ausreichend, konnte das Qualitätsurteil maximal eine halbe Note besser sein. Enthielt das Produkt laut Anbieter Mikroplastik, konnten die Umwelteigenschaften nicht besser als ausreichend (4,0) sein.



**Konfitüre. Bei 30 Grad mit Persil Power Bars gewaschen, ist der Fleck noch zu sehen.**

# Dampf auf Knopfdruck

**Steamer** Dampfglätter sollen zerknitterte Wäsche auffrischen und glätten. Das schaffen die meisten auch. Doch im Haltbarkeitstest gehen vier der acht handlichen Dampfer unter. Nur einer ist gut.

**K**lingt super: „Effizientes Glätten wie mit einem Bügeleisen“ versprechen Anbieter für ihre Dampfglätter, „zum mühelosen Entfernen von Falten“ und mit einer „Leistung auf höchstem Niveau“. Dazu zeigen sie Bilder junger Menschen, für die sich die auch Steamer genannten Geräte als „Travel Buddy“ (Reisegefährte) eignen sollen, „perfekt zum schnellen Auffrischen zwischendurch“. Geht in der Praxis wirklich alles so glatt?

Wir haben acht Glätter ins Labor gebeten, sie kosten zwischen 30 und rund 80 Euro. Zwar glättet keiner so gut wie ein Bügeleisen, aber Entknittern können die meisten

prima. Viele Dampfer gehen jedoch schnell kaputt. Gleich vier der acht sind mangelhaft, weil sie in der Haltbarkeitsprüfung versagten. So ist am Ende nur ein Gerät gut, der Tefal Access Steam Pocket für 50 Euro. Die drei restlichen sind befriedigend.

## Handlich und schnell einsatzbereit

Alle Steamer sind ähnlich aufgebaut: Auf einem länglichen, mehr oder weniger ergonomischen Griff sitzt ein Aufsatz mit Sohle, aus dem per Knopfdruck Dampf strömt. Viele Einstellmöglichkeiten bieten die Geräte nicht, viele kommen mit einer Reglerstufe aus. Grundig und Philips 7000 bieten zusätzlich eine Eco-Taste, der Tefal Access Steam Force eine Taste für Empfindliches. Oft liegt den Geräten Zubehör bei, etwa ein Handschuh zum Schutz vor heißem Dampf oder Aufsätze, die das Glätten empfindlicher Textilien erleichtern sollen.

Praktisch für unterwegs: Dampfglätter sind oft klein genug fürs Reisegepäck, Tefal Access Steam Pocket und Philips 3000 sind klappbar. Und die Geräte sind schnell einsatzbereit. Die Aufheizzeit liegt zwischen etwa 15 und 35 Sekunden, dann kanns losgehen. Im Prinzip reicht eine stabile Stange oder unempfindliche Tür, an denen die Wäsche hängen kann (siehe Kasten rechts). Drei Geräte lassen sich laut Anbieter auch



waagrecht nutzen. Die Sohle wird dazu direkt auf den Stoff aufgesetzt. Russell Hobbs und Philips 7000 liefern dazu eine Unterlage mit. Überzeugen konnte in der Horizontale aber nur der Russell Hobbs. Der Philips absolvierte den Test mit Ausreichend, der Braun QuickStyle 7 gar mit Mangelhaft – er tropfte und dampfte sehr unregelmäßig. Wir brachen die Prüfung ab.

Auch wenn es die Werbung suggeriert: Fürs Bügeln sind Dampfglätter nicht konzipiert (siehe Kasten S. 61). Ein Dampfbügeleisen sorgt mit der Kombination aus →

## Unser Rat

**Testsieger:** Einzig guter Glätter ist der Tefal Access Steam Pocket DT3041 (50 Euro). Er ist sehr schnell einsatzbereit und überzeugt besonders bei Seide. Zudem zählt er zu den Leichtesten. Praktisch: Er ist recht klein und lässt sich zusammenklappen – und damit gut in Koffer oder Reisetasche verstauen.





**Ziehen, bitte.**  
Für ein gutes Ergebnis den Stoff mit der zweiten Hand etwas spannen.

**Testsieger.**  
Der Tefal Access Steam Pocket überzeugte besonders beim Glätten eines Seidenkleids.

Tipps für den Einstieg

## In fünf Schritten zum frischen Hemd

Dampfglätter sehen ein wenig aus wie Star-Trek-Waffen. Doch statt auf Klingonen zielt man auf zerknitterte Wäsche. Die Anwendung erfordert etwas Übung. So gehts:

**1** Befüllen: Alle Geräte laufen mit Leitungswasser. Einige Anbieter empfehlen, destilliertes oder entmineralisiertes Wasser zuzugeben, etwa bei hartem Wasser. Details liefert die Gebrauchsanleitung.

**2** Vorbereiten: Das zu glättende Textil auf einen stabilen Bügel hängen. Den Bügel an einen kippsicheren Ständer, eine bruch sichere Stange oder eine feuchtigkeitsempfindliche Tür hängen. Haken in der Wand sind eher im Bad zu empfehlen: Meist dringt etwas Feuchtigkeit durch das Textil.

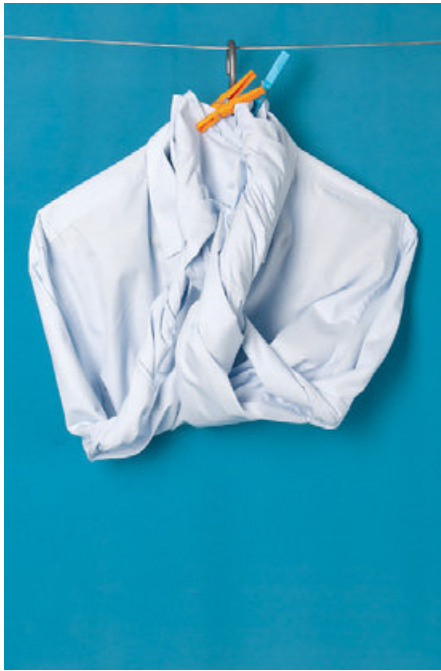
**3** Loslegen: Kein langes Warten, die Geräte sind oft in weniger als einer halben Minute startklar. Per Knopfdruck gehts los: von oben nach unten übers Textil gleiten.

**4** Aufsetzen: Viele Dampfglätter dürfen direkt auf den Stoff aufgesetzt werden. Teils empfehlen die Anbieter dazu besondere Aufsätze mit Mikrofasertuch oder Bürste, etwa für empfindliche Textilien.

**5** Glattziehen: Für ein optimales Ergebnis die Fasern während des Glättens dehnen. Dazu den Stoff mit einer Hand am Ärmel oder am Bund vorsichtig straff ziehen.



## Eins, zwei, drei – so prüften wir, was die Steamer können



### Zerknittern.

Für den Test zerknitterte das Prüfinstitut eine Reihe von Kleidungsstücken – jedes auf die gleiche Art.



### Auswickeln.

Nach 24 Stunden entwirrten die Prüfer die Textilien und richteten den Dampfglätter darauf.



### Glätten.

Das zerknitterte Hemd aus Mischgewebe frischten die meisten Steamer in rund sieben Minuten gut auf.

→ Hitze, Dampf und Druck für glattes Gewebe – und bügelt auch tiefe Falten aus. Dampfglätter arbeiten senkrecht ohne Druck, gegen tiefe Falten können sie daher wenig ausrichten.

### Schont empfindliche Textilien

Brauchbare Glätter können aber zerknittertes Gewebe glätten oder auffrischen, etwa, wenn es aus dem Koffer kommt oder nach einem langen Arbeitstag am nächsten Morgen schnell wieder glatt sein soll. Auch bei empfindlichen It-Pieces und Kleidungsstücken mit Rüschen oder Plissees kann der Steamer im Vorteil sein: Das kontaktlose Bedampfen schont das Gewebe. Und die Frischekur ist günstig. Wöchentliches Glätten kostet für sechs Kleidungsstücke nicht mehr als etwa 13 Euro an Strom im Jahr.

### Nichts für große Wäscheberge

Für große Wäscheberge sind die Steamer nicht gedacht: Der Dampf reichte im Test mit einer Wasserfüllung fünf bis zwölf Minuten. Je nach Gerät genügt das kaum für ein Hemd, zeigt unser Praxistest. Unsere

Testpersonen glätteten mit jedem Modell Mischgewebe-Hemden, Jeanshemden und Seidenkleider. Zum Glätten eines Mischgewebe-Hemdes brauchten sie im Schnitt etwa sieben Minuten.

Im Schnitt stoßen die geprüften Steamer bei der Arbeit rund 23 Gramm Dampf pro Minute aus. Zum Vergleich: Die Bügeleisen im letzten Test dampften mit durchschnittlich 33 Gramm, die Stationen sogar mit bis zu 155 Gramm – ideal für tiefgreifendes Glätten empfindlicher Textilien wie Mischgewebe oder Seide. Wer das sucht: Die guten Dampfbügelstationen des letzten Tests sind noch zu haben (siehe Tabelle rechts).

### Braune Flecken trüben das Vergnügen

Zum Auffrischen zerknitterter Wäsche reicht die vergleichsweise geringe Dampfmenge der Steamer meist. Die Menge des Dampfes erlaubt aber keine direkten Rückschlüsse auf die Performance: Testsieger Tefal genügen 17 Gramm Dampf pro Minute für ein glattes Ergebnis, Grundig erzielt mit 23 Gramm pro Minute sogar sehr gute Glättergebnisse. Der Braun QuickStyle 7

und der Philips 7000, die beiden teuersten Geräte, produzieren mit 30 Gramm pro Minute den meisten Dampf – enttäuschten jedoch im Praxistest. Sie spuckten beim Bedampfen braune Partikel aus, die Flecken auf dem Stoff hinterließen (siehe Foto S. 63). Ohne Waschen ließen sich die Flecken nicht entfernen.

### Oft fehlen Angaben zum Entkalken

Nur für die Hälfte der Geräte gibt die Gebrauchsanleitung an, dass und wie sie entkalkt werden sollen. Braun und Philips 7000 lieferten mit „1 Mal monatlich“ immerhin einen Anhaltspunkt für die Frequenz. Das Fleckenproblem der beiden löste das aber nicht: Auch noch nach dem Entkalken hinterließen die Geräte braune Teilchen auf der Wäsche.

Die Gebrauchsanleitung des Tefal Access Steam Pocket rät zum Entkalken, „wenn sich die Leistung Ihres Gerätes verschlechtert“. Die Anleitung des Tefal Access Steam Force zeigt zwar, wie entkalkt werden soll, aber nicht wann. Sofern angegeben, entkalkten wir alle geprüften Geräte gemäß der Anleitung.

## Bügeln oder glätten: Vor- und Nachteile im Vergleich

Viele Dampfglätter sind gut darin, Knitter und leichte Falten aus der Welt zu schaffen. Für tiefe Falten sind Bügeleisen das Mittel der Wahl.

Im Dauertest sollten die Glätter 80 Betriebsstunden durchhalten. Von jedem Modell prüften wir drei Exemplare. Wenn ein Gerät während der Prüfung defekt war, zu wenig Dampf lieferte oder zu stark tropfte, brachen wir den Test ab.

### Viele Dampfer fielen frühzeitig aus

Bei Russell Hobbs und Braun blieben alle drei Kandidaten frühzeitig auf der Strecke. Frühzeitig heißt, nach weniger als 53 Betriebsstunden. Eins der drei Braun-Geräte tropfte schon nach weniger als zwölf Stunden so stark, dass wir abbrachen. Bis dahin hätten wir mit dem Braun etwa 80 Mischgewebe-Hemden geglättet – bei zwei Hemden pro Woche wäre der Glätter nach rund zehn Monaten hin. Bei den Modellen Koenig von Mediamarkt Saturn und Tefal Access Steam Force machten zwei der drei Geräte frühzeitig schlapp. Selbst vom Tefal-Testsieger fiel eins früh aus, die anderen beiden hielten aber lange.

Allein der Philips 7000 brachte alle drei ins 80-Stunden-Ziel. Gut ist seine Haltbarkeit trotzdem nicht: im Falltest ging der Wassertank kaputt. ■ →

Journalistische Leitung: Christian van de Sand;  
Wissenschaftliche Leitung: Dr. Dirk Lorenz; Leitung  
Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

### Dampfglätter

**Glätten.** Dampfglätter eignen sich, um verkitterte Klamotten aufzufrischen – etwa nach dem Lagern im Koffer oder nach dem Tragen. Tiefe Falten wie ein Bügeleisen beseitigen sie nicht.

**Hängend.** Beim Glätten hängt das Textil locker am Haken. Für gute Ergebnisse den Stoff leicht spannen. Einige können auch waagrecht bedampfen. Im Test überzeugte hier nur der Russell Hobbs.

**Überall einsatzbereit.** Glätten braucht keinen festen Ort. Der Haken, an dem das Textil hängt, sollte stabil sein, die Fläche dahinter dampfunempfindlich.

**Passt in den Koffer.** Mit durchschnittlich etwa einem Kilogramm sind Glätter nicht besonders leicht, aber recht gut verstaubar. Einige wie Philips 3000 und Tefal Access Steam Pocket sind klappbar. Praktisch auch fürs Aufbewahren.

**Kurzatmig.** Ein Mischgewebe-Hemd brauchte im Test etwa 7 Minuten. Zu lang für einzelne Geräte: Die Tanks reichten für 5 bis 12 Minuten Dampf.

**Eher anfällig.** Kaum einer schaffte die geforderten 80 Betriebsstunden. Nur der Philips 7000 hielt auf Dauer durch.

### Dampfbügeleisen/-station

**Bügeln.** Mit der Kombination aus Hitze, Dampf und Druck bekommen Bügeleisen auch schwere Stoffe wie Leinentischdecken glatt – vor allem die Bügelstationen, die viel Dampf machen.

**Liegend.** Beim Bügeln liegt die Kleidung auf einem Bügelbrett. Einige Bügeleisen lassen sich auch senkrecht nutzen und können so wie Dampfglätter verwendet werden, um Knitter zu beseitigen.

**Zu Hause.** Bügeln braucht Platz. Ohne Bügelbrett geht es kaum. Bügelstationen brauchen Stellfläche für die Basisstation und Platz für den Schlauch.

**Nicht fürs Reisen.** Bügeleisen sind meist schwerer als Glätter und eher unförmig. Bügelstationen sind fürs Reisen ungeeignet. Sie sind groß und schwer. Die Basisstationen im letzten Test wogen bis zu sechs Kilogramm.

**Kurz bis lang.** Die Eisen im letzten Test stießen für 5 bis 10 Minuten Dampf aus. Die Stationen hielten fast eine Stunde durch.

**Eher robust.** 240 Betriebsstunden sollten die Geräte im letzten Test durchhalten. Das schafften viele.



**Beste Bügelstation im Praxistest.** Die Tefal Pro Express Protect aus dem Vortest bügelte Mischgewebe-Hemden als einzige sehr gut.

## Dampfbügelstationen

Diese fünf Dampfbügelstationen mit und ohne Druckboiler schnitten im Bügeleisentest 2024 am besten ab und sind noch erhältlich. Unter [test.de/buegeleisen](https://test.de/buegeleisen) stehen detaillierte Informationen.

Produkt	Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	Dampfmenge (g/min) ca./Dampfdauer (min) <sup>1)2)</sup>	QUALITÄTS-URTEIL
<b>Bügelstationen ohne Druckboiler</b>			
Philips PerfectCare 6000 Series PSG6064/80	189	126/54	GUT (1,9)
Tefal Express Vision SV8152	190	125/57	GUT (2,1)
<b>Bügelstationen mit Druckboiler</b>			
Braun CareStyle 7 IS 7266 VI	279	141/58	GUT (1,8)
Tefal Pro Express Protect GV9225	280 <sup>3)</sup>	136/57	GUT (1,8)
Philips PerfectCare 8000 Series PSG8040/60	369	155/47	GUT (1,9)
Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: Gut (1,6–2,5). Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.			
1) Bei maximaler Temperatur- und Dampfeinstellung. 2) Zeit, in der 100 Prozent des Wassers verdampft sind. 3) Preis laut Anbieter-Webseite.			



## Dampfglätter: Nur einer ist gut – vier bleiben auf der Strecke

Produkt	1 Tefal Access Steam Pocket DT3041	2 Philips 3000 Series, STH3020/10	3 Grundig ST 7950	4 Philips 7000 Series, STH7060/80	5 Mediamarkt Saturn Koenic KGS 1524
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	50	47	44	79	30 <sup>7)</sup>
<b>QUALITÄTSGURTEIL</b>	<b>100 %</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,1)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,3)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (3,5)</b>
<b>Auffrischen und Glätten</b>	<b>35 %</b>	<b>gut (1,8)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>ausreichend (4,0)</b>
Senkrechtes Bedampfen: Mischgewebe-Hemd/Jeanshemd/Seidenkleid	+/+/++	○/+/+	+/+/++	○/○/○	+/+/+
Waagrechtes Bedampfen: Mischgewebe-Hemd/Jeanshemd/Seidenkleid	Entfällt	Entfällt	Entfällt	○/○/○	Entfällt
<b>Handhabung</b>	<b>45 %</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>befriedigend (2,7)</b>	<b>befriedigend (3,3)</b>
Gebrauchsanleitung/Inbetriebnahme und Aufbewahrung	+/++	○/+	+/○	○/+	+/+
Aufheiz-, Abkühl- und Dampfdauer	+	○	○	○	+
Ergonomie	+	+	○	+	+
Anwenden (Auffrischen und Glätten)	○*)	+	○*)	○*)	○*)
Wassertank/Entkalken	○/○	○/Entfällt	+/Entfällt	○/+	+/Entfällt
<b>Haltbarkeit</b>	<b>10 %</b>	<b>befriedigend (2,9)</b>	<b>ausreichend (3,6)*)</b>	<b>ausreichend (3,8)*)</b>	<b>befriedigend (3,5)</b>
Dauerprüfung	○	○*) <sup>4)</sup>	○*) <sup>4)</sup>	++	—*) <sup>8)</sup>
Falltest	○	++	++	○*) <sup>5)</sup>	○
<b>Sicherheit und Schadstoffe</b>	<b>5 %</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>sehr gut (1,0)</b>
<b>Stromverbrauch</b>	<b>5 %</b>	<b>gut (2,3)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>gut (2,4)</b>	<b>gut (2,0)</b>
<b>Ausstattung/Technische Merkmale</b>					
Anwendung senkrecht/waagrecht	■/□	■/□	■/□	■/■	■/□
Dampfdosis (g/min)/Betriebsdauer je Wasserfüllung (min) <sup>1)</sup>	17/6	21/5	23/9	30/6	18/12
Entkalkung laut Anbieter vorgesehen	■ <sup>2)</sup>	□	□	■ <sup>6)</sup>	□ <sup>9)</sup>
Anzahl Reglerstufen/Display	1/□	1/□	2/■	2/□	1/□
Gerät ist zusammenklappbar	■	■	□	□	□
Maximales Fassungsvermögen Tank ca. (ml)	120	120	230	200	235
Gewicht mit vollem Tank ca. (kg)	1,0	0,9	1,3	1,3	1,2
Gesamthöhe/-breite/-tiefe ca. (cm)	18 <sup>3)</sup> /11 <sup>3)</sup> /12 <sup>3)</sup>	22 <sup>3)</sup> /9 <sup>3)</sup> /11 <sup>3)</sup>	29/15/13	38/13/21	27/11/14
Netzkabellänge ca. (m)	2,1	1,9	2,6	2,5	3,1
Mitgeliefertes Zubehör	Aufbewahrungs- beutel, Stoffbürste.	Aufbewahrungs- beutel.	Messbecher, Aufsatz für emp- findliche Textilien und zum Entfernen von Staub, Bürsten- aufsatz.	Handschuh, Aufbewahrungs- beutel (als Matte für Arbeitsunterlage verwendbar), ein weiterer (kleinerer) Wassertank.	Handschuh, Bürstenaufsatz, Dampfschutz- aufsatz.

### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).

○ = Befriedigend (2,6–3,5). ○ = Ausreichend (3,6–4,5).

— = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätssurteil Reihenfolge nach Alphabet.

\*) Führt zur Abwertung (siehe „So haben wir getestet“ rechts).

■ = Ja. □ = Nein.

1) Zeit, in der 90 Prozent des Wassers verdampft sind.

2) Wenn sich die Leistung des Geräts verschlechtert.

3) Im zusammengeklappten Zustand.

4) Eines von drei Geräten fiel frühzeitig aus, das heißt, nach weniger als 53 Betriebsstunden. Ein weiteres der drei Geräte schaffte nur etwas mehr als 53 Stunden.

5) Wassertank defekt. Es liegt ein zweiter, wenn auch etwas kleinerer Tank bei. Der große Tank ist als Ersatzteil nachbestellbar.

6) 1 Mal monatlich.

7) Preis laut Anbieter-Webseite.

8) Zwei von drei Geräten fielen frühzeitig aus, das heißt, jeweils nach weniger als 53 Betriebsstunden.





## So haben wir getestet

**Im Test:** 8 Dampfglätter. Wir wählten möglichst aktuelle Geräte exemplarisch nach Marktbedeutung aus. Die Geräte kauften wir im August 2024 ein. Die Preise ohne Versandkosten erhob Geizhals.de im Februar 2025.

Untersuchungen: Weitere Details zu unseren Prüfmethode finden Sie unter [test.de/dampfglaetter/methodik](https://test.de/dampfglaetter/methodik).

### Auffrischen und Glätten: 35 %

Wir knitterten die Textilien auf zwei Arten: Zusammenlegen und Verdrehen. Drei erfahrene Büglerinnen bearbeiteten mit jedem Gerät je ein **Hemd aus Mischgewebe** (65 % Polyester, 35 % Baumwolle), ein **Jeanshemd** (100 % Baumwolle) sowie ein **Seidenkleid**. Für das **senkrechte Bedampfen** hängten sie die Textilien an einer ebenen Türfläche auf und bearbeiteten sie – sofern in der Gebrauchsanleitung vorgegeben – mit Kontakt zum Textil. Für **waagerechtes Bedampfen** nutzten sie die dafür laut Anbieter geeigneten Geräte auf einem Bügeltisch. Wir bewerteten das Glättergebnis und beurteilten eventuelle Verschmutzungen der Textilien durch die Dampfglätter.

### Handhabung: 45 %

Ein Experte beurteilte die **Gebrauchsanleitung** auf Lesbarkeit, Verständlichkeit und Vollständigkeit. Fünf bügelerfahrene Tester beurteilten die **Inbetriebnahme und Aufbewahrung**, die **Ergonomie** der Geräte, den **Wassertank** und das **Entkalken**, sofern laut Gebrauchsanleitung vorgesehen. Beim **Anwenden (Auf-**

**frischen und Glätten)** beurteilten sie unter anderem, wie einfach sich die Geräte bedienen ließen, sowie den Aufwand des Glättens an sich. Ferner maßen wir **Aufheiz-, Abkühl- und Dampfdauer**.

### Haltbarkeit: 10 %

**Dauerprüfung** (Verkalkungsprüfung): Nach dem Aufheizen simulierten wir das Glätten eines Kleidungsstücks, indem wir die Dampftaste im Wechsel 9 Mal in Folge für je 20 Sekunden (Steam On) betätigten und wieder losließen. Nach 60 Sekunden Pause wiederholten wir den Vorgang weitere 4 Mal. Anschließend ließen wir das Gerät für 30 Minuten abkühlen. Das Vorgehen sollte so lange wiederholt werden, bis 80 Stunden Betriebsdauer (Steam On) erreicht sind. Wir entkalkten gemäß Gebrauchsanleitung, sofern vorgeschrieben. Wir brachen den Test ab, wenn das Gerät defekt war, die Dampfmenge weniger als 5 Gramm pro Minute betrug, die Tropfmenge bei mehr als 3 Prozent lag. Beim **Falltest** ließen wir die Glätter ein Mal aus 140 Zentimeter Höhe auf ein Hartholzbrett fallen. Wir beurteilten eventuelle Defekte und prüften, ob eine elektrische Gefährdung vom Gerät ausgeht.

### Sicherheit und Schadstoffe: 5 %

Beim Prüfpunkt elektrische **Sicherheit** prüfte ein Experte etwa Feuchtigkeitsbeständigkeit und Kriechstrecken. Zudem untersuchten wir die Geräte auf **Schadstoffe** wie Phthalat-Weichmacher.

