





Produktübersicht zum Marktcheck "Gemüsechips"





Datum: 21.11.2023

verbraucherzentrale

Nordrhein-Westfalen

Hersteller, Zutaten	Produktfoto	Produkt und Geschmacks- richtung	Werbe- versprechen	kcal	Fett	davon ge- sättigte Fett- säuren	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Pro- tein	Salz	Ballast- stoffe
				in 100 g	in g/ 100 g						
Chips aus bzw. mit Hülsenfrüchten:											
Lorenz Kichererbsenchips Sour Cream and Onion Zutaten: Kichererbsenmehl (30 %), Reismehl, Rapsöl, Kartoffelflocken (11%), Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Salz, Zucker, SÜSMOLKENPULVER, Zwiebelpulver, SAUERRAHMPULVER, Petersilie, Knoblauchpulver, Aroma (enthält MILCHERZEUGNISSE), Säureregulatoren: Citronensäure, Natriumdiacetat, Calciumlactat.		Sour Cream & Onion	enthält 13 % Protein, 55 % weniger Fett	427	13	1	62	5	13	2,6	4,7
Kühne Kichererbsen-Nachos Zutaten: Kichererbsenmehl 37 %, grüne und gelbe Erbsen 17 %, Reismehl, Kartoffelstärke, Sonnenblumenöl, schwarze Bohnen, Salz, Zucker, Kräuter, Gewürze		Kichererbsen Nachos mit gelben und grünen Erbsen (Kräuter)	40 % weniger Fett (als herkömmliche Tortilla Chips)	418	13	1,1	59	1,7	15	2,3	4,6
Sun Snacks Linsen Chips Paprika Style Linsenmehl (46%), pflanzliche Öle (Sonnenblume, Raps in verändlichen Gewichtsanteilen), Maismehl, Reismehl, Speisesalz, Kartoffelstärke, Zucker, SAUERRAHMPULVER, Paprikapulver, natürliches Aroma (enthält MILCHERZEUGNISSE), Säuerungsmittel: Citronensäure, Antioxidationsmittel: stark tocopherolhaltige Extrakte		Linsensnack mit Paprika-Geschmack	30 % weniger Fett	480	21	1,8	57	4,9	14	2,8	k.A.
funny-frisch Linsenchips Paprika Style Zutaten: Linsenmehl (37%), Reismehl, pflanzliche Öle (Sonnenblume, Raps in veränderlichen Gewichtsanteilen), Maismehl, Stärke, Zucker, Speisesalz, Zwiebelpulver, Trockenmilcherzeugnis aus SAUERRAHM, Kaliumchlorid, natürliches Aroma, Hefeextrakt, Paprikapulver, Gewürze, Knoblauchpulver. Kann Spuren von SOJA enthalten.		Linsen Chips (Paprika)	40 % weniger Fett als klassische Chips	453	18	2	59	3,9	13	1,6	5,4

Hersteller, Zutaten	Produktfoto	Produkt und Geschmacksrichtung	Werbeversprechen	kcal	Fett	davon gesättigte Fettsäuren	Kohlenhydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballaststoffe
				in 100 g	in g/ 100 g						
De Rit Bean Sticks (Paprika) Zutaten: Pinto Bohnenmehl* (37%), Tapioka-Stärke*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, Paprikagewürz* (Salz, Paprikapulver* (0,6%), Knoblauch*, Zwiebel*, Maismehl*, Koriander*, Bockshornklee*, Liebstöckelwurzel*, Chilipfeffer*), Rote Bete Pulver*.		Bean Sticks (Pinto Bohnen) (Paprika)		481	27	3,4	55	1,7	8	2,6	5,1
Rewe beste Wahl Kichererbsenchips Zutaten: Kichererbsenmehl 31%, Reismehl, Rapsöl, Kartoffelflocken 11%, Tapiokastärke, Kartoffelstärke, Erbsenproteinisolat, Zucker, SÜßMOLKENPULVER, Speisesalz, Zwiebelpulver, Paprikapulver, natürliches Aroma (enthält MILCHERZEUGNISSE), SAUERRAHMPULVER, Säuerungsmittel (Citronensäure), Farbstoff (Paprikaextrakt).		Kichererbsenchips mit Paprika-Geschmack	52 % weniger Fett	441	14	0,9	63	5,4	14	2,5	k.A.
Chips aus Gemüse:											
Bio Zentrale Süßkartoffel Rosmarin 58 % Süßkartoffel*, Sonnenblumenöl*, Kartoffelstärke*, 1,3 % Rosmarin*, Meersalz, Knoblauch*. *aus kontrolliert-ökologischer Landwirtschaft		Süßkartoffelchips mit Rosmarin		527	37	3,2	40	21	3,7	1,4	9
Trafo Bio-organic Sweet Potato Chips Süßkartoffel*, Sonnenblumenöl* *aus kontrolliert biologischem Anbau.		sweet potato chips		481	25	2,7	57	10,7	3,5	0,6	7,1

Hersteller, Zutaten	Produktfoto	Produkt und Geschmacksrichtung	Werbeversprechen	kcal	Fett	davon gesättigte Fettsäuren	Kohlenhydrate	davon Zucker	Protein	Salz	Ballaststoffe
				in 100 g	in g/ 100 g						
Go Pure Vegetable Chips Zutaten: Gemüse 62 % (rote Beete*, Pastinake*, Karotte*, Süßkartoffel*) in veränderlichen Gewichtsanteilen, Sonnenblumenöl*, Meersalz. *aus kontrolliert biologischem Anbau.		mixed varieties parsnip, carrot, beetroot, sweet potatoe		519	37	3,2	35	26	4,7	1,2	11
Heimatgut Gemüsechips 62 % Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (Pastinake*, Süßkartoffel*, rote Beete*) Sonnenblumenöl* Meersalz * aus biologischem Anbau		Gemüsechips fein gesalzen		527	36,7	3,1	36,9	21	5,7	1,33	13,4
El Origen Organic Manioc Chips (salty) Bio-Maniok* (70 %), Bio-Sonnenblumenöl*, Meersalz *100 % aus kontrolliert biologischem Anbau *aus kontrolliert ökologischer Erzeugung		Manioc Chips (salty)		498	24	9,4	64	1,1	1,4	0,63	5,1
Edeka Bio violette & orange Sweet Potato Zutaten: 42 % orangefarbige Süßkartoffeln*, Sonnenblumenöl*, 21 % violettfarbige Süßkartoffeln*, 1 % Meersalz		violette & orange Süßkartoffelchips (Meersalz)		519	35,8	3,1	40,4	17,5	3,6	1,4	k.A.
Kartoffelchips als Vergleichsprodukte für Chips aus/mit Hülsenfrüchten und Gemüsechips:											
Mittelwert aus den Nährwerten von: - funny-frisch (Chipsfrisch "ungarisch") - Chio (Chips "ready salted") - denree (Kartoffelchips "gesalzen") - Lorenz (Crunchips "Salz") - Clarkys (Chips "Paprika")				537,4	34,2	3,06	49,4	1,58	5,72	1,58	4,025