



**VISSERS FRITZE™**

Gesund, lecker, großwerden!



## Den Zuckerkonsum im Blick: Rezepte auf dem Prüfstand

Maximal sechs Teelöffel zugesetzter Zucker pro Tag - oder 25 Gramm - so lautet die Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für Kinder und Jugendliche. „Damit ist aber nicht nur der Zucker gemeint, den wir etwa ins Müsli rühren, sondern auch Zucker, der den Lebensmitteln bereits zugesetzt ist, zum Beispiel in Marmelade“, erklärt Claas Visser, Inhaber von Vissers Fritze.

Diese sechs Teelöffel sind schnell erreicht. Deshalb wird bei Vissers Fritze sehr genau darauf geachtet, wie und wo Zucker verwendet wird. „Wir verarbeiten Zucker ausschließlich in unseren Desserts“, erklärt Visser. „Und wir haben unsere Rezepte anhand der Empfehlungen noch einmal kritisch überprüft. Das gute Ergebnis: Pro Mahlzeit - inklusive Nachtisch - enthalten die Vissers Fritze-Gerichte im Durchschnitt nur zwischen fünf und sieben Gramm Zucker!“

Dominik Runge absolviert derzeit eine Fortbildung zum staatlich geprüften Diätkoch. Somit ist bei Vissers Fritze ein Fachmann in der Küche, der sich besonders im Bereich Diätetik auskennt und die Kunden beraten kann.

Außerdem sollen Kinder und Erwachsene bald noch einfacher und schneller Inhaltsstoffe und Kalorien in einer Vissers Fritze-Mahlzeit erkennen können. Dazu tüftelt das Team zurzeit an einem System, bei der die Nährstoffe pro Portion aufgeschlüsselt sind. „Wir sind gerade in der Entwicklung und wollen eine Kennzeichnung einführen, bei der ganz einfach und kindgerecht zu erkennen ist, welche Inhaltsstoffe in welchen Mengen enthalten sind“, erklärt Visser, selbst Vater von drei Kindern. „Wir müssen heute die Grundlagen für eine gute Ernährung legen“, ist er sich sicher. „Denn Ernährungsgewohnheiten aus der Kindheit behalten wir auch viele Jahre später noch bei. Als Folge ungesunder Ernährung gibt es dann schnell gesundheitliche Probleme. Deshalb sollten wir möglichst früh ansetzen und den Kindern Lust auf gesundes und leckeres Essen machen“, so Vissers Anliegen.

*Herzliche Grüße*

*Das Team von Vissers Fritze*