### Stromverbrauch: 5 %

Wir bewerteten den Jahresstromverbrauch in Kilowattstunden für ein Mal Glätten und Auffrischen pro Woche mit sechs Kleidungsstücken.

### Abwertungen

Ab Befriedigend für das Urteil Anwenden werteten wir die Handhabung ab. Je schlechter die Urteile ausfallen, desto stärker wirkt der jeweilige Abwertungseffekt. War die Haltbarkeit ausreichend, konnte das Qualitätsurteil maximal eine halbe Note besser sein. War die Haltbarkeit mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. Hieß die Note für die Dauerprüfung Ausreichend oder Mangelhaft, konnte das Urteil für Haltbarkeit nicht besser sein. War das Urteil für den Falltest Ausreichend, konnte die Haltbarkeit nur eine halbe Note besser sein.



**Ärgerlich. Bei Braun und Philips 7000 trübten braune Flecken das Ergebnis.**

Foto: Stiftung Warentest

6 Tefal Access Steam Force DT8270	7 Russell Hobbs Steam Genie 2 in 1, Art.-Nr. 28370-56	8 Braun QuickStyle 7, GS 7077 BK
58	53	73
<b>MANGELHAFT (4,6)</b>	<b>MANGELHAFT (4,7)</b>	<b>MANGELHAFT (5,2)</b>
gut (1,7)	gut (1,8)	ausreichend (4,5)
+ / + / + / +	+ / + / +	⊖ / ⊖ / ⊖
Entfällt	+ / + / + / +	- / - / -
gut (2,5)	befriedigend (2,7)	befriedigend (3,3)
⊖ / +	+ / ⊖	⊖ / +
○	○	○
+	○	+
+	○	⊖*)
○ / ○	○ / Entfällt	+ / +
mangelhaft (4,6)*	mangelhaft (4,7)*	mangelhaft (5,2)*
—*)8)	—11)	—*)11)
++	—12)	○
gut (1,7)	gut (2,0)	gut (1,6)
befriedigend (2,8)	gut (2,5)	ausreichend (3,9)
■ / □	■ / ■	■ / ■
26/7	21/7	30/7
■ <sup>10)</sup>	□	■ <sup>6)</sup>
2 / □	1 / □	1 / □
□	□	□
190	165	250
1,5	1,2	1,4
28/13/14	15/10/35	27/12/15
2,6	3,0	3,1
Halterung für Mikrofaser- bürste, drei Mikrofaser- tücher, Stoff- bürste, Dampf- haube.	Aufbewahrungs- beutel (als Matte für Arbeitsunter- lage verwendbar). Stoffbürste, Auf- satz für empfind- liche Textilien, Aufsatz für Polstermöbel.	Haken zum Auf- hängen des zu bedampfenden Kleidungsstücks, Aufsatz (ohne wei- tere Erläuterung).

9) Automatisches Anti-Kalk-System.

10) Keine Angabe, wann entkalkt werden soll.

11) Alle drei Geräte fielen frühzeitig aus, das heißt, jeweils nach weniger als 53 Betriebsstunden.

12) Wassertank defekt. Gerät ist nicht mehr reparabel.



Kleine Warenkunde

## Smarte Indoor-Gärten: Was ist das eigentlich?

Urban Gardening liegt voll im Trend: Menschen ziehen auf kleinen Flächen Kräuter, Gemüse oder Obst groß – etwa mit Hochbeeten auf dem Balkon. Oder eben mit kleinen Gewächshäuschen, die man sich in die Wohnung stellt und die deshalb Indoor-Gärten heißen.

**Wie funktioniert das?** Herzstück der Geräte ist der Behälter mit Steckplätzen für Substrat und Samen. Zudem haben sie einen Wassertank und LED-Lampen, deren Licht für das Züchten von Pflanzen optimiert ist. Bei einigen lässt sich die Lampenhöhe variieren.

**Was macht die Geräte smart?** Nutzen- und Zeitpläne festlegen – und sie erhalten Hinweise, beispielsweise wenn sie Wasser nachfüllen müssen. Die Steuerung läuft entweder über eine App oder über Bedienelemente am Gerät.

**Für wen eignen sich die Gärten?** Vor allem für Menschen, die gern gärtnern, aber keinen eigenen Garten haben. Die Geräte sind für Innenräume gedacht und passen mit ihren kompakten Maßen häufig auf die Fensterbank.

**Was kann man damit züchten?** Einige Anbieter verkaufen mehr als 50 Samen-sorten. Darunter sind viele Kräuter, aber auch Salat, Gemüse, Pilze, Blumen und etwas Obst wie zum Beispiel Erdbeeren und Walderdbeeren.

# Gärtnern auf der Fensterbank

**Smarte Indoor-Gärten** Fünf von sieben Gewächshäuschen liefern in unserem Test eine reiche Ernte. Doch die Freude geht ins Geld – und neues Substrat gibts oft nur vom Geräteanbieter.

**S**elbstgemacht schmeckt am besten – das gilt auch für Kräuter, Salat und Gemüse. Doch nicht jeder Mensch hat einen Garten. Kein Problem: Wenn der Mensch nicht zum Garten kommen kann, muss der Garten zum Menschen kommen. Wir haben sieben sogenannte smarte Indoor-Gärten getestet (siehe links) und damit Basilikum angebaut. Fünf haben eine App, zwei kommen ohne.

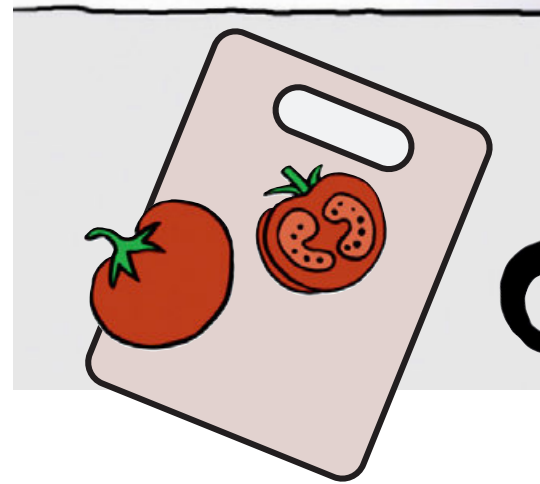
Erfreulich: Mit fünf der sieben Modelle konnten wir reichlich Basilikum ernten. Bester Indoor-Garten im Test ist das mit 145 Euro recht günstige Gerät von Idoo.

Wo Licht ist, ist aber auch Schatten: Neben Defiziten in Pflanzenwachstum, Handhabung und Datenschutz gab es zwei grundsätzliche Probleme. Erstens traten im Testverlauf starke Schwankungen in puncto Lieferbarkeit auf. Die Geräte von Idoo, MyGreen, N8Werk und Urbanhive waren bei Redaktionsschluss kaum noch zu finden.

Zweitens können die Indoor-Gärten zwar viel Freude bringen, doch finanziell lohnen sie sich nicht. Zum Gerätepreis kommen oft noch recht hohe Kosten für Strom und Verbrauchsmaterial hinzu: Bei allen Modellen sollen Nutzende speziell geformtes Substrat über den Geräteanbieter beziehen, bei fünf Geräten auch die Samen (siehe Kasten S. 66). Folge: Es ist deutlich günstiger, Basilikum im Supermarkt zu kaufen.

### Drei mit sehr gutem Wachstum

Die wichtigste Frage im Test war natürlich: Wie fällt die Basilikum-Ernte aus? Von üppig bis mickrig war alles dabei. Die Geräte



von BerlinGreen, Idoo und Urbanhive kamen im Wachstumstest auf ein Sehr gut. Click and Grow sowie Véritable schnitten mit Gut ab.

Bei MyGreen war die Ernte mau, bei N8Werk fiel sie in allen drei Pflanzversuchen ganz aus – wir haben das N8Werk-Gerät daher mit Mangelhaft bewertet. Die schlechten Ergebnisse liegen mindestens zum Teil an der Konstruktion der Geräte oder der Schwämmchen, in denen die Samen stecken. Es kommt zu wenig Licht hindurch – das ist fatal für den Lichtkeimer Basilikum. Mit anderen Pflanzen funktionieren die Modelle möglicherweise besser.

Da die Firmen – außer Idoo und N8Werk – eigene Samen vertreiben, ist auch die Qualität des Saatguts entscheidend. Wir haben es daher von Fachleuten unter optimalen



**Starkes Wachstum.**  
Basilikum schoss in  
den meisten smarten  
Gewächshäuschen  
ordentlich in die Höhe.

Bedingungen großziehen lassen. BerlinGreen erreichte dabei als einziger ein Sehr gut, MyGreen war lediglich befriedigend – die drei anderen Anbieter mit eigenen Samen erhielten das Urteil Gut.

#### **Urbanhive bringt Sensoren mit**

Da die meisten Gärten im Wachstumstest überzeugen, kann die Ausstattung kaufentscheidend sein. Hier gibt es einige grundlegende Unterschiede: Sechs Modelle lassen sich nahezu überall aufstellen. Das Urbanhive ist hingegen für die Wandmontage gedacht – mit einem optionalen Standfuß für 60 Euro lässt es sich aber auch aufstellen.

Das Urbanhive-Gerät hat noch ein weiteres Alleinstellungsmerkmal: Als einziges im Test besitzt es Temperatur- und Luftfeuchtigkeitssensoren. Damit kann es Umwelt-

bedingungen erfassen und per App praktische Hinweise zur Pflanzenpflege geben.

#### **Vier bieten höhenverstellbare Lampen**

Auch die Maße spielen für viele eine Rolle: So ist etwa das Click and Grow fast doppelt so breit wie das Véritable. Bei Idoo, N8Werk, Urbanhive und Véritable ist die Höhe der Lampen flexibel einstellbar.

Die Größe der Wassertanks variiert zwischen 2 und 6,5 Litern. Idoo, MyGreen und N8Werk besitzen eine Umwälzpumpe – die soll die Wasserqualität optimieren, macht aber natürlich auch Geräusche.

Urbanhive bietet Platz für 15 Pflanzgefäße, bei N8Werk sind es nur 7 Stück. Véritable ist ein Sonderfall: Dort passen zwar nur 4 Substrat-Gefäße hinein, allerdings hat jedes 10 Pflanzlöcher für Basilikum.. →

## **Unser Rat**

**Testsieger und Preistipp:** Das Idoo-Gerät ist das beste im Test – und eines der günstigsten (145 Euro). Es punktet unter anderem mit sehr gutem Pflanzenwachstum. Bei Redaktionsschluss war es allerdings kaum noch verfügbar. Die ähnlich überzeugende BerlinGreen GreenBox ist eine gute, aber auch etwas teurere Alternative (199 Euro).

**Umwelttipp:** Die Geräte verbrauchen oft viel Strom. Noch am sparsamsten arbeitet das Véritable (260 Euro). Viel umweltfreundlicher ist es aber, Pflanzen ganz klassisch im Blumentopf zu züchten.



### → Stolpersteine in der Handhabung

Im Prüfpunkt Handhabung verdiente sich nur das Gerät von N8Werk ein gutes Urteil. MyGreen zeigte eine ganze Reihe von Schwächen: Das Gerät gibt bei Wassermangel keinen Hinweis, die mitgelieferte Anleitung besteht aus nur einem Blatt und die Inbetriebnahme gestaltet sich wegen vieler Einzelteile schwierig. Was den Aufbau betrifft, schneidet auch das Urbanhive-Modell schwach ab – unter anderem wegen der aufwendigen Wandmontage.

Ärgerlich bei Véritable: Die App ist nicht auf Deutsch verfügbar – Nutzende müssen Englisch oder Französisch verstehen. Ohne App lässt sich das Gerät nicht steuern.

### Daten: Lücken in Text und Technik

In puncto IT-Sicherheit und Datenschutz haben die Anbieter viel Nachholbedarf. Bei BerlinGreen und Véritable ist die Bluetooth-Verbindung ungeschützt – dadurch könnten Nachbarn die Geräte fernsteuern. BerlinGreen, Click and Grow sowie Idoor erlauben zu kurze Passwörter.

Bis auf die Véritable-App übertragen alle Apps unnötige Daten – mitunter auch an Facebook oder Google. Besonders negativ: BerlinGreen, Click and Grow und Urbanhive senden individuelle Identifikationsmerkmale.

Die Datenschutzerklärung von Véritable ist nicht auf Deutsch verfügbar. Die von Idoor hat große Lücken: So fehlen etwa Angaben zu den Datenempfängern.

### Bis zu 61 Euro pro Jahr für Strom

Da die Geräte in manchen Haushalten dauerhaft laufen, können zum Kaufpreis hohe Stromkosten hinzukommen. In unserer Modellrechnung (siehe Tabelle) ist Véritable mit 29 Euro pro Jahr noch am sparsamsten. BerlinGreen, Idoor, MyGreen und N8Werk erzeugen hingegen jährliche Stromkosten zwischen 55 und 61 Euro. Selbst mancher große Kühlschrank verrichtet seinen Dienst günstiger. ■ →

Text: Martin Gobbin; Testleitung: Robert Brandt;  
Produktauswahl: Thomas Grund;  
Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens.



**Gute Zeiten. So üppig sah das Basilikum nach sechs Wochen im Gerät von BerlinGreen aus.**



**Schlechte Zeiten. MyGreen hingegen lieferte in sechs Wochen fast nur mickrige Pflanzen.**

### Samen und Substrat

## Anbieterbindung sorgt für hohe Folgekosten

Beim Substrat-Nachkauf haben Nutzende keine freie Wahl.

Mit sämtlichen Gärten im Test sind Nutzende quasi dazu gezwungen, das Substrat des Geräteanbieters zu kaufen. Und bis auf Idoor und N8Werk werben alle Anbieter dafür, auch das Saatgut von ihnen zu beziehen. Grund für diese Bindung: Die Pflanzgefäße sind so konstruiert, dass das Substrat eine bestimmte Form haben muss – etwa die eines Kegels. Zudem müssen die Mengen von Substrat, Dünger und Samen aufeinander abgestimmt sein. Das erschwert den Besitzern, eigene Materialien zu nutzen – und es führt zu weiteren Nachteilen.

**Kosten beim Nachkauf.** Pro kompletter Neubepflanzung fallen zwischen 16 und 42 Euro für Substrat und Samen

an (siehe Tabelle). Alternativ gibt es auch samenloses Substrat, sodass Nutzende zumindest eigene Samen verwenden können. Doch auch das ist mit Preisen von 9 bis 33 Euro recht teuer. Mit eigenen Materialien lägen die Nachkauf-Kosten in der Regel bei lediglich 2 bis 4 Euro.

### Abhängigkeit und Verfügbarkeit.

Wer einen Indoor-Garten kauft, macht sich von dessen Anbieter abhängig. Im Test mussten wir wochenlang auf Saatgut von BerlinGreen und Véritable warten, da es zeitweise nicht verfügbar war. Falls ein Anbieter irgendwann mal pleite geht, gibt es möglicherweise gar kein passendes Nachkauf-Material mehr.



## Smarte Indoor-Gärten: Meist starkes Wachstum, stets hohe Kosten

	Mit App					Ohne App	
Produkt	Idoo Wifi Smart Indoor Garden 12 Pods (6,5l) <sup>2)</sup>	BerlinGreen GreenBox Einstieg Deluxe Bundle	Urbanhiv Homefarm <sup>9)</sup>	Véritable Indoor Garden Connect Edition	Click and Grow Smart Garden 9 pro	MyGreen Kitchen Garden Sorglos Kit <sup>16)</sup>	N8Werk Hydroponisches Anzuchtssystem mit Display <sup>19)</sup>
Getestet mit	Anbau-Set von Idoo und Basilikum Genoveser von Kiepenkerl	Plant Plugs und Basilikum Genovese von BerlinGreen	Basilikum Genoveser von Urbanhiv	Organic Sweet Basil Lingot von Véritable	Basil Plant Pods von Click and Grow	Pflanz- schwämmen und Genoveser Basilikum von MyGreen	Anbau-Set von N8Werk und Basilikum Genoveser von Kiepenkerl
Mittlerer Preis ca. (Euro)	145,00 <sup>3)</sup>	199,00	319,00	260,00 <sup>3)</sup>	300,00	150,00 <sup>3)</sup>	120,00 <sup>3)</sup>
Preis für komplette Nachbestückung (Euro)	35,47 <sup>4)</sup>	15,98 <sup>6)</sup>	41,55 <sup>9)</sup>	27,80 <sup>11)</sup>	29,95 <sup>15)</sup>	15,97 <sup>17)</sup>	22,39 <sup>20)</sup>
<b>QUALITÄTSURTEIL</b>	<b>100 % GUT (2,1)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>GUT (2,2)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,6)</b>	<b>BEFRIEDIGEND (2,7)</b>	<b>AUSREICHEND (4,0)</b>	<b>MANGELHAFT (5,0)</b>
<b>Funktion</b>	<b>40 %</b>	<b>sehr gut (1,3)</b>	<b>sehr gut (1,4)</b>	<b>gut (1,6)</b>	<b>gut (2,5)</b>	<b>ausreich. (4,5)*</b>	<b>mangelh. (5,0)*</b>
Wachstumstest/Beleuchtung	++/++	++/+	++/++	+/+	+/O	—*)18)/+	—*)21)/++
Saatgutqualität	Entfällt <sup>5)</sup>	++	+	+	+	O	Entfällt <sup>5)</sup>
<b>Handhabung</b>	<b>30 %</b>	<b>befried. (2,6)</b>	<b>befried. (2,6)</b>	<b>befried. (2,7)</b>	<b>befried. (3,5)</b>	<b>befried. (3,0)</b>	<b>befried. (3,2)</b>
Gebrauchsanleitung/Inbetriebnahme	+/+	O/++	++/O	++/+	O/+	O/O	+/++
App installieren/Anbauen und Ernten	++/O	++/+	+/O	+/+	++/O	Entfällt/O	Entfällt/O
Bedienung/Reinigung und Wartung	O/+	O/O	O/+	O*)12)/O	O/+	+/+	O/O
<b>Umwelteigenschaften</b>	<b>10 %</b>	<b>befried. (3,0)</b>	<b>befried. (2,7)</b>	<b>gut (1,9)</b>	<b>gut (2,2)</b>	<b>befried. (2,6)</b>	<b>befried. (3,0)</b>
Strom-/Wasserverbrauch	O/+	O/+	O/++	+/+	O/++	O/++	O/++
Geräusche/Max. Oberflächentemperatur	O/+	++/+	++/++	++/+	++/+	O/+	+/O
Schutz vor störendem Streulicht	++	+	++	+	++	++	+
<b>Verarbeitung und Sicherheit</b>	<b>10 %</b>	<b>gut (1,7)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>gut (2,0)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>sehr gut (1,5)</b>	<b>gut (1,9)</b>
Verarbeitung/Schutz vor Wasserschäden	O/++	+/++	+/+	+/++	+/++	+/++	O/++
Elektrische Sicherheitsprüfung	++	++	++	++	++	++	++
<b>Basisschutz persönlicher Daten</b>	<b>10 %</b>	<b>befried. (3,5)</b>	<b>ausreich. (4,2)</b>	<b>ausreich. (3,7)</b>	<b>ausreich. (4,0)</b>	<b>ausreich. (4,2)</b>	<b>Entfällt</b>
Schutz von Gerät und Nutzerkonto	O*)22)	O*)22)	O	O*)7)13)	O*)22)	Entfällt	Entfällt
Datensendeverhalten	O	O	O	++	O	Entfällt	Entfällt
Mängel in der Datenschutzerklärung	deutlich	gering	gering	sehr deutlich <sup>14)</sup>	gering	Entfällt	Entfällt
<b>Ausstattung/Technische Merkmale</b>							
Anzahl der Steckplätze für Pflanzen	12	8	15 <sup>10)</sup>	4	9	8	7
Anzahl beim Anbieter erhältlicher Samensorten ca.	Entfällt	55	50	80	75	15	Entfällt
Temperatur-/Luftfeuchtigkeits-Sensor	□/□	□/□	■/■	□/□	□/□	□/□	□/□
Fassungsvermögen des Wassertanks (l)	6,5	2,3	4,5	2,0	4,0	3,5	3,6
Jahresstromkosten ca. (Euro) <sup>1)</sup>	57	55	35	29	32	55	61
Lampen höhenverstellbar	■	□	■	■	□	□	■
Höhe min./max. x Breite x Tiefe ca. (cm)	34/52 x 35 x 26	33/33 x 41 x 21	56/65 x 54 x 23	37/45 x 33 x 18	40/40 x 64 x 19	40/40 x 39 x 22	31/52 x 37 x 16
Leergewicht ca. (kg)	1,8	1,7	9,1	1,3	2,2	3,0	1,8

### Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).  
O = Befriedigend (2,6–3,5). O = Ausreichend (3,6–4,5).  
— = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

\*) Führt zur Abwertung

(siehe „So haben wir getestet“ auf S. 68).

■ = Ja. □ = Nein.

Mängel in der Datenschutzerklärung:  
keine, sehr gering, gering, deutlich, sehr deutlich.

1) Berechnet mit 16 Stunden Betrieb bei maximaler Leistung und 8 Stunden im Nachtschaltmodus – für 365 Tage im Jahr bei 40 Cent pro Kilowattstunde. 2) Bei Redaktionsschluss nur noch eingeschränkte Verfügbarkeit. 3) Von uns bezahlter Einkaufspreis. 4) Wachstumsschwämme von Idoo (12 Stück) und Basilikum Genoveser von Kiepenkerl (2,49 Euro). 5) Kein Saatgut mitgeliefert, im Test wurde Saatgut des Drittanbieters Kiepenkerl verwendet. 6) 8 Plant Plugs und 4er-Pack Basilikum Genovese. 7) Ungesicherte Bluetooth-Verbindung. 8) Bei Redaktionsschluss war das Gerät nicht verfügbar. 9) Basilikum-Pods (15 Stück). 10) Davon drei für kleinere Pflanzenarten. 11) Vier Nachfüllpacks mit Organic Sweet Basil. 12) Bedienung nur per App möglich. Diese ist nicht in deutscher Sprache verfügbar. 13) Kein Nutzerkonto möglich. 14) Nicht auf Deutsch verfügbar. 15) Basil Plant Pods (9 Stück). 16) Laut Anbieter Vertrieb des Produkts eingestellt. 17) Pflanzschwämme (8 Stück) und Genoveser Basilikum (2er-Pack). 18) Bei allen drei Pflanzversuchen sind nur wenige Pflanzen gewachsen. Das Ernteergebnis war sehr gering. 19) Laut Anbieter wird das Produkt seit Ende Dezember 2024 nicht mehr verkauft. 20) Set aus 28 Pflanzschwämmen und 28 Samentöpfen von N8Werk (reicht für vier Bepflanzungen) und Basilikum Genoveser von Kiepenkerl (2,49 Euro). 21) Alle drei Pflanzversuche fehlgeschlagen. 22) Erlaubt zu kurze Passwörter.

## So haben wir getestet

**Im Test:** Sieben smarte Indoor-Gärten, davon fünf Modelle mit App und zwei ohne. Wir kauften die Geräte im Juli und August 2024 im Handel ein. Die Gerätepreise ermittelten wir im Januar 2025 per Anbieterbefragung. Die Preise für die Nachbestückung mit Samen und Substrat erhoben wir im März 2025 per Online-Recherche.

**Untersuchung:** Für alle Untersuchungen bauten wir Basilikum (*Ocimum basilicum*) an, um größtmögliche Vergleichbarkeit zu gewährleisten. Falls der Geräte-Anbieter eigenes Saatgut mitlieferte oder vertrieb, setzen wir dieses ein. Anderenfalls verwendeten wir Saatgut des Drittanbieters Kiepenkerl.

### Funktion: 40 %

Kernstück der Prüfungen war ein praxisnaher **Wachstumstest**. Wir pflanzten das Basilikum nach den Vorgaben der Geräteanbieter an. Pro Modell führten wir drei Pflanzversuche durch. Nach sechs Wochen erfassten wir die Menge des erntereifen Basilikums: einmal in Bezug auf die Gesamtausbeute pro Gerät (geerntete Frischmasse, normiert auf die Stellfläche) – und einmal in Bezug auf die geerntete Frischmasse pro Pflanze. Zudem ließen wir das Anbauergebnis von drei Fachleuten beurteilen. Bei der **Beleuchtung** bewerteten wir Lichtintensität, Lichtqualität und Lichtspektrum sowie die Gleichmäßigkeit der Ausleuchtung. Um die **Saatgutqualität** zu bewerten, zog wissenschaftliches Fachpersonal das von den Anbietern bereitgestellte Saatgut unter idealen Bedingungen und nach bester fachlicher Praxis in Handarbeit groß. Wir bewerteten dabei die erreichte Gesamt-Frischmasse.

### Handhabung: 30 %

Ein Experte beurteilte die mitgelieferte **Gebrauchsanleitung**, Sicherheitshinweise und – falls darauf verwiesen wurde – weitere elektronische Anleitungen. Bei der **Inbetriebnahme** bewerteten drei Fachleute, wie gut sich die Geräte mithilfe der Gebrauchsanleitung in Betrieb nehmen lassen. Außerdem bewerteten wir, wie einfach die **Installation der App** ist. Unter **Anbauen und Ernten** beurteilten die drei Fachleute zum Beispiel, wie leicht sich die Pflanzenkapseln einsetzen lassen, wie einfach das Befüllen des Wassertanks und das Ernten ist. Bei der **Bedienung** wurde das Steuern der Funktionen und Einstellungen via App und direkt am Gerät geprüft. Bei **Reinigung und Wartung** bewerteten die drei Fachleute unter anderem, wie leicht sich einzelne Bauteile austauschen lassen und wie einfach das Reinigen im laufenden Betrieb ist.

### Umwelteigenschaften: 10 %

Wir ermittelten den **Stromverbrauch** – falls vorhanden, auch in verschiedenen Szenarien wie Leerlauf und maximale Leistungsaufnahme. Wir bewerteten den Verbrauch basierend auf 16 Stunden maximaler Leistungsaufnahme und 8 Stunden Nachtschaltmodus an 365 Tagen im Jahr. Den **Wasserverbrauch** ermittelten wir im Wachstumstest und bewerteten ihn. Zusätzlich beurteilten drei Prüfpersonen subjektiv die **Geräusche** und den **Schutz vor störendem Streulicht**. Die **maximale Oberflächentemperatur** maßen wir während der Gerätenutzung.

### Verarbeitung und Sicherheit: 10 %

Drei Fachleute bewerteten die **Verarbeitung** der Geräte – also etwa die Stabilität des

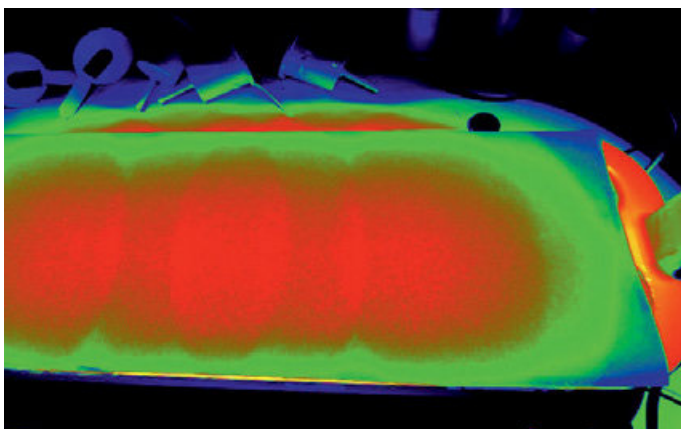
Gehäuses und die Zugentlastung des Stromkabels. Weiterhin bewerteten sie den **Schutz vor Wasserschäden** und führten eine **elektrische Sicherheitsprüfung** für die sicherheitsrelevanten Teile durch.

### Basisschutz persönlicher Daten: 10 %

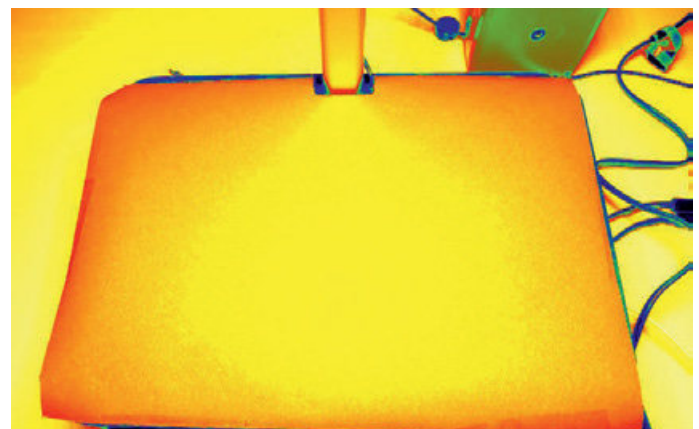
Wir bewerteten den **Schutz von Gerät und Nutzerkonto** und untersuchten dafür zum Beispiel die Passwortpolitik des Anbieters und von ihm getroffene Schutzmaßnahmen gegen Angriffe. Um das **Datensendeverhalten** der Apps zu bewerten, zeichneten wir den Datenstrom der Android- und iOS-Apps auf, entschlüsselten ihn und suchten nach Datenarten, die eindeutig nicht für den Betrieb der App notwendig sind. Ein Jurist prüfte, ob die **Datenschutzerklärungen** zu den Apps leicht auffindbar sind und ob sie die Anforderungen der Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) erfüllen.

### Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Stiftung-Warentest-Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen \*) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen haben wir eingesetzt: War das Gruppenurteil Funktion mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein. War die Funktion ausreichend, konnte das Qualitätsurteil nur eine halbe Note besser sein. Waren die Ergebnisse im Wachstumstest mangelhaft, konnte das Gruppenurteil Funktion nur eine halbe Note besser sein. War die Bedienung ausreichend, konnte das Gruppenurteil Handhabung nur eine Note besser sein. War der Schutz von Gerät und Nutzerkonto ausreichend, konnte das Gruppenurteil Basisschutz persönlicher Daten maximal eine halbe Note besser sein.



**Ungleichmäßig.** Im Labor wird sichtbar, dass das Licht des Click and Grow zum Rand hin abnimmt.



**Gleichmäßig.** Das Idoo zeigt im Beleuchtungstest eine erheblich ausgewogenere Licht-Versorgung.



# Diesen Monat in Stiftung Warentest Finanzen

Jetzt  
im Handel:  
**Heft**  
**4/2025**



## Eigenheim günstig finanzieren

Häuser und Wohnungen sind wieder erschwinglicher und mit Top-Krediten lassen sich Zigttausende von Euro sparen. Das zeigt unser großer Test von 81 Banken, Bausparkassen, Kreditvermittlern und anderen Finanzierern.

## Weitere interessante Themen

**Lebensversicherung fällig.** Nach langem Sparen soll Geld fließen. So klappt bei den größten Versicherern mit Kapitalzahlung oder privater Rente.

**Sparrance einschätzen.** Krankenversicherung und andere Verträge sind teuer? Bevor Sie wechseln, lohnt ein Blick auf die Steuern.

**Entlastungsbetrag.** Werden Pflegenden krank oder machen sie Urlaub, können Pflegebedürftige sich eine Ersatzpflege organisieren. Ab 1. Juli 2025 wird es leichter.



## Zuschuss zur Reiseimpfung

Ob Thailand oder Marokko – je nach Reiseland ist ein anderer Impfschutz sinnvoll. Welche Impfungen die 68 Krankenkassen aus unserer Datenbank zahlen und welcher Schutz wo notwendig ist.



## Nachhaltige Banken

Festgeld, Kredite, Girokonto: Wie gehen grüne Geldhäuser mit dem Geld ihrer Kunden um? Das haben wir bei 15 Banken bewertet. Unser Fazit: Nur wenige sind streng nachhaltig.



Sommerreifen im Test

## Zweimal sehr sicher, einmal Murks

18 Sommerreifen der Größe 225/40 R 18 prüfte der ADAC in seinem neuesten Reifentest. Dabei stachen zwei Modelle mit sehr guter Fahrsicherheit heraus: Der Continental SportContact 7 (133 Euro) und der Bridgestone Potenza Sport (121 Euro). Sie bremsen schnell und kurvten sicher, auch bei Regen. Einen guten Kompromiss zwischen langer Laufleistung und sicherer Fahrt bietet der Michelin Pilot Sport 5 für allerdings 146 Euro. Er lässt sich 56 400 Kilometer fahren, der Continental 43 500, der Bridgestone 50 500. Am längsten (74 400 km) und mit 76 Euro auch am billigsten rollt der Doublecoin DC100. Der ADAC warnt jedoch vor seinem schlechten Grip, vor allem bei Nässe. Hier liegt der Bremsweg von 80 km/h auf null bei 45 Metern und ist damit 17 Meter länger als bei den Besten. Das ist mangelhaft.

**Test-Golf. Mit guten Reifen  
sicher um die Kurven.**

# 63

**von 100 Deutschen  
unternahmen im  
vergangenen Jahr eine  
mindestens fünftägige  
Reise. Für ihren  
Haupturlaub gaben  
sie im Schnitt pro Per-  
son 1544 Euro aus.**

Quelle: Tourismusanalyse.de

BGH-Urteil

## Gericht verbietet irreführende Fernbus-Werbung

„Die umweltfreundlichste Art zu reisen“: Mit dieser Botschaft warb das deutsche Fernbusunternehmen Flixbus in Belgien um Kundschaft. Über den Slogan begann vor zwei Jahren ein Rechtsstreit, der jetzt vom Bundesgerichtshof (BGH) entschieden wurde: Flixbus darf nicht mehr mit der Aussage werben, das umweltfreundlichste Verkehrsmittel zu sein. Zum Hintergrund: Auf Ersuchen einer belgischen Behörde hatte

das Umweltbundesamt (UBA) dem deutschen Busunternehmen Anfang 2023 aufgetragen, die Werbeaussage zu unterlassen. Sie sei irreführend und nicht belegt. Zudem beanstandete das UBA die intransparente CO<sub>2</sub>-Kompensation, die das Unternehmen seinen Kunden gegen Aufpreis anbot. Der BGH gab dem UBA Recht und bestätigte auch die grenzübergreifende Gültigkeit der EU-Regeln für solche Fälle (Az. I ZB 26/24).



Foto: ADAC; Getty Images

Verflixt. Das Ding muss doch aufzukriegen sein!



Treppenschutzgitter im Test

## Zwei Gute für kleine Pfadfinder

Sobald Babys anfangen zu krabbeln, werden Treppen gefährlich. Unsere niederländische Partnerorganisation hat Treppenschutzgitter geprüft.

Die besten Treppengitter im Test von Consumentenbond sind sicher, einfach einzubauen und zu bedienen. Zwei Modelle landen gleichauf an der Spitze, ein Testsieger ist auch in Deutschland erhältlich.

**Siegerduo.** Das Safety 1st Wall Fix Extending Metall kostet 35 bis 40 Euro und wird mit Schrauben an der Wand befestigt. Dieser auch auf dem deutschen Markt erhältliche Testsieger lässt sich von Erwachsenen einfach mit einer Hand öffnen und schließen. Der Preis-Leistungs-Sieger der niederländischen Tester heißt Kidsriver Basic. Er kostet rund 32 Euro und ist auch in Deutschland zu haben. Es gibt ihn in Weiß und Schwarz, er wird ebenfalls an die Wände geschraubt.

**Sicherheit.** Wichtigster Punkt im Test war die Sicherheit. Ein Treppenschutzgitter sollte so konstruiert sein, dass Kinder es nicht öffnen oder wegschieben können. Die Klei-

nen sollten auch nicht daran hochklettern oder zwischen den Stäben hängen bleiben können. Im Test achteten die Prüfer auf potenzielle Klemmstellen, führten Aufpralltests durch und prüften, ob sich die Gitter auch mit Baby auf dem Arm bedienen lassen. Beim Testsieger Safety 1st und beim Preistipp Kidsriver können Eltern deutlich erkennen, ob das Tor richtig verriegelt ist.

**Durchfaller.** Durch die Sicherheitstests fielen laut des Tests von Consumentenbond einige Modelle, die es auch in Deutschland gibt, unter anderem: BabyDan Perfect Close zum Klemmen (50 Euro); Hauck Stop n Safe 2 mit 9-cm-Verlängerung, silber, zum Klemmen (40 Euro); Safety 1st Auto Close Metall, weiß, zum Klemmen (40 Euro).

**Tipp:** Achten Sie bei der Montage darauf, dass das Gitter nicht in Richtung Treppe öffnet. Darauf weist die Broschüre „Sichere Kindermöbel“ des Din Verbraucherrats hin.

E-Auto

## Akku erst kurz vor Abfahrt vollladen

Viele Elektroauto-Besitzerinnen und -Besitzer neigen dazu, die Batterie ihrer Autos sofort vollständig zu laden, sobald sie nach Hause kommen. Unbewegte Vollladestunden senken aber die Langzeit-Haltbarkeit der Batterie. Es empfiehlt sich also, die letzten 20 Prozent der Akku-Kapazität erst kurz vor einer längeren Fahrt zu laden – zum Beispiel mithilfe des meist vorhandenen Lade-Timers. Für kurze Fahrten reicht ohnehin ein teilgeladener Akku. Die Reichweite erhöhen lässt sich an sehr kalten oder heißen Tagen durch das Vorklimatisieren des Autos. Wenn Heizung oder Klimaanlage noch an der Ladesäule die Hauptarbeit erledigen, belastet das nicht den Akku.

Diese und weitere Tipps rund um den Kauf und den optimalen Betrieb eines E-Autos finden Sie im neuen Buch „Umstieg aufs Elektroauto“ der Stiftung Warentest.



Als Hardcover  
256 Seiten für  
39,90 Euro.  
Als E-Book  
36,99 Euro.



# Passt alles?

**Fahrradkindersitze** Kinder dürfen sich über viele gute Sitze freuen, in denen sie sicher auf dem Fahrrad thronen – und ihre Eltern über die erschwinglichen Preise. Das Problem: Nicht jeder Sitz passt an jedes Fahrrad.



## Frontsitze.

Kleine Kinder mit bis zu 15 Kilo Gewicht haben freie Sicht nach vorn und engen Kontakt zu den Eltern. Oft schränken diese Sitze aber die Bewegungsfreiheit des Radelnden ein. Im Test liegt ein gutes und günstiges Modell von Bobike vorn.

## Hecksitze für den Gepäckträger.

Kinder bis 22 Kilo sitzen hinten und haben dort oft auch viel Platz. Diese Sitze lassen sich an vielen Fahrrädern anbringen – aber nur mit geeignetem, robustem Gepäckträger. Im Test sind drei dieser Sitze gut.

## Hecksitze mit Montageblock.

Ein Thron für Kinder bis 22 Kilogramm. Vier dieser am Rahmen festgeklemmten Modelle schneiden im Test gut ab. Damit diese Sitze ans Fahrrad passen, müssen einige Voraussetzungen erfüllt sein.





**„Wir empfehlen  
Ihnen, sich beim  
Fachhändler  
beraten zu lassen,  
welcher der  
guten Sitze an Ihr  
Rad passt.“**

Nico Langenbeck,  
Testleitung

**S**attelt den Drahtesel! Gleich 8 der 14 Fahrradkindersitze in unserem Test sind komfortabel, sicher und eine würdige Mitfahrgelegenheit für kleine Thronfolgerinnen und Thronfolger. Geprüft haben wir drei Sitzvarianten: Frontsitze, Rücksitze für den Gepäckträger und Rücksitze zur Montage am Rahmen. Unter den acht guten Sitzen findet sich in jeder Gruppe mindestens ein preiswerter für 60 bis 70 Euro. Das freut die Schatzmeister. Die anderen Modelle schneiden immerhin befriedigend ab. Gravierende Sicherheitsprobleme fanden wir bei keinem. Das sorgte beim Fotoshooting für unseren Test für gute Laune (siehe links).

### Veränderte Rahmenbedingungen

Unser Eindruck nach ausgiebigen Praxis- und Labortests: Die Anbieter haben sich für die kleinen Prinzen und Prinzessinnen ins Zeug gelegt und ihre aktuellen Sitze gründlich an die neue Norm für Fahrradkindersitze angepasst, die seit August 2022 gilt.

Weniger Rücksicht haben sie allerdings darauf genommen, dass sich auch die Fahrräder in den vergangenen Jahren stark verändert haben: Rahmenrohre sind längst nicht mehr nur rund oder oval und bei E-Bikes zudem oft ziemlich dick. Im Test

passten die Standard-Adapter zur Rahmenmontage deshalb längst nicht an jedes Fahrrad, ob mit oder ohne Motor. Das ist ärgerlich – das Risiko eines Fehlkaufs hoch. Ab Seite 74 geben wir einen Überblick, was bei der Montage der jeweiligen Sitztypen zu beachten ist. Und in der Tabelle auf Seite 76 erklären wir für jeden Sitz, unter welchen Voraussetzungen er ans Fahrrad passt.

### Überzeugende Sitze von 63 bis 160 Euro

Zu den besten Rücksitzen gehören neben teuren Modellen von Britax Römer, Hamax und Thule auch günstige Sitze von Polisport. Trotz guter Gesamturteile zeigten alle aber auch kleine Schwächen.

Die Sitze von Thule für 140 und 160 Euro federn sehr gut, die Aussparung für den Fahrradhelm könnte aber besser sein. Die Hamax Modelle für 140 Euro sind ergonomisch am besten fürs Kind geeignet. Unsere Testpersonen monierten aber die Federung der Sitze, vor allem in der Variante am Gepäckträger – sie verschlechterte die Fahrstabilität. Auch der gute Britax Römer für 150 Euro zeigte insgesamt nur mäßige Fahreigenschaften. Unter anderem, weil er während der Fahrt recht stark quietschte.

Die beiden guten Rücksitze von Polisport für rund 70 Euro zeigen gute Fahreigenschaften. Ihre Polster nehmen Feuchtigkeit aber recht stark auf. Steht das Fahrrad draußen, empfiehlt es sich, den Sitz abzudecken.

Von den Frontsitzen ist nur ein Modell gut, ein günstiges: Der Bobike Go Mini kostet nur 63 Euro und ist der sicherste Frontsitz. Die Höhe seiner Rückenlehne ist für Kinder aber nicht ideal. Und die Fahreigenschaften sind nur befriedigend.

Fahrradsitze werden oft gebraucht gekauft, zumal viele eine sehr gute Haltbarkeit aufweisen. Die guten Modelle aus dem Vorgängertest 2018 sind nach Einschätzung unserer Experten weiterhin empfehlenswert – wenn sie noch gut in Schuss sind.

### Drei Sitze mit Sicherheitsmängeln

Von den sechs befriedigenden Sitzen bergen drei Modelle Schwachpunkte in der Sicherheit: Der Bügel des Thule-Frontsitzes steht so steil nach oben, dass sich die Kleinen zwar ideal daran festhalten können, aber bei einem Gefahrenstopp mit ihrem Kopf auf den Bügel schlagen können. In den beiden Sitzen von Urban Iki können Kinder sich die Haut an den Beinchen zwischen Gurtschnalle und Sitzschale einklemmen – autsch! Das haben alle anderen Anbieter besser gelöst.

Ein weiteres Manko betrifft gleich mehrere Modelle im Test: Im Dunkeln sind die oft schwarzen Sitze kaum sichtbar. Nur die Sitze von Britax Römer, Hamax, Polisport und Thule haben reflektierende Flächen. Dabei bieten alle Sitze viel Platz, um etwa reflektierende Aufkleber anzubringen.

### Herausforderndes Fahren

Während die Kleinen erhaben thronen, ist der Ritt für die Kutscher nicht ohne: Mit großem Kind, Sitz und schwerem E-Bike können mehr als 50 Kilo Gewicht zusammenkommen. Selbst unseren fitten Probanden fiel der Umgang damit im Stehen, beim Auf- und Absteigen und bei langsamer Fahrt schwer. Hecksitze erschwerten vor allem bei Diamantrahmen das Auf- und Absteigen. Die Frontsitze schränkten die Lenk- und Bewegungsfreiheit ein.

Wer ein Kind im Fahrradsitz mitnimmt, sollte sich grundsätzlich fit und sicher mit dem Rad fühlen. Andernfalls ist der Sitz keine optimale Mitfahrgelegenheit fürs Kind. Dann eignet sich vielleicht die Kutsche, sprich ein Fahrradanhänger, besser. ■ →

Text: Anne Mandt; Testleitung: Nico Langenbeck;  
Produktauswahl: Diana Senger; Leitung Faktencheck:  
Dr. Claudia Behrens

## Unser Rat

**Testsieger:** Die besten Hecksitze zur Rahmenmontage sind die guten Polisport Bilby Maxi FF (69 Euro) und Thule Yepp 2 Maxi (160 Euro). Für den Gepäckträger siegt der gute Thule Yepp 2 Maxi (140 Euro). Bester Frontsitz ist der gute Bobike Go Mini (63 Euro).

**Preistipp:** Die Gruppensieger von Polisport und Bobike sind auch die günstigsten in ihrer Gruppe. Den Polisport Bilby Maxi CFS gibt es auch als Modell zur Montage auf dem Gepäckträger, das ebenfalls gut abschneidet (69 Euro).

# Was bei der Montage wichtig ist

Mit unserer Hilfe finden Sie heraus, ob die guten Sitze im Test auch an Ihr Rad passen. Das ist keine Selbstverständlichkeit – Fahrräder sind heute zu unterschiedlich gebaut.



**Okay des Anbieters.** Der Anbieter des Rades sollte den Transport von Kindern im Sitz zulassen. Das steht in der Regel in der Gebrauchsanweisung. Mittlerweile schließen einige Anbieter dies leider aus.

**Robuster Ständer.** Damit das Fahrrad auch bei dem zusätzlichen Gewicht von Kind plus Sitz stabil stehen bleibt, empfehlen wir, einen robusten Zweibeinständer zu montieren.

**Schwerpunkt.** Bei Hecksitzen sollte der Schwerpunkt nicht zu weit hinter der Hinterachse liegen – das kann die Fahreigenschaften verschlechtern. Der Schwerpunkt ist bei vielen Sitzen markiert. Um ihn nach vorn zu verschieben, muss mitunter auch der Sattel verschoben werden.

**Offene Sattelfedern.** Hat der Fahrradsattel offene Federn, müssen diese abgedeckt werden. Sonst könnten sich Kinder im Hecksitz die Finger in den Federn klemmen.

## Frontsitze: Brauchen etwas Platz unter dem Lenker

Die Frontsitze werden mit einem Montageblock ans Steuerrohr oder den Lenkerschaft geklemmt. An einen klassischen Lenkerschaft passen sie oft problemlos. Schwierig wird es bei Steuerrohren, die kurz sind oder einen großen Durchmesser haben.

**Das ist wichtig:** Unter dem Lenker muss genug Platz für den Montageblock sein. Messen Sie, wie viel Raum an Ihrem Steuerrohr oder Lenkerschaft zur Verfügung steht ① und auch dessen Durchmesser ②. Außerdem wichtig: Brems- und Schaltzüge dürfen nicht gequetscht werden.

**Geeignet für:** Besonders einfach ist die Montage bei klassischen, älteren Rädern mit schlankem Lenkervorbau. Optimal sind Hollandräder. Der Lenker ist weit nach hinten geschwungen – so beeinträchtigt der Frontsitz die Bewegungsfreiheit wenig.

**Weniger geeignet für:** Moderne E-Bikes mit bulligem Steuerrohr bieten mitunter zu wenig Platz. Generell sind sportlichere Räder ungünstig, auf denen man nach vorn geneigt fährt – hier ist der Sitz dem Oberkörper im Weg. An Carbonrahmen kann der Block gar nicht angebracht werden.

## Hecksitze für den Gepäckträger: Recht vielseitig

Diese Sitze werden direkt an den Gepäckträger gekrallt oder auf einer Montageplatte fixiert. Ein Gepäckträger lässt sich bei vielen Fahrrädern nachrüsten, sodass dieses System recht vielseitig ist.

**Das ist wichtig:** Der Gepäckträger muss bei allen Sitzen im Test für 27 Kilogramm ausgelegt sein – damit es für ein Kind mit bis zu 22 Kilo plus Sitz reicht. Und die Breite ① sowie die Seitenstreben des Gepäckträgers müssen in Form und Durchmesser zum Sitz passen. Solche Gepäckträger sind allerdings keineswegs Standard. Bei einigen

Gepäckträgern im Test lag der Sitz zudem auf dem Klemmbügel des Gepäckträgers auf. Das kann unsicher sein – dann Klemmbügel entfernen.

**Geeignet für:** Fast alle E-Bikes und Fahrräder. Voraussetzung ist, dass das zulässige Gesamtgewicht von Fahrrad, Fahrer, Kind und Sitz nicht überschritten wird.

**Weniger geeignet für:** E-Bikes mit Gepäckträger-Akku – durch den Sitz liegt der ohnehin ungünstig hohe Schwerpunkt noch einmal höher. Das erschwert das Handling.

## Hecksitze mit Montageblock: Es muss einiges passen

Bei diesen Sitzen wird ein Montageblock ans Sattelrohr geklemmt. In diesen Block wird ein Bügel samt Sitz gesteckt. Doch dafür muss so einiges passen.

**Das ist wichtig:** An Trapez- oder Diamantrahmen kann am Sitzrohr zwischen Oberrohr und den Sattelstreben zu wenig Platz für den Montageblock sein. Messen Sie, wie viel Raum am Sitzrohr Ihres Fahrrads ist ① – in der Tabelle ab Seite 76 steht, wie viel Platz zur Montage erforderlich ist. Zudem müssen Durchmesser und Form des Sitzrohrs ② passen. Und: Der Block darf

nicht zu tief platziert sein. Sonst schlägt der Sitz beim Fahren auf den Gepäckträger auf.

**Geeignet für:** Tiefeinsteiger und klassische Fahrradrahmen mit eher schlanken Rohren.

**Weniger geeignet für:** Bei E-Bikes mit Akku auf dem Gepäckträger reicht der Bügel zum Montieren des Sitzes nicht über den Gepäckträger. Und auch bei anderen Elektrofahrzeugen passen die Adapter mitunter nicht an die dicken Sitzrohre. Tabu ist diese Montagevariante auch für Fahrräder mit Carbonrahmen oder gefedertem Hinterrad.



## So haben wir getestet

**Im Test:** 14 Fahrradkindersitze, darunter 5 Modelle für die Montage auf dem Gepäckträger, 6 Hecksitze zur Rahmenmontage sowie 3 Frontsitze. Wir kauften die Produkte von Juli bis Oktober 2024 ein und erfragten die Preise im Januar 2025 bei den Anbietern.

**Untersuchung:** Details zu den Prüfungen sowie den im Test eingesetzten Fahrrädern unter [test.de/kinderfahrradsitze/methodik](https://test.de/kinderfahrradsitze/methodik).

### Fahren: 25 %

Je zwei im Umgang mit Kindersitzen erfahrene Frauen und Männer beurteilten bei maximaler Beladung der Sitze das **Fahren auf verschiedenen Untergründen** wie Asphalt und Kopfsteinpflaster, im Punkt **Fahrstabilität** das Lenkverhalten, scharfes Bremsen und Ausweichen. Zudem beurteilten sie **Schieben**.

### Eignung für das Kind: 20 %

Beim **Sitzkomfort** beurteilten wir etwa Körperunterstützung, Höhe der Rückenlehne und verschiedene Sitzwinkel. Wir prüften **Federung, Sitzklima** und **Fahrradhelmeignung**.

### Handhabung: 20 %

Die vier Probanden beurteilten etwa, wie vollständig und lesbar die **Gebrauchsanleitung** war. Ein Experte überprüfte vorgeschriebene Hinweise und führte die Erstmontage durch. Die Probanden beurteilten die **Montage und Befestigung** von Sitz und Halteblock und den **täglichen Gebrauch**, etwa das Hineinsetzen, Verstellen sowie Auf- und Absteigen. Und wir bewerteten das **Reinigen** der Sitze.

### Sicherheit: 20 %

Wir prüften **Sitzhalterung**, das **Gurtsystem**, die **Verletzungsgefahr**, die **Erkennbarkeit im Dunkeln** anhand reflektierender Flächen und **Kennzeichnungen und Warnhinweise**.

### Haltbarkeit: 10 %

Wir untersuchten unter anderem die Haltbarkeit der Materialien von Sitzfläche, Seitenteilen, Rückenlehne und Fußstützen auf verschiedenen Prüfständen sowie ihre Empfindlichkeit gegenüber großer Hitze und Kälte.

### Schadstoffe: 5 %

Wir prüften berührbare Teile auf Phthalat-Weichmacher, Chlorparaffine, Azofarbstoffe, Flammschutzmittel, Formaldehyd und PFAS.

### Abwertungen:


War die Sicherheit ausreichend, konnte das Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein. Hieß die Note für die Verletzungsgefahr Ausreichend, konnte das Urteil für die Sicherheit nicht besser sein. Waren Kennzeichnung und Warnhinweise oder Erkennbarkeit im Dunkeln ausreichend oder schlechter, wurde Sicherheit eine halbe Note abgewertet.

Foto: Sven Wied





## Fahrradkindersitze: Preiswerte Gute in allen Montagevarianten

		Hecksitze zur Rahmenmontage (für Kinder bis 22 Kilogramm)					
Produkt		Polisport Bilby Maxi FF	Thule Yepp 2 Maxi Rahmenmontage	Hamax Caress Rahmenmontage <sup>2)</sup>	Britax Römer Jockey Pro	Bobike Go Maxi Frame Reclinable	Urban Iki Ta-ke Rahmenmontage
Mittlerer Preis ca. (Euro)		69	160	140	150	115	100
 QUALITÄTSGUTACHTEN	100 %	GUT (2,2)	GUT (2,2)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (3,0)
Fahren	25 %	gut (2,4)	gut (2,3)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,8)	gut (2,5)	gut (2,1)
Fahren auf verschiedenen Untergründen		+	+	○	○	○	+
Fahrstabilität/Schieben		+ / ○	+ / +	+ / ○	+ / +	+ / +	+ / +
Eignung für das Kind	20 %	gut (2,1)	gut (2,0)	gut (1,8)	gut (2,0)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,2)
Sitzkomfort/Federung		+ / +	+ / ++	+ / +	+ / +	○ / +	○ / ++
Sitzklima/Fahrradhelmeignung		○ / +	+ / ○	+ / ++	+ / ○	○ / +	○ / ○
Handhabung	20 %	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,6)	befriedigend (3,0)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,6)	gut (2,3)
Gebrauchsanleitung/Montage und Befestigung		○ / +	○ / +	○ / ○	○ / ○	○ / +	+ / ○
Täglicher Gebrauch/Reinigen		○ / +	+ / +	○ / ○	+ / +	○ / ++	+ / +
Sicherheit	20 %	gut (2,2)	befriedigend (2,7)	gut (2,1)	gut (2,3)	befriedigend (3,2)	ausreichend (4,0)* <sup>1)</sup>
Gurtsystem/Sitzhalterung		++ / +	++ / ++	++ / ++	++ / ++	++ / +	++ / ++
Verletzungsgefahr		+	+	+	○	+	⊖* <sup>4)</sup>
Erkennbarkeit im Dunkeln		○	⊖* <sup>1)</sup>	○	○	—* <sup>1)</sup>	—
Kennzeichnung und Warnhinweise		++	○	○	++	++	++
Haltbarkeit	10 %	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,3)	gut (2,3)	sehr gut (1,2)	gut (1,6)
Schadstoffe	5 %	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	befriedigend (3,3)	sehr gut (1,0)	gut (1,6)	sehr gut (1,0)
Ausstattung/Technische Merkmale							
Voraussetzungen zur Montage am Fahrrad <sup>1)</sup>		<b>Sitzrohr:</b> rund oder oval mit 2,8 bis 4,0 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> Widersprüchliche Angaben: 8,5 und 10,5 cm.	<b>Sitzrohr:</b> rund mit 2,8 bis 4,0 cm, oval mit max. 4,0 x 5,5 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> mind. 15 cm.	<b>Sitzrohr:</b> rund mit 2,8 bis 4,0 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> Keine Angabe, nach unserer Messung mind. 8,6 cm.	<b>Sitzrohr:</b> rund mit 2,8 bis 4,0 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> mind. 8 cm.	<b>Sitzrohr:</b> rund oder oval mit 2,8 bis 4,0 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> mind. 10,5 cm.	<b>Sitzrohr:</b> rund mit 2,8 bis 3,8 cm Durchmesser. <b>Platzbedarf am Sitzrohr:</b> Keine Angabe, nach unserer Messung mind. 11 cm.
Preis für Zusatzblock oder -adapter ca. (Euro) <sup>1)</sup>		Keine Angabe	35	25	40	18,99	19,95
Zubehör für weitere Montagevarianten (Preis ca. Euro) <sup>1)</sup>				Alternativer Bügel für kleinere Rahmen erhältlich (25).			
Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)		74 x 40 x 37	92 x 41 x 30	79 x 38 x 34	88 <sup>3)</sup> x 47 x 29	86 x 43 x 27	81 x 38 x 28
Leergewicht ca. (kg)		3,4	5,2	4,3	5,4	5,0	5,0
Diebstahlsicherung		□	■	■	■	□	■
<b>Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:</b> ++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). — = Mangelhaft (4,6–5,5).							
<b>Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.</b> *) <b>Führt zur Abwertung</b> (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 75).							
■ = Ja. □ = Nein.							



**Polisport**  
Bilby Maxi CFS



**Hamax**  
Caress



**Bobike**  
Go Maxi Carrier



**Urban Iki**  
Ta-ke



**Bobike**  
Go Mini



**Qibbel**  
Air Frontsitz



**Thule**  
Yepp Nexxt 2 Mini

Hecksitze zur Montage auf dem Gepäckträger (für Kinder bis 22 Kilogramm)					Frontsitze (für Kinder bis 15 Kilogramm)		
Thule Yepp 2 Maxi Gepäckträger- montage	Polisport Bilby Maxi CFS	Hamax Caress Gepäck- trägermontage <sup>2)</sup>	Bobike Go Maxi Carrier Reclinable	Urban Iki Ta-ke Gepäckträger- montage	Bobike Go Mini	Qibbel Air Frontsitz	Thule Yepp Nexxt 2 Mini
140	69	140	105	85	63	88	130
GUT (2,2)	GUT (2,3)	GUT (2,4)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (3,0)	GUT (2,3)	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (3,0)
gut (2,4)	gut (2,3)	befriedigend (2,8)	gut (2,4)	gut (2,1)	befriedigend (2,6)	befriedigend (2,7)	befriedigend (2,7)
+	+	○	○	+	○	○	○
+ / ○	+/+	○ / ○	+ / +	+ / +	○ / +	○ / +	○ / +
gut (2,0)	gut (2,1)	gut (1,9)	befriedigend (3,1)	befriedigend (3,2)	befriedigend (3,1)	befriedigend (2,9)	befriedigend (2,7)
+ / ++	+ / +	+ / +	○ / +	○ / +	○ / +	○ / ++	○ / ++
+ / ○	○ / +	+ / ++	○ / +	○ / ○	+ / ○	+ / ○	+ / +
befriedigend (2,7)	befriedigend (3,0)	befriedigend (3,0)	gut (2,5)	gut (2,3)	befriedigend (2,8)	befriedigend (3,3)	gut (2,5)
○ / +	○ / +	○ / +	○ / +	+	○ / +	○ / +	+
○ / +	○ / +	○ / ○	○ / ++	+ / +	○ / +	○ / ○	○ / +
befriedigend (2,6)	gut (2,5)	gut (2,1)	befriedigend (3,2)	ausreichend (4,0)* <sup>1)</sup>	sehr gut (1,5)	befriedigend (2,7)	ausreichend (4,0)* <sup>1)</sup>
++ / ++	+ / +	++ / ++	++ / +	++ / ++	++ / ++	++ / ++	++ / ++
+	○	+	+	⊖*) <sup>4)</sup>	+	○	⊖*) <sup>5)</sup>
⊖*)	○	○	—*)	—	Entfällt	Entfällt	Entfällt
○	++	○	++	○	++	—*)	○
sehr gut (1,1)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,3)	sehr gut (1,2)	gut (1,6)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,2)	sehr gut (1,1)
sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	befriedigend (3,3)	gut (1,6)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)	sehr gut (1,0)
<b>Zuladung Gepäckträger: 27 kg. Breite Gepäckträger: 11 bis 17,5 cm. Gepäckträger- Streben: 1,1 bis 2,86 cm Durchmesser.</b>	<b>Zuladung Gepäckträger: 27 kg. Breite Gepäckträger: Widersprüchliche Angaben: 12,0 und 12,5 bis 17,5 und 18,5 cm. Gepäckträger- Streben: 1,0 bis 1,6 cm Durchmesser.</b>	<b>Zuladung Gepäckträger: 27 kg. Breite Gepäckträger: 12 bis 16,0 cm. Gepäckträger- Streben: rund mit 1,0 bis 2,0 cm Durchmes- ser, andere Formen auch wenn Träger- adapter „guten Halt“ hat.</b>	<b>Zuladung Gepäckträger: 27 kg. Breite Gepäckträger: 12 bis 17,5 cm. Gepäckträger- Streben: 1,0 bis 1,6 cm Durchmesser.</b>	<b>Zuladung Gepäckträger: 27 kg. Breite Gepäckträger: 12 bis 17,5 cm. Gepäckträger- Streben: rund mit max. 2,5 cm, oval mit max. 2,0 cm, quadratisch mit max. 1,8 cm Durch- messer.</b>	<b>Steuerrohr oder Lenkerschaft: 2,2 bis 3,2 cm Durchmesser, 1-1/8"-Mountain- bike-Steuerrohr. Platzbedarf: mind. 3,5 cm.</b>	<b>Steuerrohr oder Lenkerschaft: 2,2 bis 3,6 cm Durchmesser. Platzbedarf: mind. 2 cm.</b>	<b>Steuerrohr oder Lenkerschaft: 2,2 bis 2,8 cm Durchmesser. Platzbedarf: mind. 2,1 cm.</b>
Nicht notwendig	Nicht notwendig	40	Nicht notwendig	21,95	20,99	17,95	24,95
Sitzvariante für das Gepäckträger- system Mik HD (170) erhältlich.				Sitzvarianten für die Gepäckträgersyste- me Mik HD (95) sowie Easyfix (85) erhältlich.	Schmalere Adapter für A-Head-Lenker- vorbauten erhältlich (19,90).		
92 x 41 x 30	74 x 40 x 37	79 x 38 x 34	86 x 43 x 27	81 x 38 x 28	62 x 36 x 26	60 x 39 x 30	66 x 36 x 36
3,6	2,6	3,9	3,3	2,8	2,4	1,7	1,7
■	□	■	□	■	■	■	■

1) Laut Anbieter.

2) Laut Anbieter Produkt geändert. Das veränderte Modell ist durch den Zusatz „X4“ auf dem Typenschild am Sitz zu erkennen.

3) Mit ausgezogener Rückenlehne 98 Zentimeter hoch.

4) Zwischen der Befestigung der Gurtschnalle und der Sitzschale können sich Kinder die Haut der Beine einklemmen.

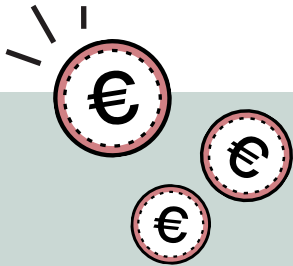
5) Bei einer Gefahrenbremsung kann der Kopf des Kindes auch bei korrekt angelegtem Gurt nach vorn auf den Haltebügel schlagen.



Nachbarschaftsstreit

## Klopfen gegen Lärm verboten

Weil eine Frau ihre Industrienähmaschine rattern ließ, reagierte eine Nachbarin mit lautem Klopfen an die Decke. Aus Notwehr, wie sie sagte. Dem widersprach das Amtsgericht München: Das Klopfen sei nicht gerechtfertigt und müsse fortan unterbleiben. Die Klopferin muss der Näherin zudem 300 Euro Schmerzensgeld zahlen (Az. 173 C 11834/23).



Leserfrage

### Geld gefunden – abgeben oder behalten?

**Ich habe neulich einen 20-Euro-Schein auf der Straße gefunden und behalten. Ein Freund meinte, ich hätte das nicht tun dürfen. Stimmt das?**  
Julian M., Berlin

Ihr Freund hat recht. Nur Funde bis 10 Euro dürfen Sie einstecken. Alles, was darüber hinausgeht, müssen Sie ins Fundbüro oder zur Polizei bringen. Bei Gegenständen ist deren Wert entscheidend. Findet sich der Besitzer nicht innerhalb von sechs Monaten, gehört der Fund Ihnen.



**Jugendliche mit Nasenring. Bei Minderjährigen sollten die Eltern mit dem Körperschmuck einverstanden sein.**

Piercing und Tattoo

## Keine klaren Altersgrenzen

Unter bestimmten Voraussetzungen dürfen Teens allein entscheiden.

Ohrloch, Nasenstecker, Intimpiercing, Tattoos: Wann Jugendliche selbst über solche Art von Körperschmuck entscheiden dürfen, hängt vom Einzelfall ab. Rechtlich können unterschiedliche Auslegungen greifen, auch weil die entsprechenden Eingriffe unterschiedliche Folgen haben.

**Eingriff in den Körper.** Juristisch gesehen sind jedes Piercing und jede Tätowierung eine Körperverletzung. Diese ist nicht strafbar, wenn die verletzte Person ihr Einverständnis gegeben hat. Es ist rechtlich umstritten, ob Menschen unter 18 Jahren für ein Tattoo oder Piercing immer die Einwilligung der Erziehungsberechtigten benötigen. Nach der vorherrschenden juristischen Meinung können Jugendliche nach gründlicher Aufklärung in bestimmten Fällen allein einwilligen, wenn sie die ganze Bedeutung ihrer Entscheidung ermessen können.

**Begrenzt geschäftsfähig.** Zivilrechtlich kommt hinzu, dass es um die Geschäftsfähigkeit der Jugendlichen geht. Teens unter

18 Jahren gelten als „begrenzt geschäftsfähig“ und dürfen ohne die Zustimmung der Eltern mit ihrem Taschengeld nur bestimmte „vernünftige“ Verträge schließen.

**Reife Entscheidung.** Letztlich gehts darum, ob der oder die Jugendliche in der Lage sind abzuschätzen, was ein Piercing oder Tattoo bedeuten und mit welchen Konsequenzen dieser Körperschmuck einhergehen wird. Das heißt: Sind zum Beispiel das Mädchen mit 14 oder der Junge mit 16 in der Lage, „die Bedeutung und die Tragweite des Eingriffs und seiner Gestattung zu ermessen“? Die Antwort darauf ist bei einem reversiblen Piercing von Ohr oder Zunge eine andere als bei einem großflächigen Tattoo. Das müssen die Studios berücksichtigen.

**Was Fachleute sagen.** Der Bundesverband Tattoo (BVT) rät davon ab, Minderjährige zu tätowieren. Damit seien alle Beteiligten auf der sicheren Seite. Auch der Verein Deutsche Organisierte Tätowierer (DOT) lehnt Tätowierungen für Jugendliche unter 18 ab.

## Urteile

### Ersatzwagen trotz TÜV-Ablauf

Unfallopfer haben auch dann Anspruch auf einen Mietwagen für die Dauer der Reparatur ihres Autos, wenn der TÜV des beim Unfall beschädigten Autos abgelaufen war. So hat der Bundesgerichtshof entschieden (Az. VI ZR 117/24). Anders sieht es aus, wenn der Wagen nicht mehr verkehrssicher war. Das muss das Landgericht Nürnberg-Fürth jetzt klären.

### E-Bike-Brand – Halter haftet

Haben E-Bikes einen so starken Motor, dass sie ein Kennzeichen benötigen, gelten sie als Kraftfahrzeuge im Sinne des Straßenverkehrsgesetzes (StVG). Daraus folgt: Falls der Akku solcher Räder sich entzündet, haftet der Halter aufgrund der Betriebsgefahr. Das hat das Landgericht Lübeck entschieden (Az. 5 O 26/23).

### Gefängnisstrafe für Jäger

Zu acht Monaten Haft auf Bewährung wegen grundloser Tötung von Wirbeltieren verurteilte das Landgericht Bamberg einen 78-jährigen Jäger. Außerdem muss er 10 000 Euro zahlen. Er hatte den ohne Leine frei laufenden Schlittenhund eines Urlaubers aus Österreich erschossen. Die Richter sahen keine Anzeichen dafür, dass der Hund wilderte (Az. 4 Cs 2106 Js 14529/22).

### Krank am ersten Tag – kein Lohn

Wer gleich an seinem ersten Arbeitstag arbeitsunfähig ist, hat keinen Anspruch auf Lohnfortzahlung. Der reine Abschluss eines Arbeitsvertrags genügt also nicht. Eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung beginnt erst mit Arbeitsantritt, so das Landessozialgericht Niedersachsen-Bremen (Az. L 16 KR 61/24).

### Arbeitsrecht

## Gehaltsabrechnung darf auch digital sein

Jedem Angestellten steht grundsätzlich die Gehaltsabrechnung in Textform zu. Das Bundesarbeitsgericht hat dazu entschieden: Eine digitale Form reicht dafür aus. Geklagt hatte eine Verkäuferin, die ihre Gehaltsabrechnungen über ein digitales Postfach ihres Einzelhandelsbetriebs bekommen hatte. Mitarbeiter ohne privates Endgerät mit digitalem Mitarbeiterpostfach konnten ihre Dokumente ersatzweise im Betrieb einsehen und ausdrucken. Die Verkäuferin bestand aber darauf, die Abrechnung auf Papier zu erhalten. Zu Unrecht, wie das Gericht urteilte. Es genüge, die Abrechnung an einer elektronischen Ausgabestelle bereitzustellen (Az. 9 AZR 48/24).



Verdienstbescheinigung	
Gesamt-Brutto	28.000,00
Lohnsteuer	6.133,70
SolZ	33,00
SV-Brutto	28.000,00

**Lohnabrechnung.** Angestellten ist zumutbar, sie sich selbst auszudrucken.

### Bestattungsvorsorge

## Vertrag kann bei Insolvenz aufgelöst werden

Vorsorgegelder für eine Bestattung sind grundsätzlich pfändbar und gehören zur Insolvenzmasse. Der Insolvenzverwalter darf auf das Geld zurückgreifen, um die Gläubiger zu bedienen, urteilte der Bundesgerichtshof (Az. IX ZR 91/24). Im vorliegenden Fall hatte ein Mann bei einem Bestatter einen Vorsorgevertrag abgeschlossen, in dem er die Details seiner künftigen Beisetzung regelte – auch die Bezahlung. Die dafür vorgesehene Summe hatte er bei der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand hinterlegt. Sie sollte das Geld bis zu sei-

nem Tod verwahren und dann an den Vertragsbestatter auszahlen. Doch der Kunde überschuldete sich und meldete Insolvenz an. Der Insolvenzverwalter darf laut Gericht beide Verträge kündigen – den mit dem Beerdigungsinstitut und den mit der Treuhandgesellschaft. Letzterer unterliegt keinem Pfändungsschutz. Anders sieht die Rechtslage bei Sterbeversicherungen aus. Hier gilt: Die Ansprüche wären nur pfändbar, wenn die Versicherungssumme höher als 5 400 Euro ist. Mehr zum Thema unter [test.de/bestattungsvorsorge](https://test.de/bestattungsvorsorge).



**Bestattungsvorsorge.** Über 1,8 Milliarden Euro verwalten Treuhandgesellschaften hierzulande.





Verkehrsunfälle

### Regelbruch überwiegt Fahrfehler

Verstöße gegen Verkehrsregeln wiegen schwerer als bloße Fahrfehler. Ein bei einem Sturz nach einer Vollbremsung schwer verletzter Motorradfahrer hat nach einem Urteil des Bundesgerichtshofs gute Chancen, mehr als 40 Prozent Ersatz für seine Verletzungen zu bekommen (Az. VI ZR 18/24). Die Fahrerin eines aus der Gegenrichtung kommenden Autos war trotz Gegenverkehr links an einem auf der Fahrbahn stehenden Müllwagen vorbeigefahren. Ein ihr entgegenkommendes Auto bremste heftig. Dadurch zwang es auch den hinter ihm fahrenden Motorradfahrer zur Vollbremsung. Dabei blockierten die Räder und er stürzte. Das Oberlandesgericht Celle gab ihm zu 60 Prozent die Schuld an dem Unfall. Die Richter in Karlsruhe mahnen weitere Aufklärung an. Sofern ihm nur die unkontrollierte Vollbremsung vorzuwerfen sei und er nicht auch zu dicht aufgefahren sei, müsse er mehr Schadenersatz bekommen.

## Die besten Tagesgeldkonten

Geld parken, gute Zinsen dafür bekommen und dennoch jederzeit flüssig sein: Das ist der Wunsch von vielen, die Geld zur Seite legen wollen. Ein gutes Tagesgeldkonto ist die ideale Lösung für den Notgroschen (und auch für etwas mehr). Der Nachteil beim Tagesgeld: Der Zins ist flexibel, kann sich daher jederzeit ändern. Wer sich häufige Kontowechsel ersparen möchte, wählt ein Tagesgeldkonto, das bisher dauerhaft gut war. Erkennbar sind solche Konten in der Tabelle an dem nach oben gerichteten Pfeil. Täglich aktualisierte Konditionen finden Sie online unter [test.de/tagesgeld](https://test.de/tagesgeld).

Anbieter Dauerhaft gut	Einlagen- sicherung (Land/ Begrenzung)	Kontakt	Mindest- anlage* (Euro)	Zins/Rendite pro Jahr (Prozent) bei einem Betrag von 5 000 Euro
Ayvens Bank (ex Leaseplan Bank) <sup>1)</sup> ↑	NL ▽	ayvensbank.de @	Keine	2,55/2,58
Distingo Bank <sup>1)</sup>	F ▽	weltsparen.de @	Keine <sup>2)</sup>	2,51/2,53
Klarna Bank <sup>1)</sup>	S ▽ <sup>3)4)</sup>	weltsparen.de @	500 <sup>5)</sup>	2,50/2,52
Deutsche Bank (EuroExtra)	D	weltsparen.de @	Keine	2,45/2,45
Bank Norwegian <sup>1)</sup>	S ▽ <sup>3)4)</sup>	banknorwegian.de @ <sup>6)</sup>	Keine	2,45/2,45
Klarna Bank <sup>1)</sup>	S ▽ <sup>3)4)</sup>	klarna-festgeld.de @ <sup>6)</sup>	Keine	2,40/2,43
Collector Bank <sup>1)</sup> ↑	S ▽ <sup>3)4)</sup>	weltsparen.de @	500 <sup>5)</sup>	2,40/2,42
Akbank	D	akbank.de @ <sup>7)</sup>	Keine	2,40/2,40
Morrow Bank <sup>1)</sup> ↑	N ▽ <sup>4)</sup>	weltsparen.de @	5 000 <sup>2)</sup>	2,35/2,37

\* Wird dieser Beitrag unterschritten, entfällt die Verzinsung oder es wird ein deutlich niedrigerer Zins gezahlt.  
↑ = dauerhaft gut (in den vergangenen 24 Monaten 22 Mal in der Top 20). @ = Kontoeröffnung und -führung per Internet.  
▽ Einlagensicherung ist auf 100 000 Euro pro Person begrenzt. **Einlagensicherung (Land):** D = Deutschland. F = Frankreich. NL = Niederlande. N = Norwegen. S = Schweden. **1)** Keine Freistellungsaufträge möglich. Zinsen müssen in der Steuererklärung angegeben werden. **2)** Zins gilt nur für Beträge bis 100 000 Euro. **3)** Je nach Wechselkurs schützt die Einlagensicherung zeitweise nur einen Betrag von unter 100 000 Euro. **4)** Im Falle einer Bankpleite erfolgt die Entschädigung in Landeswährung. Die Umrechnung in Euro erfolgt zum Tageskurs. **5)** Zins gilt nur für Beträge bis 85 000 Euro. **6)** Kontoeröffnung und Kontoführung nur per App möglich. **7)** Kontoführung auch per Telefon möglich.  
**Stand:** 12. März 2025.

### Inside Stiftung Warentest

Für alle, die es besser wissen wollen: Profitieren Sie vom exklusiven Wissen unserer Chefredakteure und erhalten Sie wertvolle Tipps direkt in Ihr Postfach – wöchentlich und kostenlos.

**Jetzt anmelden:**  
[test.de/newsletter](https://test.de/newsletter)

Foto: picture alliance / Chromorange





Stiftung Warentest warnt

## Jugendliche im Visier von Betrügern

Viele Betrugsmaschinen zielen auf ältere Menschen ab, einige aber auch speziell auf junge Menschen. Aktuell warnt das Landeskriminalamt (LKA) Schleswig-Holstein vor Betrugsversuchen, die auf Social-Media-Kanälen ihren Anfang nehmen. Userinnen und User werden als sogenannte „Treuhandagenten“, „Finanzagenten“ oder unter einer anderen dubiosen Bezeichnung angeworben.

**Missbrauch des Kontos.** Viel sollen die jungen Agenten nicht machen. Ihre Aufgabe besteht darin, ihr Konto für Überweisungen zur Verfügung zu stellen. Geht Geld ein, sollen sie es weitertransferieren. Dafür werden Provisionen zwischen 5 und 20 Prozent versprochen. Die Opfer ahnen nicht, dass die Gelder etwa durch Online-Betrügereien oder Phishing erbeutet wurden und sie auf diese Weise Geldwäsche betreiben. Zum Teil plündern die Kriminellen auch zusätzlich die Konten ihrer Opfer. Das LKA berichtet, dass diejenigen, die aussteigen wollen, teils bedroht werden.

**Tipp:** Stellen Sie Ihr Konto nie Dritten zur Verfügung. Womöglich verlieren Sie Geld und machen sich zudem strafbar. Melden Sie solche dubiosen Offerten der Polizei. Haben Sie Kinder, warnen Sie sie vor der Masche.

Entschädigung für Mehrarbeit

## 31 400 Euro für Grundschulleiter

Ein Schulleiter aus Niedersachsen bekommt die von ihm dokumentierte Mehrarbeit bezahlt. Bislang wird die Arbeitszeit an Schulen nicht erfasst.

Ein pensionierter Grundschulleiter bekommt rund 31 400 Euro für jahrelange Mehrarbeit. Das hat das Niedersächsische Oberverwaltungsgericht entschieden (OVG, Az. 5 LC 193/20). Entscheidend für das Urteil: Der Rektor hatte seine Arbeitszeit eigenständig dokumentiert.

**Mehrarbeit selbst erfasst.** Der Schulleiter konnte belegen, dass er über den Zeitraum von November 2017 bis Juli 2022 regelmäßig zu viele Stunden gearbeitet hatte. Da es kein System zur Arbeitszeiterfassung für Schulleitende und Lehrkräfte gibt, erfasste der Rektor seine Arbeitszeit selbst. Es war strukturelle Mehrarbeit, urteilte das OVG, und sprach dem ehemaligen Grundschulleiter einen finanziellen Ausgleich zu. Er hatte jede Woche durchschnittlich 8,42 Stunden zu viel gearbeitet. Entschädigung bekommt der Rektor nur für die Zeit, in der er die Überstunden detailliert dokumentiert hatte. Ursprünglich hatte er einen Ausgleich für zehn weitere Monate gefordert.

**Kollegin geht leer aus.** Die Klage einer ehemaligen Schulleiterin aus Osnabrück, die ebenfalls Entschädigung für ihre Mehrarbeit forderte, lehnte das OVG Lüneburg hingegen ab (Az. 5 LC 4/21). Die Rektorin hatte ihre Arbeitszeit nur phasenweise erfasst.

**Rechtlicher Hintergrund.** Das Bundesarbeitsgericht hat 2022 eine allgemeine Pflicht zur Arbeitszeiterfassung in Deutschland beschlossen (Az. 1 ABR 22/21). Damit setzte es eine Entscheidung des Europäischen Gerichtshofs von 2019 um. Diese verpflichtet Arbeitgeber, die geleistete Arbeitszeit von Arbeitnehmern zu dokumentieren (Az. C-55/18). So soll gewährleistet werden, dass Regelungen zum Arbeitsschutz eingehalten werden. Das gilt auch für Lehrkräfte – Beamte ebenso wie Angestellte. Wie die Zeiterfassung umgesetzt werden soll, ist unklar. Wegweisend: Der Fall des Grundschulleiters zeigt, dass es grundsätzlich möglich ist, Mehrarbeit an Schulen vergütet zu bekommen.



**Familienteam.**  
Streng genommen  
ist es verboten,  
sich im Home-  
office um seine  
Kids zu kümmern.

# Ihr Recht im Homeoffice

**Mobile Arbeit** Rund elf Millionen Menschen arbeiten im Homeoffice – oder an wechselnden Orten. Über ihre Rechte und Pflichten wissen die wenigsten Bescheid. Wir erklären die juristische Lage.

**U**nd plötzlich wanderte der Arbeitsplatz in die eigene Wohnung. Laptops wurden auf Küchentischen aufgeklappt, Privathandys als Diensttelefone genutzt. Mit Beginn der Corona-Pandemie mussten Millionen Arbeitnehmer sich von einem Tag auf den anderen daheim dienstlich einrichten. Viele sind geblieben. Rund 23,5 Prozent der Beschäftigten arbeiteten 2023 im Homeoffice oder wechselten in hybriden Arbeitsmodellen zwischen Homeoffice und Firma. 2019 waren es nur 12,9 Prozent der Mitarbeitenden, die in den eigenen vier Wänden ihren Job machten.

Mobile Arbeit ist in vielen Branchen – etwa in der IT, bei Wissenschaftlern oder Unternehmensberatern – die neue Normalität. Trotzdem sind Angestellte in vielen Fragen unsicher: Darf ich zwischendurch den Geschirrspüler ausräumen? Muss ich ans Diensttelefon gehen, wenn ich schon im Feierabend bin? Habe ich Anspruch auf einen Bürostuhl vom Arbeitgeber? Wir klären die wichtigsten Rechte und Pflichten.

## **Es gibt kein Recht auf mobile Arbeit**

Homeoffice zu genehmigen, ist immer eine freiwillige Entscheidung des Arbeitgebers. Oft regeln Betriebsvereinbarungen die →



## Arbeitssicherheit

**Gleiche Regeln (fast) überall**

Arbeitgeber sind verpflichtet, Beschäftigte zu schützen – auch im Homeoffice.

**Vor Ort.** Wurde Telearbeit im Homeoffice vereinbart, sind Arbeitgeber auch dort für Ergonomie und Arbeitsschutz verantwortlich. Welche Auflagen sie erfüllen müssen, regelt die Arbeitsstättenverordnung. Es kann nötig sein, dass Arbeitgeber die Gegebenheiten vor Ort begutachten. Wurde dagegen mobiles Arbeiten vereinbart, dürfen Beschäftigte überall arbeiten. Auflagen sind dann kaum zu überprüfen.

**Versichert.** Der Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung greift im Homeoffice und bei mobiler Arbeit. Unfälle im Arbeitszimmer und auf dem Weg zur Toilette sind versichert, nicht aber solche in anderen Räumen.

**Tipp:** Ein ergonomischer Arbeitsplatz ist wichtig für Ihre Gesundheit. Bitten Sie im Zweifel den Arbeitgeber, Ihr Homeoffice zu beurteilen.



## Ausstattung

**Was Arbeitgeber stellen müssen**

Grundsätzlich müssen Arbeitgeber ihren Beschäftigten alle Arbeitsmittel zur Verfügung stellen. Doch für die unterschiedlichen Arbeitsmodelle gibt es auch unterschiedliche Vorgaben.

**Hybride Arbeitsmodelle.**

Gibt es auch Büros, in denen Mitarbeitende tätig sein können, erhalten diese oft nur ein internetfähiges Laptop. Das Argument: Alle anderen Arbeitsmittel stehen in den Firmenräumen bereit.

**Telearbeit.** Haben Angestellte keine Möglichkeit, auch im Unternehmen zu arbeiten, stehen Arbeitgeber stärker in der Pflicht. Sie müssen im Prinzip auch für Schreibtisch, Lampen und vieles mehr aufkommen.

**Tipp:** Bestehen Sie auf klare Regelungen. Wenn Sie ausschließlich zu Hause tätig sind und das im Interesse Ihres Arbeitgebers ist, haben Sie Anrecht auf einen Ausgleich für die laufenden Kosten für Strom und Miete.

## Arbeitszeit

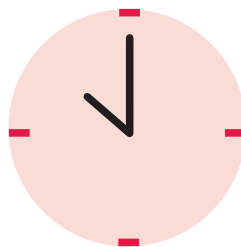
**Nicht immer auf Abruf sein**

Vereinbarte Arbeits-, Pausen- und Ruhezeiten gelten nicht nur im Unternehmen, sondern auch für Mitarbeitende bei mobiler Arbeit.

**Erfassung.** Das Bundesarbeitsgericht (BAG) hat 2022 per Grundsatzentscheidung (Az. 1 ABR 22/21) festgelegt, dass Arbeitgeber Systeme zur Arbeitszeiterfassung einführen müssen – auch Pausen- und Ruhezeiten müssen vermerkt werden. Das kann auf elektronischem Weg, aber auch auf Zetteln geschehen.

**Erreichbarkeit.** Arbeitgeber haben kein Recht, Ihre Beschäftigten permanent zu erreichen. Außerhalb der abgestimmten Zeiten brauchen Beschäftigte weder Anrufe entgegenzunehmen noch Mails zu beantworten.

**Tipp:** Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit verschwimmen im Homeoffice oft. Halten Sie sich an vorgegebene Zeiten und machen Sie sich Ihre Rechte klar. Schalten Sie den Dienstcomputer nach Feierabend aus.



## Datenschutz

**Wichtig für beide Seiten**

Die Datenschutzgrundverordnung schreibt es vor: Personenbezogene Daten müssen auch im Homeoffice und bei mobiler Arbeit geschützt werden.

**Technik.** Arbeitgeber sind verpflichtet, technische und organisatorische Voraussetzungen zu treffen, um möglichen Datenschutzverstößen im Homeoffice vorzubeugen. Dazu gehören etwa Virenschutz und feste Regeln, wie und wo Dokumente gespeichert werden.

**Unterlagen.** Geschäftliche Korrespondenz ausdrucken und auf einem Papierstapel vergessen? Lieber nicht. Mitarbeitende müssen Unternehmensdaten vor unbefugten Dritten wie WG-Mitbewohnern schützen.

**Tipp:** Machen Sie sich mit den Datenschutzvorgaben vertraut, lesen Sie noch einmal die passende Betriebsvereinbarung. Bedenken Sie, dass etwa auch Telefonate in Zugabeteilen Datenschutzverstöße sein können.



→ Erlaubnis und den Umfang. Die Ampelregierung hatte zwar einen Rechtsanspruch von 24 Tagen Homeoffice im Jahr geplant, doch bislang haben Angestellte noch kein Anrecht, mobil zu arbeiten. Der Anspruch ließe sich ohnehin nicht für alle Berufe durchsetzen. So müssen etwa Streifenpolizisten, viele Handwerker und Pflegekräfte vor Ort ihrem Job nachgehen.

### Mobil arbeiten auch ohne Homeoffice

Auch wenn der Begriff Homeoffice längst zur Umgangssprache gehört – juristisch zu treffend beschreibt er nur Arbeitsverhält-

nisse, in denen Unternehmen ihren Angestellten einen Arbeitsplatz in deren Zuhause einrichten. Dann spricht man auch von Telearbeit. Viele Arbeitgeber vereinbaren jedoch mobile Arbeitsmodelle, die an verschiedenen Orten stattfinden können.

Das Konstrukt der mobilen Arbeit gibt Beschäftigten mehr Freiheiten. Sie können an wechselnden Orten arbeiten. Falls es nicht anders in der Betriebsvereinbarung geregelt ist, dürfen sich Mitarbeitende auch im Garten, im Café oder im Freibad mit Tabellenkalkulation oder der aktuellen Beschreibung beschäftigen.

Unternehmen haben bei mobiler Arbeit weniger Pflichten als beim Homeoffice (siehe "Arbeitssicherheit", S. 83). Und sie sparen Geld – unter anderem für Strom und Raumkosten. Mehr Freiheit für die eine, weniger Pflichten und Kosten für die andere Seite – flexible Arbeitsmodelle werden bleiben. ■

Text: Kirsten Schiekiera

**Mobil arbeiten.** Gute Bürostühle und Webcams, Tipps zum Steuern sparen und mehr finden Sie unter [test.de/mobiles-arbeiten](https://test.de/mobiles-arbeiten).

### Workation

## Mit dem Dienstlaptop an den Strand

Urlaub mit Arbeit verbinden – das möchten viele. Vorab muss eine Menge beachtet werden.

Tagsüber arbeiten, nach Feierabend ans Meer oder in die Berge verschwinden – was vor der Corona-Pandemie vor allem Selbstständigen vorbehalten war, wünschen sich mittlerweile auch Angestellte. Workation nennt sich der Trend. Der Begriff setzt sich aus den englischen Wörtern work (Arbeit) und vacation (Ferien) zusammen.

**Ausland.** In deutschen Urlaubsorten zu arbeiten, ist meist unproblematisch, wenn mobile Arbeit erlaubt ist. Bei Auslandsaufenthalten kann der organisatorische Aufwand für Arbeitgeber und Arbeitnehmer hoch sein, deshalb gibt es oft vertragliche Einschränkungen. Zum Beispiel kann die Workation nur in Ländern der Europäischen Union (EU) oder über einen Zeitraum wie vier Wochen gestattet sein.

**Arbeitsort.** Es gilt das Arbeitsrecht vor Ort, was vor allem auf die Arbeits- und Ruhezeiten Einfluss hat. Auch Mitarbeiter mit deutschem Arbeitsvertrag müssen sich an die in dem jeweiligen Land vorgeschriebenen Höchstarbeitszeiten halten. Ebenso dürfen sie an dortigen Feiertagen nicht beruflich aktiv sein.

**Sozialversicherung.** Bei Workation greift das Sozialversicherungsrecht des jeweiligen Landes. Ausnahme: Für Deutsche in EU-Ländern, in Island, Liechtenstein, Norwegen, der Schweiz oder im Vereinigten Königreich Großbritannien gilt weiter das deutsche Recht. Um bei der Workation im Ausland kranken- oder rentenversichert zu sein,

müssen Beschäftigte sich vorab die sogenannte A1-Bescheinigung besorgen. Gesetzlich Krankenversicherte erhalten sie bei ihrer Krankenkasse, Privatversicherte bei der Rentenversicherung.

**Steuerrecht.** Wer im Ausland arbeitet, unterliegt möglicherweise zusätzlich der Lohnsteuerpflicht vor Ort. Oft greift die Pflicht nach 183 Tagen, teils auch eher. Sie hängt davon ab, ob ein Doppelbesteuerungsabkommen zwischen Deutschland und dem Land besteht. Das Abkommen regelt, wo Einkommen versteuert wird. Eine Länderliste dazu gibt es beim Finanzministerium.

**Kurzaufenthalt.** Soll die Workation bis zu vier Wochen dauern, reichen eine Vereinbarung mit dem Arbeitgeber und die A1-Bescheinigung. Zu prüfen ist, ob das Land eine Arbeitserlaubnis verlangt.

**Tipp:** Den Wunsch, eine Workation zu machen, sollten Sie Ihrem direkten Vorgesetzten und der Personalabteilung bereits mehrere Monate vorher mitteilen. Insbesondere, wenn Sie einen längeren Auslandsaufenthalt wünschen, müssen Sie eine Menge gemeinsam klären.



**Arbeitsurlaub pur.** Für längere Phasen wäre ein ergonomischer Bürostuhl sinnvoll.

# „Bei der Zeiterfassung vorsichtig sein“

Mehr Freiheit, mehr Flexibilität – aber wird im Homeoffice auch genug Leistung erbracht? Die Hamburger Arbeitsrechtsspezialistin Doris-Maria Schuster spricht über typische Streitfälle.

**Einige Unternehmen fordern, dass Mitarbeitende wieder mehr Präsenz am Arbeitsplatz zeigen. Wann dürfen Arbeitgeber das verlangen?**

Arbeitgeber haben ein Weisungsrecht in Bezug auf den Arbeitsort. Sie können jederzeit sagen: Bitte erbringe deine Arbeitsleistung am Arbeitsplatz, den ich für dich vorhalte. Anders ist die Lage, wenn vertraglich vereinbart wurde, dass Mitarbeiter etwa drei Tage die Woche im Homeoffice arbeiten können.

**Können mich Arbeitgeber umgekehrt verpflichten, zu Hause zu arbeiten?**

Das wiederum geht nicht so einfach. Erstens: Arbeitgeber sind verpflichtet, Arbeitsmittel zu stellen. Dazu gehört auch der Arbeitsplatz, also der Ort, an dem ich die Arbeit zu erbringen habe. Zweitens: Man kann Arbeitnehmer nicht zwingen, in ihren privaten Wohnräumen zu arbeiten. Darüber darf der Arbeitgeber nicht verfügen.

**Vor kurzem gab es Schlagzeilen: Ein Chef entdeckte, dass eine Mitarbeiterin den Vormittag für einen Friseurbesuch geblockt hatte. Sind solche Aktivitäten grundsätzlich verboten?**

Während der Arbeitszeit schulde ich meine Arbeitsleistung. Die Wahrnehmung von privaten Terminen ist dann nicht gestattet – das kann ein Fall von Arbeitszeitbetrug sein. Zumindest, wenn feste Arbeitszeiten oder Kernarbeitszeiten vereinbart sind. Bei flexibler Arbeitszeit oder Vertrauensarbeitszeit kann ich private Termine wahrnehmen.

**Wie ist es mit Aktivitäten, die nur wenige Meter vom Schreibtisch entfernt stattfinden? Rasenmähen, dem Kind die Hausaufgaben erklären ...**

Das kann ebenfalls ein Arbeitszeitbetrug sein – weil ich meinen privaten Verrichtungen während der Arbeitszeit



**Doris-Maria Schuster ist promovierte Arbeitsrechtsspezialistin in Hamburg. Sie vertritt ihre Mandanten in komplexen arbeitsrechtlichen Fragen.**

nachgehe und dem Arbeitgeber vorspiegele, ich arbeite. Außerdem sind solche Tätigkeiten sozialversicherungsrechtlich nicht abgedeckt. Das heißt: Wenn ich während der Arbeit Rasenmähe und mich verletze, zahlt die gesetzliche Unfallversicherung nicht. Die Aktivität war eben nicht Bestandteil der geschuldeten Arbeitsleistung.

**Es ist menschlich, hin und wieder zu vergessen, sich aus dem Zeiterfassungssystem auszuloggen und dann etwa in der Mittagspause ins Café zu verschwinden. Drohen in solchen Fällen arbeitsrechtliche Konsequenzen?**

Ja. Auch das kann Arbeitszeitbetrug und Anlass für eine Abmahnung sein. Passiert es wiederholt, kann es Grund für eine Kündigung sein – vielleicht sogar eine fristlose. Arbeitgeber wissen ja nicht, ob das versehentlich passiert oder ob ein System dahintersteckt. Wenn es um die Zeiterfassung geht, sollten Arbeitnehmer vorsichtig sein.

**Welche Möglichkeiten haben Arbeitgeber, zu kontrollieren, ob Mitarbeitende tatsächlich anwesend sind?**

Gibt es einen Betriebsrat, müssen Arbeitgeber mit ihm vereinbaren, inwieweit technische Kontrollen möglich sind. Auch Unternehmen ohne Betriebsrat dürfen Mitarbeiter nicht permanent monitoren und schauen, wie lange sie online aktiv sind. Permanente Überwachung und Auswertung sind datenschutzrechtlich unzulässig. Zulässig sind meist stichpunktartige Kontrollen.

**Wie dürfen Arbeitgeber die Arbeitsleistung im Homeoffice kontrollieren?**

Dass Arbeitgeber versuchen, Arbeitsleistung permanent zu kontrollieren und zu monitoren, erlebe ich in meiner Berufspraxis nicht. Das kommt allenfalls bei Low Performern vor. Diejenigen, die eher wenig Leistung erbringen, werden meist gebeten, Tages- oder Wochenberichte anzufertigen.

## Verschwender oder Geizhals? Wie Kinder den Umgang mit Geld lernen

Im Leben mit Kind geht es oft um Geld – spätestens dann, wenn die Eltern mit ihm am Schau-  
fenster eines Spielzeugladens vorbeikommen.  
Doch wie lernen Kinder den gesunden Umgang  
mit Geld? Tipps für Eltern, Oma und Opa.



**Ulrike Sosalla**  
ist stellvertretende  
Chefredakteurin von  
Stiftung Warentest  
Finanzen und damit  
ausgewiesene  
Fachfrau für Finanz-  
fragen. Ihre Kolumnen  
erscheinen regel-  
mäßig auf web.de.

**E**s ist schon süß, wenn kleine Kinder ihre ersten Münzen bestaunen, und noch süßer, wenn sie zum ersten Mal allein zum Kiosk gehen, um mit ihren Zehn-Cent-Stücken eine Winzigkeit zu kaufen.

Aber gleichzeitig hatte ich immer ein schlechtes Gefühl, wenn meine Kinder sich nur noch für Geld interessiert haben. Ich wollte sie von den unschönen Seiten des Geldes lieber fernhalten, solange es geht – von der Gier nach mehr und dem Gefühl, zu wenig zu haben, oder dem Streit darum.

Doch es hilft nichts: Geld ist überall und Experten sind sich einig, dass Eltern und Großeltern eine wichtige Rolle spielen, wenn Kinder einen gesunden, vernunftgesteuerten Umgang mit Geld lernen sollen. Denn eins steht fest: Das Interesse für Geld erwacht, sobald Kinder entdecken, dass man Münzen und Scheine gegen so begehrte Dinge wie Eis und Lego-Sets eintauschen kann. Also sehr früh.

Wie so oft in der Erziehung habe ich bald eingesehen, dass ich bei mir selbst anfangen muss, wenn ich meinen Kindern vermitteln will, warum Sparen eine gute Sache sein kann, Geld ausgeben aber auch. Denn nur wenn ich selbst mit mir im Reinen bin, was meine Haltung zu Finanzen angeht, kann ich locker und nebenher mit meinen Kindern darüber sprechen.

Hier ein paar Fragen, die mir geholfen haben, meine eigene Einstellung besser zu verstehen:

- Wie gehe ich persönlich mit Geld um?
- Welche finanziellen Erfahrungen habe ich mit meinen eigenen Eltern gemacht?
- Gab es vielleicht Geld-Themen, über die nicht gesprochen wurde?
- Welche Werte sind mir beim Thema Geld wichtig?
- Wer kümmert sich in meiner Familie oder Partnerschaft um die Finanzen? Sprechen wir in der Partnerschaft über Geld?

Und noch ein praktischer Tipp: Wenn Sie selbst keinen Überblick über Ihre Finanzen haben, probieren Sie ein Haushaltsbuch aus – ob auf Papier oder digital. Es hilft Ihnen, Ihre Einnahmen und Ausgaben ins Gleichgewicht zu bringen.

### Mit Kindern über Geld sprechen: Anlässe dafür gibts genug

Aber wann und wie spricht man jetzt mit seinen Kindern über Geld? Oft beginnt es, wenn sie vier oder fünf Jahre alt sind und Kaufmannsladen spielen. Später kann ein Geburtstagsgeschenk in bar ein Anlass sein. Oder wenn Oma und Opa den Enkelinnen und Enkeln öfter etwas zustecken. Begleiten Sie Ihre Kinder mit Fragen. Etwa:

- Wie teilen wir uns unser Geld ein?
- Was wünschen wir uns?
- Was brauchen wir wirklich?

Ein unbeschwerter Umgang mit dem Thema Geld ermutigt Kinder, Fragen zu stellen. Wichtig ist, die-





se Fragen kindgerecht und offen zu beantworten. Eine weitere Möglichkeit: Wenn Sie für etwas Größeres wie den Familienurlaub sparen, beziehen Sie Ihre Kinder mit ein. Erklären Sie ihnen altersgerecht, warum Sie vorübergehend auf andere Dinge verzichten. Aber Vorsicht: Übertragen Sie ihnen nicht die Verantwortung dafür.

Um Kindern den Einstieg ins eigene Wirtschaften zu erleichtern, ist Taschengeld eine gute Möglichkeit. Anfangs – etwa mit Beginn der Grundschulzeit – können Sie es wöchentlich bar auszahlen. Wenn Kinder größere Beträge – mehr als zehn oder zwanzig Euro – von Verwandten bekommen, kann das ein Einstieg sein, um mit und für das Kind Geld anzulegen: via Tagesgeldkonto oder einem Wertpapierdepot auf den Namen des Kindes.

### **Zinseszins und Kursanstieg:**

#### **Die Sache mit der Geld-Vermehrung**

Dort kann man sehen, wie das angesparte Geld sich mithilfe von Zinseszinsseffekt oder Kursanstiegen vermehrt. Ideal ist es natürlich, wenn Verwandte (oder die Eltern selbst) einen Sparplan anlegen und regelmäßig eine kleine Summe einzahlen. Falls Sie beim Wort Wertpapierdepot zu rückschrecken: Dank Direktbanken und Online-Brokern ist ein Depot heute günstig und unkompliziert. Wer das nicht möchte, bleibt beim Tagesgeldkonto. Mehr Infos finden Sie im Internet unter [test.de/sparen-fuer-kinder](https://test.de/sparen-fuer-kinder).

Steigt das Taschengeld mit dem Alter, brauchen Kinder irgendwann ein eigenes Girokonto. Viele Banken und Sparkassen bieten kostenlose Kinder- und Jugendkonten an. Das Gute daran: Konten für Minderjährige sind immer Guthabekonten, das heißt, der Nachwuchs kann damit keine Schulden machen – aber wertvolle Erfahrungen.

Bei manchen Banken können Eltern die Kinder- und Jugendkonten bis zur Volljährigkeit einsehen, falls sie bei der gleichen Bank selbst ein Konto haben. Das kann praktisch sein, um ein Auge auf das Ausgabenverhalten des Nachwuchses zu haben. Denn trotz aller Versuche, die Vorteile des Sparens zu erklären, habe ich festgestellt, dass Kinder sehr unterschiedlich sind. Bei mir spart ein Kind diszipliniert, um sich größere Wünsche zu erfüllen, während das andere Kind jeden Euro sofort ausgibt. Da hat die Vorbildfunktion der Eltern auch Grenzen. ■





**Regelmäßig reinigen. Ein feuchtes Tuch hilft, In-Ears zu säubern. Danach gut trocknen lassen.**

In-Ear-Kopfhörer

## So beugen Sie Ohrinfektionen vor

Einzelne Leserinnen und Leser haben sich an uns gewandt, weil ihre Ohren nach dem Tragen von In-Ear-Kopfhörern jucken und nässen. „Solche Beschwerden kommen regelmäßig vor“, sagt Michael Deeg, Sprecher des Deutschen Berufsverbandes der Hals-Nasen-Ohren-Ärzte. Sehr häufig seien Entzündungen des äußeren Gehörgangs durch Pilze oder Bakterien schuld, die sich im feucht-warmen Milieu hinter den abdichtenden In-Ears ausbreiten. Der Erreger lässt sich in diesem Fall mit einem Abstrich feststellen und gezielt behandeln. „Eine andere mögliche Ursache sind Unverträglichkeiten gegenüber bestimmten Materialien der Kopfhörer“, erklärt Deeg. Empfindliche Personen könnten etwa auf

Nickel allergisch reagieren, das in Metalllegierungen enthalten sein kann. Auch Kunststoffe wie Acrylate in den Ohrstöpseln könnten zu Hautreaktionen führen, wenn sie längere Zeit im Ohr stecken. Dazu informieren auch einige Anbieter wie Apple und Samsung auf ihren Webseiten. Um Infektionen vorzubeugen, sollten In-Ears regelmäßig gereinigt werden. Zudem empfiehlt es sich, sie nicht stundenlang zu tragen. Treten Beschwerden wiederholt auf, sollten diese ärztlich abgeklärt werden. **Tipp:** Eine Alternative können Open-Ear-Kopfhörer sein, die nicht im Gehörgang sitzen, sondern davor. Etliche halten klanglich mit guten In-Ears mit. Mehr dazu unter [test.de/kopfhoeer](https://test.de/kopfhoeer).

Blinddarmentzündung

## Antibiotika reichen bei Kindern oft nicht

Bei einer Blinddarmentzündung stellt sich die Frage: Operieren oder Antibiotika? Eine im Fachmagazin Lancet veröffentlichte Studie untersuchte, welche Therapie bei Kindern und Jugendlichen mit unkompliziertem Krankheitsverlauf aussichtsreicher ist. Von 936 Teilnehmenden wurde die Hälfte standardmäßig operiert, die andere bekam Antibiotika. Ergebnis: Die OP ist vorzuziehen. Denn ein Drittel der mit Antibiotika Behandelten musste innerhalb eines Jahres trotzdem operiert werden. **Tipp:** Hauptanzeichen einer Blinddarmentzündung sind ein angespannter, druckempfindlicher Bauch sowie Schmerzen im rechten Unterbauch und beim Anwinkeln des rechten Beines.



**Safer Sex. Kondome schützen vor sexuell übertragbaren Krankheiten.**

Tripper, Syphilis, Chlamydien

## Geschlechtskrankheiten nehmen europaweit zu

Sexuell übertragbare Krankheiten mehren sich in Europa. Das zeigt der Jahresbericht des Europäischen Zentrums für die Prävention und Kontrolle von Krankheiten (ECDC). Er umfasst Daten aus der EU, Island, Liechtenstein und Norwegen. Zunahmen gab es demnach bei Syphilis, Chlamydien und vor allem bei Gonorrhoe, auch Tripper genannt. Davon wurden 2023 fast 100 000 Fälle gemeldet – mehr als dreimal so viele wie 2014. Unbehandelt können die Infektionen ernste

Folgen haben wie Entzündungen der Prostata oder Eileiter sowie Unfruchtbarkeit. Zum Schutz sind laut ECDC Kondome wichtig – besonders bei häufig wechselnden Sexpartnerinnen oder -partnern. Wichtig: Wer Symptome einer sexuell übertragbaren Infektion bemerkt, sollte sich zügig ärztlich untersuchen lassen. Mögliche Anzeichen sind etwa Brennen beim Wasserlassen, Ausfluss aus Vagina, Penis oder Po, Schmerzen im Unterleib.



Bauchfett

## Schlanke Taille senkt Krebsrisiko

Die Kombination aus viel Bewegung und schlanker Taille beugt Krebs vor. Ein Weg, beides zu erreichen: Training mit dem Hula-Hoop-Reifen.

Übergewichtige Menschen mit viel Taillenfett haben nachweislich ein erhöhtes Krebsrisiko. Außerdem erkranken körperlich aktive Menschen seltener an Tumoren als Menschen, die sich wenig bewegen. Wie beides zusammenhängt, haben Forschende der Uni Regensburg genauer untersucht.

**Risiko um bis zu 15 Prozent erhöht.** Sie werteten die Daten von mehr als 315 000 Erwachsenen aus der englischen Langzeitstudie UK Biobank aus. Das Ergebnis: Im Vergleich zu aktiven Personen mit schlanker Taille erhöhte sich das allgemeine Krebsrisiko von Personen mit Bewegungsmangel um 5 Prozent. Bei jenen mit viel Bauchfett stieg es um 11 Prozent. Menschen mit viel Bauchfett, die sich zudem auch noch wenig bewegten, hatten sogar ein um 15 Prozent erhöhtes Krebsrisiko.

**Das richtige Maß.** Der Taillenumfang sollte laut Weltgesundheitsorganisation WHO bei Frauen nicht über 88 Zentimetern und bei Männern nicht über 102 Zentimetern liegen.

Für beide empfehlen sich 150 bis 300 Minuten mäßige oder 75 bis 150 Minuten intensive Bewegung pro Woche.

**Hula-Hoop formt die Taille.** Eine Möglichkeit, sich zu bewegen und gezielt die Körpermitte zu beanspruchen, ist Hula-Hoop. Untersuchungen mit geometrischen Körpern zeigen, dass der Reifen um eine Sanduhrform am besten kreist. Menschen mit ausgeprägter Taille dürfte es also besonders gut gelingen. Hula-Hoop kann aber auch helfen, die Taille in Form zu bringen. Eine Studie aus Finnland ergab: 53 Übergewichtige Menschen, die täglich 13 Minuten mit einem 1,5-Kilo-schweren Reifen trainierten, hatten nach sechs Wochen im Mittel drei Zentimeter an der Taille verloren.

**Tipp:** Hula-Hoop sieht einfacher aus, als es ist. Die Hüfte kreist nicht, sondern bewegt sich von vorn nach hinten oder von links nach rechts, um den Reifen am Laufen zu halten. Wer anfängt, sollte geduldig sein und die Trainingszeit peu à peu steigern.



Abgeklopft

## Ist die Läuse-Saison ab dem Frühling vorbei?

Leider nein. Kopfläuse haben nicht nur zur Mützenzeit Saison. Zu allen Jahreszeiten können sie Köpfe befallen – besonders oft die von Grundschulkindern. Darüber informiert ein neuer Ratgeber des Robert-Koch-Instituts (RKI). Läuse sind nicht in der Lage zu springen oder zu fliegen, sie verbreiten sich krabbelnd. Wenn Kinder die Köpfe zusammenstecken, wandern sie von Schopf zu Schopf. Mützen nutzen Läuse höchstens vereinzelt als Transportmittel. Sie neigen nicht dazu, behaarte Köpfe zu verlassen – auch nicht für einen Kurzaufenthalt in einer Wintermütze.

**Tipp:** Wenden Sie Läuse-tinktur und -kamm wiederholt an, um die Plagegeister loszuwerden.





Vorsicht! Sieht nach Bonbon aus, ist aber ein Nahrungsergänzungsmittel – und überflüssig.

Foto: Adobe Stock / Siarhei Shuntsikau; Stiftung Warentest / Ralph Kaiser (M)

# Mehr als für Ihr Kind gut ist

**Nahrungsergänzungsmittel für Kinder** Sie sollen den Nachwuchs gesünder machen. Doch die Inhaltsstoffe überschreiten oft die empfohlene Tagesmenge. Von fünf raten wir stark ab. Überflüssig sind alle.

# 5,3

## Prozent der 6- bis 11-jährigen in Deutschland bekommen Nahrungs- ergänzungsmittel.

„EsKiMo II“-Studie,  
Robert-Koch-Institut 2020

**D**as Kind will sich einfach nicht gesund ernähren! Abends isst es nur weiße Nudeln, morgens Toast mit Schokocreme – und der Apfel kommt mit der Brotbox unberührt zurück. Das Problem kennen viele Eltern. Und fragen sich: Ist das schon Mangelernährung? Diese Sorge macht sie zur perfekten Zielgruppe für die Nahrungsergänzungsmittel-Industrie.

Unzählige Produkte suggerieren, als Bonbon, Bärchen oder Saft bunt verpackt: Wenn du das kaufst, wird dein Kind gesünder, widerstandsfähiger, klüger! Das wirkt: Hunderttausende Kinder in Deutschland bekommen Nahrungsergänzungsmittel. Kann ja nicht schaden. Oder etwa doch?

### 18 Nahrungsergänzungsmittel im Test

Wir sind der Frage nachgegangen und haben 18 Nahrungsergänzungsmittel untersucht, die sich mit Name, Aufmachung oder Angaben an Kinder oder Familien richten, darunter Marken wie Abtei, Doppelherz, Sanostol und Orthomol. Wir wollten wissen: Beachten die Hersteller die wissenschaftlich empfohlenen Mengen für Kinder? Halten sie sich bei den Werbebotschaften an die Regeln? Und können sie die versprochene Wirkung belegen?

### Kinder brauchen keine Ergänzung

Wissenschaftlich belegt ist, dass gesunde Kinder solche Mittel nicht brauchen. „Die meisten Kinder in Deutschland sind ausreichend mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt“, sagt Silke Restemeyer, Ernährungswissenschaftlerin bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) (siehe Interview

auf S. 93). Das zeigen auch etliche Studien. Noch mehr von ihnen einzunehmen, ist nicht nur überflüssig, sondern auch nicht empfehlenswert. Denn manche Vitamine und Mineralstoffe können sich im Körper anreichern – mit unklaren Folgen.

### 17 von 18 Produkten haben Mängel

Was erlaubt ist, regelt die Nahrungsergänzungsmittelverordnung in dünnen Worten. Höchstmengen für die Inhaltsstoffe sind rechtlich nicht festgelegt. Aber es gibt klare wissenschaftliche Empfehlungen, an denen sich Hersteller orientieren können: vom Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) und von der DGE. An diesen haben wir uns orientiert und anhand der Packungsangaben geprüft, ob die Produkte die empfohlenen Mengen für Kinder bis 12 Jahre einhalten. Für Vitamin A, Kupfer und weitere Stoffe analysierten wir zusätzlich im Labor, wie viel tatsächlich drin ist.

Das Ergebnis ist alarmierend: Von 18 getesteten Mitteln für Kinder war nur eines ohne Mängel. 15 überschreiten mit der vom Anbieter angegebenen Tagesdosis wissen-

schaftlich empfohlene Mengen. Fünf davon reißen den Richtwert für Stoffe, die Kinder nicht in zu großen Mengen aufnehmen sollten. Wegen dieser sehr deutlichen Mängel raten wir von Doppelherz System Omega-3 Family, Hübner Multivital Kids, Centrum Kids Multi Vitamin Gummies, Easyvit Easy Fishoil Multi und Orthomol Junior C Plus ab (siehe Bildleiste unten).

### Zu viel Vitamin A in vier Mitteln

Bei den vier Erstgenannten ist in der Kinderdosis mehr Vitamin A enthalten, als für Erwachsene vom BfR empfohlen wird, bei Doppelherz (für ab 7-Jährige) und Easyvit mit 400 Mikrogramm sogar doppelt so viel.

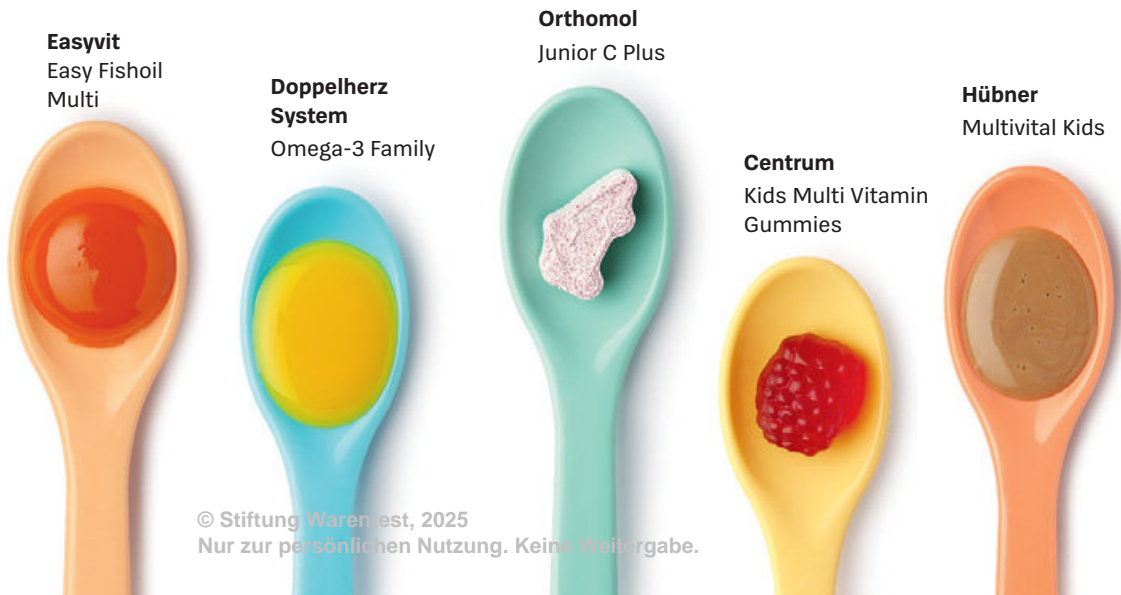
Kinder sollen besser gar kein Vitamin A extra nehmen, Erwachsene nur in Maßen. Denn ein Überschuss reichert sich im →

## Unser Rat

Geben Sie Ihrem Kind nicht auf eigene Faust Nahrungsergänzungsmittel. Sehr viele Produkte sind überdosiert, Sie tun Ihrem Kind damit nichts Gutes, sondern geben nur unnötig Geld aus. Die meisten Kinder sind über die Nahrung gut versorgt. Bei großer Sorge sprechen Sie mit dem Kinderarzt. Mit Geduld und ein paar Tricks gelingt es meist, Kindern gesundes Essen schmackhaft zu machen. Wie Sie dabei vorgehen, verrät unser Interview auf Seite 93.

### Von diesen 5 raten wir ab

Sieht lecker aus, sollte aber besser nicht in Kindermünder: Vier Produkte enthalten zu viel Vitamin A, in Orthomol ist Kupfer, das Kinder nicht zusätzlich einnehmen sollten. Die empfohlenen täglichen Aufnahmemengen werden schon über die Nahrung voll erreicht.





Dreiste Werbeversprechen

## Fisch mit Doktorhut als Köder für Eltern

Die Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln sprechen Kinder und Eltern gezielt an: Durch bunte Verpackungen mit Tierabbildungen und Aussagen, die einen Nutzen zeigen sollen. So suggeriert bei Möller's ein Fisch mit Doktorhut, dass das Omega-3-Produkt dem Kind zu Erfolg verhilft. Ebenso dreist: der Produktname „Denkbärchen“. Kinder können auch ohne diese Produkte gut denken.



→ Körper an. Bei sehr hohen Aufnahmen wurde von Kopfschmerzen, Haut-, Knochen- und Leberproblemen berichtet.

### Zu viel Kupfer ist für Kinder riskant

Orthomol Junior C Plus enthält Kupfer – das ebenfalls in Produkten für Kinder nichts zu suchen hat. Zu viel kann Übelkeit und Erbrechen auslösen, langfristig drohen Leberschäden. Bei Orthomol kommt es in Mini-Autos mit Waldfruchtgeschmack daher.

Zehn weitere Mittel überschreiten ebenfalls die von BfR oder DGE empfohlenen Mengen, aber für Stoffe, die für Kinder bei Mehraufnahme weniger problematisch sind. Langzeitfolgen sind allerdings auch hier unklar. Wir werteten das als deutliche Mängel. „Mit normalen Lebensmitteln hingegen ist eine Überdosierung nahezu ausgeschlossen“, sagt Restemeyer.

### Vitaldrink für die Psyche?

Mit welchen Versprechen die Hersteller werben dürfen, regelt EU-weit die „Health-Claims-Verordnung“: Gesundheitsbezogene Angaben sind nur erlaubt, wenn sie wissenschaftlich geprüft wurden und in einem offiziellen Register der EU stehen. Wir fan-

den bei Doppelherz, Centrum und Mensana Angaben, die danach für Erwachsene zulässig sind, nicht aber für Kinder. Etwa in einer Packungsbeilage des Mensana Vitaldrinks Kinder die Behauptung, dass einzelne enthaltene Stoffe „zur normalen Funktion der Psyche“ beitragen.

### Korrekt verhält sich nur ein Anbieter

Nur ein Produkt hielt sich an Mengenempfehlungen und Regeln für Werbung, Deklaration und Warnhinweise: Abtei Kinder Vitamin D3. Überflüssig ist es dennoch, denn extra Vitamin D wird nur bis zum 2. Geburtstag empfohlen. Danach sollte das Kind einfach ausreichend ins Freie. Natürlich ohne einen Sonnenbrand zu riskieren.

Fazit: Die Hersteller verkaufen Eltern Produkte, die Kinder nicht brauchen, und ignorieren weitgehend wissenschaftliche Empfehlungen zum Schutz der Gesundheit. Erlaubt ist das – noch: Die EU arbeitet daran, Nahrungsergänzungsmittel strenger zu regulieren und Höchstmengen für Stoffe festzulegen. Höchste Zeit. ■ →

Text: Heike Dierbach, Projektleitung: Dr. Claudia Michael, Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

## So haben wir getestet

**Im Test:** 18 Nahrungsergänzungsmittel, die sich speziell an Kinder oder Familien wenden. Die Auswahl erfolgte exemplarisch auf Grundlage von Recherchen im stationären Handel und im Internet. Wir kauften die Produkte im Mai und Juni 2024 ein. Die Preise erhoben wir mittels Anbieterbefragung im November 2024 und Januar 2025.

### Inhaltsstoffe

Wir prüften, ob die von den Anbietern angegebenen Tagesdosen die empfohlenen Mengen an Vitaminen und Mineralstoffen für Kinder überschreiten. Da es für Kinder-Nahrungsergänzungsmittel keine Mengenempfehlungen oder gesetzlichen Regulierungen gibt, orientierten wir uns an den Höchstmengenvorschlägen des Bundesinstituts für Risikobewertung für Personen ab 15 Jahre und an den Referenzwerten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für die Gesamt-Nährstoffzufuhr für Kinder. Wir prüften ab dem auf dem Produkt angegebenen Alter bis 12 Jahre, bei fehlender Altersangabe ab 3 Jahre. Zudem überprüften wir im Labor die deklarierten Gehalte von Vitamin A, B6, D2, D3, Betakarotin, Folate, Folsäure, Eisen, Jod, Kalzium, Kupfer, Mangan, Selen und Zink. Diese entsprachen bei 17 von 18 Produkten den Angaben.

### Werbeaussagen

Wir prüften, ob gesundheitsbezogene Angaben auf der Verpackung – sei es in Wort- oder Bildform – laut Rechtsvorschriften wie Nahrungsergänzungsmittelverordnung und EU-Health-Claims-Verordnung erlaubt sind.

### Deklaration

Unsere Gutachterinnen und Gutachter prüften die Einhaltung von Mengenangaben, Verbraucherhinweisen und rechtlichen Vorgaben auf der Verpackung und in den Packungsbeilagen.

### Angegebener Nutzen

Unser Vorgehen orientiert sich an den Grundsätzen der evidenzbasierten Medizin. Wir baten die Anbieter um Studien, die den angegebenen Nutzen ihrer Produkte belegen. Zusätzlich suchten die Gutachterinnen und Gutachter nach Studien zu werblich hervorgehobenen Inhaltsstoffen. Auf dieser Grundlage prüften sie, ob günstige Effekte belegt und Nutzen und Risiken der Mittel ausreichend geklärt sind. Wir bezogen bei der Beurteilung auch Veröffentlichungen von Fachgesellschaften und Behörden mit ein, etwa von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit.



Interview

## „Beim zehnten Mal greift das Kind zu“

Kindern Gesundes schmackhaft machen – das geht, sagt Ernährungswissenschaftlerin Silke Restemeyer. Eltern sollten gutes Essen vorleben, Geduld haben und nicht aufgeben.

### Bei normaler Ernährung brauchen Kinder keine Nahrungsergänzungsmittel.

#### Aber wenn mein Kind nur Nudeln isst?

Dann ist die Frage, ob das so absolut stimmt. Die meisten essen doch noch anderes. Wenn das Kind normalgewichtig und munter ist, ist es wahrscheinlich gut versorgt. Eine enge Essensauswahl ist auch oft nur eine Phase. So schnell entsteht ein Nährstoffmangel nicht.

#### Und wenn ich große Sorgen habe?

Auch dann ist es keine gute Idee, auf eigene Faust Nahrungsergänzungsmittel zu geben. Man müsste ja erstmal wissen, was genau fehlt. Das sollte immer der Kinderarzt feststellen. Er kann beurteilen, ob weitere Untersuchungen notwendig sind. Und wenn alles in Ordnung ist, kann er die Sorgen nehmen.

#### Wie bekomme ich mehr Gesundes in mein Kind hinein?

Probieren Sie vieles aus, bleiben Sie am Ball – und gelassen. Es gibt verschiedene

Strategien. Stellen Sie Obst und Gemüse oft griffbereit, vielleicht mundgerecht zugeschnitten. Probieren Sie unterschiedliche Sorten, die meisten Kinder mögen irgendetwas. Und dann nach und nach das Angebot erweitern.

#### Gibt es einen Trick für Brokkoli und andere wenig beliebte Lebensmittel?

Unpopuläres lässt sich verstecken, in pürierten Suppen, Soßen oder sogar in Frikadellen. Viele Kinder mögen Bratlinge, da kann man Vollkornflocken unterbringen. Probieren Sie Nudeln aus Hülsenfrüchten oder selbstgemachte Spaghetti aus Zucchini oder Karotten.

#### Sind auch Säfte eine Option?

Jein. Mal ein Glas Saft ist besser als nichts. Aber Ziel sollte sein, frische Früchte zu essen. Immer wieder ohne Druck anbieten und vorleben, dass es schmeckt. Beim vierten, vielleicht auch erst zehnten Mal greift das Kind zu.



**Silke Restemeyer ist Ernährungswissenschaftlerin bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.**

#### Und wenn mir die Zeit zum Kochen fehlt?

Sie müssen nicht kochen, wenn Ihr Kind in der Kita oder Schule schon warm isst. Brot, vorzugsweise aus Vollkorn, Käse und Rohkost sind auch gesund. Snack-Möhren, kleine Paprika oder Cherrytomaten braucht man nur zu waschen und hinstellen.

#### Wirken diese Tricks bei jedem Kind?

Nach meiner Erfahrung klappt es mit Geduld und Beharrlichkeit bei den allermeisten.

**Spaghetti aus Gemüse. Eine von vielen Möglichkeiten, Gesundes für Kinder attraktiv zu präsentieren.**





## Nahrungsergänzungsmittel für Kinder: Alle sind überflüssig, von fünf Produkten ist besonders

Produkt	Abtei Kinder Vitamin D3	Dr. Loges Omega 3-Loges Kids <sup>4)</sup>	Möller's Omega-3 Leckere Gelee- Fische <sup>8)</sup>	dm Mivolis Multivitamine für Kinder	GSE Kinder Aktiv Complex <sup>9)</sup> <b>Bio</b>	Menssana Vitaldrink Kinder <sup>13)</sup>	Mulgatol Junior Multivitamin Gelee	Müller Silavit Multivitamin Bärchen <sup>18)</sup>
Inhalt	50 Stück	60 Stück	36 Stück	20 Stück	330 ml	500 ml	150 ml	30 Stück
Mittlerer Preis ca. (Euro)	3,79	13,30 <sup>5)</sup>	12,75	0,85	16,90	14,83 <sup>5)</sup>	16,95	1,27
Preis pro empfohlener Tagesration ca. (Euro) <sup>1)</sup>	<b>0,08</b>	<b>0,44</b>	<b>0,71</b>	<b>0,09</b>	<b>1,54</b>	<b>0,30</b>	<b>0,85<sup>16)</sup></b>	<b>0,08</b>
Altersempfehlung laut Deklaration (Jahre)	Ab 4	Ab 4 <sup>6)</sup>	Ab 3 <sup>6)</sup>	Ab 4	Fehlt. Nur An- gabe „Kinder“.	4 bis 14	Ab 4 <sup>6)</sup>	Fehlt. Nur An- gabe „Für die ganze Familie“.
Darreichungsform/Verwechslungs- gefahr mit Süßigkeiten	Schmelz- tablette/□	Kaubonbon/■	Gelee (Fische)/ ■	Kautablette (Bärchen)/■	Flüssigkeit/□	Flüssigkeit/□	Gelee/□	Lutschtablette (Bärchen)/■
<b>FAZIT</b>	<b>ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>KENNZEICH- NUNGSMÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>KENNZEICH- NUNGSMÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>	<b>DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.</b>
Nachweis für Nutzen	Der Nutzen des geprüften Mittels ist aus ernährungswissenschaftlicher und ernährungsmedizinischer Sicht nicht belegt. Gesunde Kinder							
Erläuterungen	Entfällt.	Fehlerhafte Deklaration. <sup>7)</sup>	Fehlerhafte Deklaration.	Empfohlene Menge an Folsäure wird überschritten.	Empfohlene Menge für Vita- min B1, B2, B6, Biotin und Se- len wird über- schritten. Enth- hält deutlich weniger Fol- säure als ange- geben. Keine Altersangabe. Daher Gefahr der Einnahme auch durch Kin- der unter 3, für die Nahrungs- ergänzungsmit- tel nicht vorge- sehen sind.	Empfohlene Menge für fünf Vitamine und zwei Mineral- stoffe wird überschritten.	Empfohlene Menge für acht Vitamine wird überschritten. Es ist schwie- rig, das Produkt genau zu do- sieren.	Empfohlene Menge für sechs Vitamine wird überschrit- ten. Keine Al- tersangabe. Daher Gefahr der Einnahme auch durch Kinder unter 3, für die Nah- rungsergän- zungsmittel nicht vorgese- hen sind.
Vollständige Verbraucherhinweise gegeben	■	■	□ <sup>9)</sup> 10)	□ <sup>11)</sup>	□ <sup>9)</sup> 11)	□ <sup>11)</sup> 14)	□ <sup>11)</sup> 17)	□ <sup>19)</sup>
Verwendet nur erlaubte Gesundheitsversprechen <sup>2)</sup>	■	Keine	Keine	Keine	■	□ <sup>15)</sup>	Keine	Keine
Inhaltsstoffe. Gefettet sind Stoffe, die empfohlene Höchstmengen laut BfR und/oder Tagesmengen laut DGE bei mindestens einer Altersgruppe überschreiten. <sup>3)</sup>	Vitamin D	Eisen, Mikro- algen-Öl mit Omega-3-Fett- säuren DHA und EPA	Vitamin D, Fischölkonzent- rat mit Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA	Vitamin B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, Biotin, <b>Folsäure</b>	Vitamin <b>B1, B2,</b> B3, B5, <b>B6, C,</b> <b>Biotin</b> , Chrom, Eisen, Folsäure, Mangan, <b>Selen</b> <sup>12)</sup>	Vitamin B1, <b>B2,</b> <b>B3, B5, B6,</b> B12, <b>C, D, E,</b> Betakarotin, <b>Biotin</b> , Chrom, Jod, Magnesi- um, <b>Selen, Zink</b>	Vitamin <b>B1, B2,</b> <b>B3, B5, B6, C,</b> <b>E, Biotin</b>	Vitamin <b>B1, B2,</b> B3, B5, B6, B12, <b>C, D, E, Folsäure,</b> Kalzium

**Bewertung nach Fazit:** Überflüssig. Erfüllt alle Vorgaben und Empfehlungen. Gesunde Kinder sind in Deutschland aber ausreichend über die Nahrung mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt.

**Kennzeichnungsmängel. Überflüssig.** Fehlerhafte Deklaration, etwa zu Zusatzstoffen. **Deutliche Mängel. Überflüssig.** Die Mittel überschreiten empfohlene Mengen an Vitaminen oder Mineralstoffen für mindestens eine Altersgruppe. Das betrifft empfohlene Höchstmengen in Nahrungsergänzungsmitteln laut BfR, die für Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene gelten, und/oder empfohlene Referenzwerte für die tägliche Nährstoffzufuhr für Kinder aus allen Nahrungsquellen laut DGE. **Sehr deutliche Mängel. Überflüssig.** Die Mittel überschreiten empfohlene Vitamin-A-Höchstmenge in Nahrungsergänzungsmitteln laut BfR oder enthalten Kupfer, das für Kinder laut BfR nicht geeignet ist. Kinder aller Altersgruppen überschreiten für diese Nährstoffe mit der Nahrung bereits den DGE-Referenzwert für die tägliche Nährstoffzufuhr. Bei einer übermäßigen Zufuhr von Vitamin A oder Kupfer können negative gesundheitliche Effekte nicht ausgeschlossen werden. **Bei gleichem Fazit Reihenfolge alphabetisch.**

■ = Ja. □ = Nein. BfR = Bundesinstitut für Risikobewertung. DGE = Deutsche Gesellschaft für Ernährung.

**1)** Für die jüngste Altersangabe. **2)** Laut Health-Claims-Verordnung. **3)** Laut Deklaration, teilweise gekürzt. **4)** Laut Anbieter wurde das Produkt inzwischen aus dem Vertrieb genommen. **5)** Von uns bezahlter Einkaufspreis. **6)** Auch für Erwachsene. **7)** In der Deklaration sind die Piktogramme für „lactosefrei“ und „glutenfrei“ vertauscht. **8)** Laut Anbieter Deklaration geändert. **9)** Die nährwertbezogene Angabe „ohne Zusatz von Zucker“ macht eine Nährwertkennzeichnung erforderlich. **10)** Es ist keine Nennfüllmenge nach Gewicht deklariert. **11)** Der vom BfR empfohlene Hinweis fehlt: Personen, die sich einem Labortest unterziehen müssen, sollten ihren Arzt, ihre Ärztin oder das Laborpersonal darüber informieren, dass sie Biotin einnehmen oder kürzlich eingenommen haben. **12)** Laut Deklaration Vitamine und Mineralstoffe aus pflanzlichen Quellen. **13)** Laut Anbieter wurde der Vertrieb eingestellt.



abzuraten

Raab Vitalfood Multivitamin für Kinder <sup>20)</sup>	Rotbäckchen Vital Immun Formel	Salus Floradix Eisen für Kinder <sup>8)</sup>	Sanostol Multi-Vitamin Bärchen	Sanotact Junior Denkbärchen	Centrum Kids Multi Vitamin Gummies	Doppelherz System Omega-3 Flüssig Family <sup>8)</sup>	Easyvit Easy Fishoil Multi	Hübner Multivital Kids	Orthomol Junior C Plus
90 Stück	450 ml	250 ml	60 Stück	60 Stück	60 Stück	250 ml	30 Stück	15 Stück	30 Tagesportionen
16,90	6,99	15,79	6,49	3,99	18,95	11,08	18,95	8,45	48,00
0,38	0,62	0,63	0,11	0,07	0,32	0,66	0,63	0,56	1,60
Ab 7	Ab 4 <sup>21)</sup>	4 bis 12	Ab 4 <sup>6)</sup>	Ab 4	Ab 4	Ab 4 <sup>21)</sup>	3 bis 10	Ab 4 <sup>6)</sup>	Ab 4
Lutschtablette/ □	Flüssigkeit/□	Tonikum/□	Gummi- bärchen/■	Lutschtablette (Bärchen)/■	Weichgummi/ ■	Flüssigkeit/□	Kaugeleedrop/ ■	Direktstck mit Flüssigkeit/□	Kautabletten (Autos)/■
DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	SEHR DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	SEHR DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	SEHR DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	SEHR DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.	SEHR DEUTLICHE MÄNGEL. ÜBERFLÜSSIG.
in Deutschland sind über die Nahrung mit Vitaminen und Mineralstoffen gut versorgt.									
Empfohlene Menge an Folsäure wird überschritten.	Empfohlene Menge für Vita- min C und Zink wird überschrit- ten.	Empfohlene Menge für Eisen, Vitamin B1, B2 und B3 wird überschrit- ten.	Empfohlene Menge an Folsäure wird überschritten.	Empfohlene Menge für Eisen, Folsäure und Jod wird überschritten.	Empfohlene Höchstmenge an Vitamin A wird überschrit- ten. Kinder aller Altersgruppen überschreiten bereits über die Nahrungsauf- nahme den Vitamin-A-Refe- renzwert der DGE. Bei einer übermäßigen Zufuhr von Vita- min A können negative ge- sundheitliche Effekte nicht ausgeschlossen werden. Emp- fohlene Menge für Vitamin B6 und C wird überschritten. 24)	Empfohlene Höchstmenge an Vitamin A wird überschrit- ten. Kinder aller Altersgruppen überschreiten bereits über die Nahrungsauf- nahme den Vitamin-A-Refe- renzwert der DGE. Bei einer übermäßigen Zufuhr von Vita- min A können negative ge- sundheitliche Effekte nicht ausgeschlossen werden. Emp- fohlene Menge für acht weitere Vitamine wird überschritten. 24)	Empfohlene Höchstmenge an Vitamin A wird überschrit- ten. Kinder aller Altersgruppen überschreiten bereits über die Nahrungsauf- nahme den Vitamin-A-Refe- renzwert der DGE. Bei einer übermäßigen Zufuhr von Vita- min A können negative ge- sundheitliche Effekte nicht ausgeschlossen werden. Emp- fohlene Menge für vier weitere Vitamine wird überschritten. 24)	Empfohlene Höchstmenge an Vitamin A wird überschrit- ten. Kinder aller Altersgruppen überschreiten bereits über die Nahrungsauf- nahme den Vitamin-A-Refe- renzwert der DGE. Bei einer übermäßigen Zufuhr von Vita- min A können negative ge- sundheitliche Effekte nicht ausgeschlossen werden. <sup>24)</sup>	Enthält Kupfer. Nahrungsergän- zungsmittel mit Kupfer sind für Kinder und Ju- gendliche nicht geeignet. Emp- fohlene Menge für Mangan und elf Vitamine wird überschrit- ten.
□ <sup>11)</sup>	□ <sup>22)</sup>	□ <sup>23)</sup>	□ <sup>9)11)</sup>	■	□ <sup>11)</sup>	□ <sup>11)26)</sup>	□ <sup>11)</sup>	□ <sup>11)26)28)</sup>	■
Keine	■	■	■	■	□ <sup>25)</sup>	□ <sup>27)</sup>	■	■	■ <sup>29)</sup>
Vitamin A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, K, Biotin, Folsäure, Chrom, Jod, Kalzium, Magnesium, Molybdän, Selen	Vitamin C, D, Zink	Vitamin B1, B2, B3, B6, B12, C, Eisen	Vitamin A, B3, B6, B12, C, D, E, Biotin, Folsäure	Eisen, Jod, Folsäure	Vitamin A, B3, B6, B12, C, D, E, Biotin, Iod, Zink	Vitamin A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, Biotin, See- fischöl mit Omega-3-Fett- säuren DHA und EPA	Vitamin A, B3, B6, B12, C, D, E, Biotin, Folsäure, Cholin, Fischöl- konzentrat mit Omega-3-Fett- säuren DHA und EPA	Vitamin A, B1, B2, B3, B6, B12, C, D, E, Biotin, Kalzium	Vitamin A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, K1, Betakarotin, Biotin, Folsäure, Chrom, Eisen, Iod, Kalzium, Kupfer, Magne- sium, Mangan, Molybdän, Selen, Zink

14) Unterschiedliche Haltbarkeit auf der Verpackung und in der Packungsbeilage deklariert. 15) In der Packungsbeilage und im Packungseinsatz diverse Claims, die zwar für Erwachsene, nicht aber für Kinder zugelassen sind. 16) Berechnet mit der höheren deklarierten Dosierung für Kinder ab 4. 17) Die Deklaration der Nährstoffgehalte entspricht nicht den Vorgaben der Nahrungsergänzungsmittelverordnung, da diese nicht für die tägliche Verzehrmenge ausgewiesen sind. 18) Hergestellt von Sunlife. 19) Im Zutatenverzeichnis fehlt die Angabe von Vitamin B2. 20) Laut Anbieter ist das Produkt mit neuer Rezeptur im Handel. 21) Auch für Jugendliche und Erwachsene. 22) Der vom BfR empfohlene Hinweis fehlt: Bei Nahrungsergänzungsmitteln mit mehr als 3,5 mg Zink pro Tagesdosis sollte auf den Verzehr weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel verzichtet werden. 23) In der Nährstofftabelle auf der Packungsbeilage werden keine Vitamin-C-Gehalte angegeben. 24) Die Überschreitung der Höchstmenge bezieht sich auf Vitamin A in Form von Retinol. 25) Der Anbieter wirbt mit der gesundheitsbezogenen Angabe „Vitamin C, D und Zink tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei“, die - bezogen auf Vitamin C und Zink - nicht für Kinder vorgesehen und daher nicht zulässig ist. 26) Produkt wird auch für Erwachsene empfohlen. Es fehlt der laut BfR empfohlene Hinweis, dass Vitamin A in der Schwangerschaft nur nach ärztlicher Rücksprache eingenommen werden sollte. 27) Eine Angabe impliziert, dass sich der Health Claim zu einer normalen Gehirnfunktion auch auf Kinder bezieht. Dieser ist jedoch für Kinder nicht vorgesehen. 28) Der Anbieter deklariert keine genaue Kalziumverbindung. 29) Der Anbieter wirbt in der Packungsbeilage mit der Aussage „Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Verwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.“ Dies kann in der Form missverstanden werden, dass eine ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen nur durch Einnahme des Produkts möglich ist.

Die Abbildungen sind nicht maßstabsgerecht.



**Widerrufsrecht**

Sie haben das Recht, den mit uns geschlossenen Abonnementvertrag beziehungsweise den Vertrag über den Buchkauf binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die erste Ware in Besitz genommen haben beziehungsweise hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns, Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, Tel. 030/346465080, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de mittels eindeutiger Erklärung (zum Beispiel ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Webseite [test.de/widerrufsformular](http://test.de/widerrufsformular) elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (zum Beispiel per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

**Folgen des Widerrufs**

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstige Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich, spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben. Es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Waren wieder zurückerhalten haben oder Sie uns den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zurückgesandt haben – je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Waren unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrags unterrichten, an uns oder an die Ohi Connect GmbH & Co. KG, Merkuring 60–62, 22143 Hamburg zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von 14 Tagen absenden. Wir tragen die Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit ihnen zurückzuführen ist.

Das Widerrufsrecht besteht nicht bei versiegelten Datenträgern, wenn die Versiegelung nach der Lieferung entfernt wurde.

**Muster-Widerrufsformular**

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück an: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, E-Mail: [stiftung-warentest@dpv.de](mailto:stiftung-warentest@dpv.de)

Hiermit widerrufe(n) ich/wir\* den von mir/uns\* abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Ware(n):

bestellt am: \_\_\_\_\_ erhalten am\*:

Name des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: \_\_\_\_\_

Anschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: \_\_\_\_\_

Unterschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: \_\_\_\_\_

(nur bei Mitteilung auf Papier)

Datum: \_\_\_\_\_ \* Unzutreffendes streichen.

**Im Falle eines Widerrufs Ihres Vertrags können Sie die Ware an folgende Anschrift senden:** Ohi Connect GmbH & Co. KG, Merkuring 60–62, 22143 Hamburg. Bitte legen Sie die Rücksendung entweder einen Rücklieferchein oder den Originallieferchein bei. Dies ist jedoch nicht Bedingung für die Rücksendung. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht.

**Informationen zum Datenschutz:** Verantwortlicher ist die Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt zum Zwecke der Erfüllung des zwischen Ihnen und der Stiftung Warentest geschlossenen Abonnementvertrags. Dies gilt auch im Falle von Probeabonnements. Darüber hinaus nutzen wir Ihre Daten, um Ihnen von Zeit zu Zeit interessante Angebote der Stiftung per Post zu übersenden. Das berechtigte Interesse unsererseits, Ihnen postalische Angebote der Stiftung zu übersenden, besteht darin, Sie über unser Programm zu informieren. Produktinformationen per E-Mail erhalten Sie selbstverständlich nur dann, wenn Sie vorher ausdrücklich eingewilligt haben. Die Verwendung von Daten für andere Zwecke ist ausgeschlossen, wenn Sie nicht zuvor ausdrücklich Ihre Einwilligung dazu erklärt haben. Der Verarbeitung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit gegenüber der Stiftung Warentest als Verantwortlichem widersprechen. Wir sind berechtigt, Ihre Daten nach den Vorschriften des Art. 6 Abs. 1 Satz 1 b) (Vertragserfüllung) und f) (Werbung) der Datenschutz-Grundverordnung zu verarbeiten. Darüber hinaus speichern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Vorschriften, wie beispielsweise handels- oder steuerrechtlicher Aufbewahrungspflichten. Die Rechtsgrundlage für diese Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Satz 1 c) der Datenschutz-Grundverordnung. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Empfänger der Daten sind lediglich die von der Stiftung Warentest beauftragten Dienstleister.

Bei Bücherkäufen und Zeitschriftenabonnements werden die Daten bei dieser Bestellung im Auftrag der Stiftung Warentest von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Koreastraße 7, 20457 Hamburg, verarbeitet. DPV vertreibt sämtliche gedruckten Publikationen im Auftrag der Stiftung Warentest. Eine Übermittlung ins Ausland, insbesondere in ein Drittland außerhalb der EU, erfolgt nicht.

Die Datenschutzbeauftragte der Stiftung Warentest erreichen Sie unter der folgenden E-Mail-Adresse: [datschutzbeauftragte@stiftung-warentest.de](mailto:datschutzbeauftragte@stiftung-warentest.de). Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter [test.de/abo/datschutz](http://test.de/abo/datschutz).

**Themen 4/24 – 3/25**

Die Beiträge sind nach Ressorts geordnet, die Zahlen am Ende nennen Veröffentlichungsmonat und -jahr. Bei Interesse können Sie das jeweilige Heft über die Telefonnummer 030/346465080 oder unter [test.de/shop](http://test.de/shop) bestellen. Zudem können Sie auf [test.de](http://test.de) einzelne Artikel herunterladen. **Abkürzungen: R** = Report, **T** = Test.

**Ernährung und Kosmetik**

Akne-Mittel	(R)	4/24
Bier, alkoholfrei	(T)	6/24
Bier, Craft-	(T)	9/24
Bisphenol A (BPA) in Konserven	(T)	5/24
Conditioner, Leave-in-	(T)	10/24
Eis, Cookie-	(T)	7/24
Fertigkost	(R)	6/24
Gesichtscremes für trockene Haut	(T)	4/24
Haferdrinks zum Anrühren	(T)	8/24
Handcremes	(T)	2/25
Joghurt, veganer	(T)	3/25
Joghurtbecher richtig entsorgen	(R)	3/25
Kaffeeanbau, Brasilien	(R)	11/24
Kaffee, Filter-	(T)	11/24
Kaffee, Produktionsbedingungen	(T)	11/24
Lip-Plumper	(T)	12/24
Mineralwasser, natürliche	(T)	8/24
Mundspüllösungen	(T)	3/25
Nassrasierer, Herren	(T)	12/24
Olivöl	(T)	2/25
Olivöl	(T)	4/24
Pflanzenöle im Vergleich	(R)	2/25
Pizza, Salami-	(T)	10/24
Räucherlachs	(T)	1/25
Sonnenschutzmittel	(T)	7/24
Sonnenschutzmittel, Kinder-	(T)	7/24
Test-Tops und -Flops	(R)	1/25
Veggie-Hackfleisch	(R)	8/24
Veggieprodukte, Test-bilanz	(T)	1/25
Weihnachtsgebäck, Acrylamid in	(T)	12/24
Zahnbürsten, elektr.	(T)	12/24
Zahnpasta, Sensitiv-	(T)	6/24
Zahnpasta, Universal-	(T)	11/24

**Multimedia**

Antivirenprogramme	(T)	3/25
Apps, alternative Quellen	(R)	2/25
Authentifizierungs-Apps, Zwei-Faktor-	(T)	11/24
Backup-Software	(T)	8/24
Computermäuse	(T)	11/24
Drucker, Laser-	(T)	10/24
Drucker, Tinten-	(T)	5/24
E-Book-Reader	(T)	5/24
Fernseher, alle Größen	(T)	6/24
Fernseher, die besten	(T)	1/25
Internet, Manipulation im	(R)	9/24
Internet per Satellit	(R)	4/24
Internet-Tempo	(R)	4/24
Kameras	(T)	11/24
Kopfhörer	(T)	3/25
Kopfhörer	(T)	4/24
Kopfhörer, High-End-	(T)	10/24
Kopfhörer, Kinder-	(T)	5/24
Laptops	(T)	1/25
Laptops	(T)	9/24
Lautsprecher, Apps-	(T)	9/24
Lautsprecher, Bluetooth-, WLAN-	(T)	2/25
Lautsprecher, Bluetooth-	(T)	5/24

Netzwerkspeicher	(T)	8/24
Online-Marktplätze	(T)	3/25
Smartphones	(T)	12/24
Smartphones	(T)	7/24
Smartphones, Bedienhilfen	(R)	2/25
Smartphones laden	(T)	7/24
Smartphones, Unterwassergehäuse	(T)	7/24
Smartwatches und Fitnesstracker	(T)	6/24
Soundbars	(T)	9/24
Spiele-Apps für Kinder	(T)	6/24
Tablets	(T)	7/24
Tablets, Updates	(T)	7/24
Technik auf Fernreisen	(T)	6/24

**Haushalt und Garten**

Badreiniger	(T)	10/24
Bügeleisen	(T)	7/24
Dunstabzugshauben	(T)	3/25
Feinwaschmittel	(T)	7/24
Gefriergeräte	(T)	2/25
Geschirrspüler	(T)	8/24
Grillkohle	(T)	4/24
Grillkohle, Herkunft	(T)	4/24
Häcksler	(T)	8/24
Heißluftfritteusen	(T)	1/25
Heizdecken	(T)	12/24
Kaffeemaschinen, Filter-	(T)	11/24
Kaffeefullautomaten	(T)	12/24
Klimageräte	(T)	6/24
Kühlgeräte, Einbau-	(T)	7/24
Kühlgeräte Korrektur	(T)	5/24
Mähroboter	(T)	4/24
Matratzen	(T)	3/25
Matratzen	(T)	10/24
Matratzen, Kinder-	(T)	10/24
Pfannen	(T)	1/25
Saug- und Saug-Wisch-Roboter	(T)	1/25
Solaranlagen, Balkon-	(T)	5/24
Korrektur	(T)	6/24
Standmixer	(T)	12/24
Staubsauger, Akku-	(T)	2/25
Staubsauger, Akku-, Reparaturdienste	(T)	8/24
Staubsauger, Kabel-	(T)	9/24
Stromspeicher	(R)	7/24
Stromtarife, dynamische	(R)	2/25
Wärmepumpen	(T)	8/24
Wäschetrockner	(T)	9/24
Wäschetrockner reparieren	(T)	9/24
Waschmaschinen	(T)	11/24
Wasserkocher	(T)	3/25
Wasser sparen im Garten	(R)	4/24

**Freizeit und Verkehr**

Autokindersitze	(T)	12/24
Autokindersitze	(T)	6/24
Bahnfahren, Ärger	(R)	5/24
Bahnreisen, Service	(T)	9/24
E-Bikes, Trekking-	(T)	6/24
Fahrradanhänger	(T)	8/24
Fahrradhelme	(T)	4/24
Fahrradschlösser	(T)	3/25
Hundefutter, Snacks	(T)	10/24
Katzenfutter	(T)	5/24

Kinderhochstühle	(T)	12/24
Massagepistolen	(T)	7/24
Nachhilfeportale	(T)	2/25
Nähmaschinen	(T)	11/24
Radreisen planen	(R)	4/24
Rudergeräte	(T)	1/25
Schwimmhilfen	(T)	5/24
Testsieger-Produkte zur Fußball-EM	(T)	6/24
Waschmittel, Fein-	(T)	7/24

**Geld und Recht**

Altersvorsorge für Frauen	(R)	6/24
Altgold, Ankauf	(R)	10/24
Bestattungsverfügung	(R)	9/24
Cyberversicherungen	(R)	9/24
Finanzen ordnen	(R)	3/25
Finfluencer	(R)	2/25
Geldanlage, einfache	(R)	7/24
Girocard, Schutz vor Postklaus	(R)	8/24
Glasfaserausbau	(R)	11/24
Gold kaufen	(R)	2/25
Haustiere, Kosten für	(R)	1/25
Krankenversicherung für Studierende	(R)	8/24
Mietwagenbuchung	(R)	7/24
Mietwohnung, Kündigung wegen Eigenbedarf	(R)	11/24
Patientenverfügung	(R)	12/24
Pauschalreisen, Vorteile	(R)	4/24
Photovoltaik	(R)	6/24
Korrektur	(R)	7/24
Privatverkäufe, Steuern auf	(R)	5/24
Stromtarif wechseln	(R)	1/25
Tierhalterrechte	(R)	5/24
Unterhalt absetzen	(R)	4/24
Unwetterschäden, Versicherungen	(R)	10/24
Vererben, gemeinnützig	(R)	12/24
Vorsorgevollmacht	(R)	3/25

**Gesundheit**

Abnehm-Spritzen	(R)	9/24
Blutzuckermessgeräte	(T)	11/24
Demenz, Angehörige	(R)	9/24
Elektronische Patientenakte	(R)	1/25
Halschmerzen, Mittel bei	(T)	12/24
Inhalationsgeräte	(T)	1/25
Körperanalyse, Messwerte	(R)	10/24
Lippenherpes, Mittel gegen	(T)	6/24
Medikamente im Alter	(T)	8/24
Medikamente, Wechselwirkungen	(R)	5/24
Nieren gesund halten	(R)	7/24
Ohrstöpsel	(T)	9/24
Psychotherapien, Wegweiser	(R)	4/24
Schlafprobleme, Online-Programme	(T)	5/24
Symptom-Checker	(T)	3/25
Übergewicht abbauen	(R)	2/25
Vitamine in der Erkältungszeit	(R)	2/25
Waagen, Körperanalyse	(T)	10/24

## Kontakt

### Leserservice

Sie haben inhaltliche Fragen zum Heft? Anfragen, die über die Informationen in den Publikationen der Stiftung Warentest hinausgehen, können wir leider nicht beantworten.

**Internet:** [test.de/kontakt](http://test.de/kontakt)

**Mail:** [leserservice@stiftung-warentest.de](mailto:leserservice@stiftung-warentest.de)

### Abo-Hotline

Sie möchten sich Ihr Heft an eine neue Adresse liefern lassen? Bitte geben Sie Ihre Abonnementnummer an.

**Tel.** 030/346465080

(Mo bis Fr 7.30–20 Uhr,

Sa 9–14 Uhr)

**Mail:** [stiftung-warentest@dpv.de](mailto:stiftung-warentest@dpv.de)

**Internet:** [test.de/abo](http://test.de/abo)

### Bestell-Hotline

Sie möchten Bücher und Hefte der Stiftung Warentest bestellen?

**Tel.** 030/346465082

(Mo bis Fr 7.30–20 Uhr,

Sa 9–14 Uhr)

**Internet:** [test.de/shop](http://test.de/shop)

### Soziale Netzwerke

[facebook.com/stiftungwarentest](https://facebook.com/stiftungwarentest)

[youtube.com/stiftungwarentest](https://youtube.com/stiftungwarentest)

[instagram.com/stiftungwarentest](https://instagram.com/stiftungwarentest)

[instagram.com/stiftungwarentest-finanzen](https://instagram.com/stiftungwarentest-finanzen)

[x.com/warentest](https://x.com/warentest)

## So testen wir



Der Aufwand für unsere Tests ist enorm. Von der Idee bis zur Veröffentlichung vergehen Monate. Ein typischer Test-Ablauf im Video: [test.de/testablauf](http://test.de/testablauf).

### Prüfinstitute

Die Stiftung Warentest bietet unabhängigen Instituten an, Prüfaufträge zu übernehmen. Details unter [test.de/pruefinstitute](http://test.de/pruefinstitute).

# Stiftung Warentest

### Herausgeber und Verlag

Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin, Postfach 30 41 41, 10724 Berlin, Telefon 0 30/26 31–0, Mail: [Leserservice@stiftung-warentest.de](mailto:Leserservice@stiftung-warentest.de), Internet: [test.de](http://test.de), UST-IDNr.: DE 1367 25570

### Verwaltungsrat

Prof. Dr. Barbara Brandstetter (Vorsitzende), Dieter Lehmann, Ramona Pop, Prof. Dr. Tanjev Schultz, Matthias Spielkamp, Dr. Michael Stephan, Lina Timm

### Kuratorium

Lukas Siebenkotten (Vorsitzender), Karen Bartel, Christian Bock, Prof. Dr. Gaby-Fleur Böhl, Dörte Eiß, Gabriele Hässig, Dr. Sven Hallscheidt, Dr. Dierdric Harms, Prof. Dr. Jens Högrevé, Dr. Inga Jensen, Prof. Dr. Stefanie Märzheuser, Teresa Nauber, Dr. Bettina Rechenberg, Ralf-Thomas Reichrath, Dr. Christian A. Rumpke, Wolfgang Schuldzinski, Joachim Schulte, Christoph Wendker

### Vorstandin

Julia Bönsch

### Weitere Mitglieder der Geschäftsleitung

Dr. Holger Brackemann, Daniel Gläser, Dr. Birger Venn-Hein

### Bereich Untersuchungen

Dr. Holger Brackemann (Bereichsleiter)

Qualitätssicherung und Prozessoptimierung:  
Elke Gehrke (Leiterin); Diana Senger

Preiserhebungen: Johanna Hinzke, Diana Senger  
Prüfmustereinkauf: Mirko Zimmermann (Leiter)

### Verifikation

Dr. Claudia Behrens (Leiterin), Claudia Gaca, Dr. Andrea Goldenbaum, Dr. Julia Krapf, Susanne Neunzerling, Janine Nord, Sibylle Schallack, Hartmut Schäfer, Sabine Vogt

### Digitales und Technik

Dr. Markus Bielecki (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleitung: Benjamin Barkmeyer, Dr. Markus Bautsch, Robert Brandt, Jenny Braune, Dr. Florian Ostermann, Simone Vintz, Dr. Kirstin Wethekam; Marktanalyse und Projektassistenz: Heike Clemens, Philipp Dammshneider, Thomas Grund, Lutz Konzag, Danielle Leven; Teamassistenz: Daniela Helmerich, Daria Sprick

Georg Dahm (Journalistischer Leiter); Redaktion: Jonas Bickelmann, Hannes A. Czerulla, Ronald Dammshneider, Martin Gobbin, Sandra Schwarz, Henning Withöft, Michael Wolf

### Haus, Energie, Freizeit und Verkehr

Dr. Axel Neisser (Wissenschaftlicher Leiter); Dr. Dirk Lorenz (Stellv.); Projektleitung: Christiane Böttcher-Tiedemann, Renate Ehrnsperger, Ralf Gaida, Marius Gemmel, Nico Langenbeck, Simone Lindemann, Michael Morys, Dr. Dorit Munzke, Anke Scheiber, Dr. Peter Schick, Konstantin Thurow, Sarah Vasconi, Dr. Sara Wagner-Leifhelm; Marktanalyse und Projektassistenz: Yvonne Gramsch, Jonathan Graßmel, Toralf Hainsch, Petra Kabelitz, Achim Ruß, Yvonne Sanguinette, Eva-Maria Schnaus, Diana Senger, Michael Vogt; Teamassistenz: Marlies Brandtner, Monique Schneider, Grit Schulze

Christian van de Sand (Journalistischer Leiter); Redaktion: Daniel Kastner, Anne Mandt, Reiner Metzger, Cecilia Meusel, Meike Rix, Stephan Scherfenberg, Roman Schukies, Kerstin Singer, Claudia Till

### Ernährung, Kosmetik und Gesundheit

Dr. Ursula Loggen (Wissenschaftliche Leiterin); Projektleitung: Katrin Andruschow, Charlotte Granobs, Dr. Thomas Koppmann, Dr. Claudia Michael, Yvonne Neidhardt, Tim Quinders, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan, Julia Schwietering, Dr. Jochen Wettach; Marktanalyse und Projektassistenz: Michaela Backhus, Sylvia Keske-Fouda, Julia Leise, Nada Quenzel; Teamassistenz: Maria Anna Bernhart, Beate Engler, Karin Falkenthal

Nicole Merbach (Journalistische Leiterin); Redaktion: Ina Bockholt, Heike Dierbach, Christiane Hefendehl, Anke Kapels, Lea Sophie Lukas, Dr. Bettina Sauer, Dennis Stieler, Sara Waldau, Swantje Waterstraat; Teamassistenz: Ulrike Guth

### Geldanlage, Altersvorsorge, Kredite und Steuern

Stephan Kühnlenz (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleitung: Dr. Bernd Brückmann, Kathy Elmenthaler, Stefan Fischer, Anne Hausdörfer, Stefan Hüllen, Boštjan Krisper, Thomas Krüger, Gabriele Langfermann, Heike Nicodemus, Stephanie Pallasch, Yann Stoffel, Rainer Zuppe; Projektassistenz: Christian Bothfeld, Viviane Hamann, Stefanie Kreisel, Beatrix Lemke, Sina Schmidt-Kunter, Alexander Zabel; Teamassistenz: Sabine Eggert

Michael Beumer (Journalistischer Leiter); Redaktion: Roland Aulitzky, Kerstin Backofen, Karin Baur, Renate Daum, Katharina Henrich, Alrun Jappe, Robin Knies, Theodor Pischke, Daniel Pöhler, Isabell Pohlmann, Jörg Sahr, Kai Schlieter, Max Schmutzter; Teamassistenz: Annette Eßelborn

### Versicherungen und Recht

Holger R. Rohde (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleitung: Sabine Baierl-Johna, Claudia Bassarak, Beate-Kathrin Bextermöller, Birgit Brummel, Julian Chudoba, Maria Hartwig, Karin Kuchelmeister, Michael Nischalke, Alica Verwiebe; Projektassistenz: Romy Philipp, Achim Pieritz, Nicole Rau, Dana Soete, Marcia Vargas Canales, Teamassistenz: Ina Schiemann

Susanne Meunier (Journalistische Leiterin); Redaktion: Barbara Bückmann, Philip Chorzelewski, Christoph Herrmann, Alisa Kostenow, Sophie Mecchia, Kirsten Schiekiera, Lena Singleton, Michael Sittig, Ulrike Steckkönig, Simone Weidner, Marion Weitemeier, Eugénie Zobel-Varga; Teamassistenz: Annette Eßelborn

### Marketing und Vertrieb

Dorothea Kern (Leiterin)

### Vertrieb Abonnement und Direktverkauf:

DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, dpv.de  
Kundenservice: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg  
Tel. 030/346465080, Fax 040/378455657,  
Mail: [stiftung-warentest@dpv.de](mailto:stiftung-warentest@dpv.de)

**Vertrieb Einzelhandel:** DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG, Meßberg 1, 20086 Hamburg, [dermedienvertrieb.de](http://dermedienvertrieb.de)

### Kommunikation

Michael Nowak (Leiter); Claudia Brause, Bettina Dingler, Wolfgang Hestermann, Ronnie Koch, Christiane Lang, Sabine Möhr, Petra Rothbart

## Redaktion Stiftung Warentest

### Chefredakteurin

Isabella Eigner (verantwortlich)

**Stellvertretender Chefredakteur, Stellvertretende Chefredakteurin**  
Werner Hinzpeter, Julia Witt

### Projektleiter der Chefredaktion

Thierry Backes

### Textchefs

Sebastian Bröder, Axel Henrici, Thomas Müller

### Redaktionsassistenz

Christine Jannack, Britta Ossig-Moll

### Grafik

Nina Mascher (Creative Director); Karen Adams, Isabella Galanty, Katja Späth, Beate Theill

### Bildredaktion

Kerstin Eggstein, Hendrik Rauch, Laura Schierholz, Annette Zidek; Ralph Kaiser (Fotograf)

### Produktion

Sabine Gaffrey, Gabriele Meja, Yuen Men Nguyen, Martin Schmidt

### Verlagsherstellung

Rita Brosius (Leitung); Romy Alig, Susanne Beeh

### Weitere Mitarbeit an dieser Ausgabe

Ulrike Sosalla Serodio, Thomas Vossbeck

### Litho

tiff.any GmbH Berlin

### Druck

Stark Druck GmbH & Co. KG, Pforzheim  
Innentitel und Bestellkarte gedruckt auf Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen „Der Blaue Engel“

**Preise Jahresabonnement Print Inland:** 85,20 Euro, Österreich: 87,60 Euro, Schweiz 100,40 sFr., restl. Ausland: 87,60 Euro.  
**Kombi-Abo Inland:** 120,60 Euro (85,20 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Österreich: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Schweiz: 151,40 sFr. (100,40 sFr. für Stiftung Warentest + 51,00 sFr. für die Stiftung Warentest Flatrate), restl. Ausland: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate) (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten Österreich: 0,60 Euro, Schweiz: 1,20 sFr., rest. Ausland: 2,00 Euro pro Ausgabe). Digitales Zeitschriften-Abo In- und Ausland: 76,80 Euro, Schweiz 89,99 sFr. Einzelheft Print Deutschland: 7,90 Euro, Ausland: 8,10 Euro, Schweiz: 9,40 sFr. (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten).

### ISSN

0040–3946

**Rechte** Alle in Stiftung Warentest veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Das gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Die Reproduktion – ganz oder in Teilen – durch Nachdruck, fototechnische Vervielfältigung oder andere Verfahren – auch Auszüge, Bearbeitungen sowie Abbildungen – oder die Übertragung in eine von Maschinen, insbesondere Datenverarbeitungsanlagen verwendbare Sprache oder die Einspeisung in elektronische Systeme bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags. Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.

# Schluckbeschwerde



**„Wenn wir verschluckbare Kleinteile an Spielzeug, Kindermatratzen oder Kindersitzen bemängeln, ersetzen die Anbieter die Produkte oft kostenlos.“**

Nico Langenbeck,  
Projektleiter des Tests von  
Fahrradkindersitzen

„Der Normschlund“ – so könnte ein Schauernmärchen aus dem Prüflabor heißen. Doch stählern, kühl und etwa so groß wie ein Ei löst er zumindest optisch keinerlei Grusel aus. Seine Aufgabe ist ohnehin das Gegenteil: Er soll das Horrorszenario verhindern, dass ein Kleinkind sich an einem Gegenstand verschluckt und schlimmstenfalls daran erstickt. Deshalb heißt er auch Kleinteile- oder Schluckzylinder. Sein Durchmesser beträgt exakt 31,7 Millimeter, innen wird er immer enger: Eine schiefe Ebene in seinem Inneren beginnt in 25,4 und endet in 57,1 Millimetern Tiefe. So simuliert er den, nun ja, Schlund eines maximal dreijährigen Kindes. Laut Lexikon verbindet ein Schlund Speiseröhre, Mund- und Nasenhöhle und gehört außerdem zum Atmungsapparat. Er ist also genau der Ort, an dem Menschen Dinge in den falschen Hals kriegen können.

Bei kleinen Menschen sind das vor allem Kleinteile. Auf sie stoßen wir öfter, wenn wir Produkte für Kinder prüfen – zum Beispiel Kuscheltiere, Spielzeug oder Kindermatratzen. Was sich abreißen, abdrehen, abschlagen, abkauen oder abknibbeln lässt, schluckt der Normschlund: Plüschtier-Augen, Holzperlen, Mini-Magnete, Reißverschlussgriffe. Passt ein Teil unzerdrückt hinein und ragt nicht heraus, fällt das ganze Produkt durch.

Text: Daniel Kastner



### Entspiel.

Die niedliche Holzente passt ganz in den Schluckzylinder und damit leider auch in den Rachen eines Kleinkindes.



## Kleinteilezylinder

**Einsatz für:** Tests von  
Kinderprodukten wie  
Spielzeug oder Matratzen

**Material:** Edelstahl

**Preis:** 140 Euro

**Bedarf:** ein Stück pro  
Testreihe – der Zylinder ist  
nahezu unverwüstlich.



# Stiftung Warentest 5/2025

ab Donnerstag, 24. April, im Handel

## Vorschau

Elektrogrills

Toastbrot

TV-Streamingsticks

Zinsanlagen

Reise-Impfungen

Öko-Siegel für Hotels

Änderungen vorbehalten



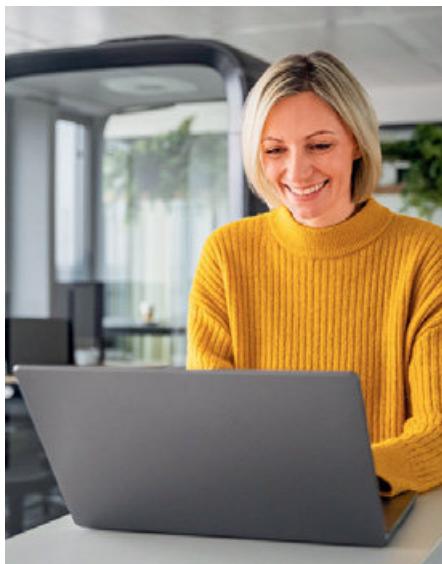
## Mücken- und Zeckenschutz

Die Mücken- und Zeckensaison ist eröffnet. Wie hält man sich die Plagegeister am besten vom Leib? Und was hilft, wenn sie uns doch mal erwischen? Wir haben 10 Sprays zur Abwehr für Sie getestet – und 14 Insektenstich-Heiler, die Gestochenen Linderung versprechen.



## Laptops

Ein neues Notebook muss her! Vom Surfen über Videotelefonie bis hin zur Fotobearbeitung soll es alles können – und dabei auch noch leicht und ausdauernd sein. Wie viel muss man für ein solches Paket ausgeben? Wir haben leistungsstarke Modelle getestet und zeigen, wie gut Geräte ab 1100 Euro gegen mehr als doppelt so teure bestehen.



## Trampoline

Hüpfen macht gute Laune, steigert das Selbstbewusstsein, verbrennt Kalorien und kräftigt die Muskeln. Doch wie gut und wie sicher sind Gartentrampoline? Dies haben wir geprüft – samt der Arbeit vor dem Vergnügen. Einige waren in weniger als einer Stunde einsatzbereit. Ein Modell ließ sich gar nicht aufbauen.



## Stiftung Warentest

Die Stiftung Warentest wurde 1964 auf Beschluss des Deutschen Bundestages gegründet, um Verbraucherinnen und Verbrauchern durch vergleichende Tests von Waren und Dienstleistungen unabhängige und objektive Unterstützung zu bieten.

Wir kaufen anonym im Handel ein und nehmen Dienstleistungen verdeckt in Anspruch.

Wir testen mit wissenschaftlichen Methoden in unabhängigen Instituten nach unseren Vorgaben oder selbst im Haus.

Wir bewerten mit Noten von Sehr gut bis Mangelhaft ausschließlich auf Basis der objektiven Untersuchungsergebnisse.

Wir veröffentlichen anzeigenfrei in unseren Zeitschriften Stiftung Warentest und Stiftung Warentest Finanzen sowie auf test.de.