oekotest.de

ÖKO-TEST

INTERVIEW
Wie können wir den Wasserraub für Erdbeeren stoppen, Frau Schneider?

September 2025 7,50 Euro

TEST 134 PRODUKTE FÜR JEDEN TAG

EXTRA ENERGIE

WÄRMEPUMPE? GEHT AUCH IM ALTBAU

Marmelade

Pestizidcocktail mit Zucker? 25 Fruchtaufstriche im Test

BALD LEERE REGALE?

Erdbeeranbau unter Klimadruck – Marmeladenhersteller ächzen

134 PRODUKTE IM TEST

VOLLKORN-TOASTBROT
Zwei günstige punkten

WC-REINIGER
Alle besser als WC-Ente

ZAHNUNGSGEL
Keins überzeugt ganz

DUSCHGEL 3-IN-1
Eins enthält Formaldehyd

4 190631 107509 09

SEPTEMBER 2025 | D 7,50 Euro D 6311 | A, Benelux 7,50 Euro

eco® Freude

Sanft zur Umwelt

Stark gegen Schmutz

750 ML

1,69 €

[1 L = 2,25 €]

ÖKO-TEST

eco Freude
Allzweck-Reiniger
Lemon Rose

gut

Magazin 03/2024
26 Produkte im Test
davon 3x sehr gut, 12x gut

Ausgezeichnete Sauberkraft

EU Ecolabel www.ecolabel.eu

ECOCERT®

Vegan®

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Dirk Rossmann GmbH, Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel

ÖKO-TEST

EDITORIAL

September 2025

Reif fürs Museum?

In Belgien gibt es ein kurioses Museum: das „Musée de la Fraise“ in Wépion. Hier dreht sich alles um die Erdbeere, vom Gemälde bis zum Porzellan-Kitsch. Eine liebevolle Hommage an die rote Frucht. Ein Blick auf den Erdbeermarkt wirft indes die Frage auf: Sind die Früchte vom Feld bald wirklich reif fürs Museum?

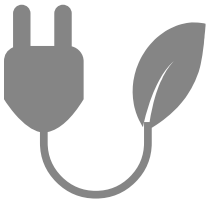
In den vergangenen zehn Jahren ist die Zahl der Erdbeerbetriebe in Deutschland von rund 2.200 auf etwa 1.700 geschrumpft. Mit ihnen verschwinden Anbauflächen und Existenzen. Auch Hersteller, die ausländische Erdbeeren für die Produktion von Fruchtaufstrichen verwenden, geraten unter Druck, wie unsere Kollegin Michelle Sensel für ihre Titelgeschichte ab Seite 18 recherchiert hat. Gründe für die Ernterückgänge sind unter anderem gestiegene Kosten, aber auch die Klimakrise, die Teile der Ware schon auf dem Feld verderben lässt. Die Folge: höhere Preise – auch für Marmelade.

Wir wollten wissen, was man bei Fruchtaufstrichen aktuell für sein Geld bekommt: Dazu haben wir 25 Erdbeer-Fruchtaufstriche im Labor untersuchen lassen – unter anderem auf Pestizide und Bisphenol A. Aber auch der Geschmack stand auf dem Prüfstand. Das Ergebnis: Für die meisten der roten Aufstriche können wir grünes Licht geben. Und weil beides auf dem Frühstückstisch so gut zusammenpasst, haben wir uns zudem Vollkorn-Toastbrot angesehen. Auch hier gibt es kaum Gründe, sich den Appetit verderben zu lassen. Mehr ab Seite 38.

Im Museum sieht die Erdbeere zwar nett aus – auf dem Brot macht sie sich aber deutlich besser. Damit das so bleibt, braucht es unserer Ansicht nach eine faire Landwirtschaft und ein stabiles Klima. Denn nur so bleibt die Erdbeere mitten im Leben – und landet nicht in einer Glasvitrine im Museum.

Ihre Cordula Posdorf

Cordula Posdorf
Chefredakteurin



Die Energiewende ist komplex und zugleich voller Chancen. In unserem Extra „Energie“ geben wir Beispiele, wie die aussehen können. Ab Seite 94 lesen Sie, wie engagierte Gemeinschaften eigene Kraftwerke betreiben, was flexible Tarife bringen und welche Möglichkeiten es gibt, wenn die Ladesäule fürs E-Auto nicht direkt vor der Haustür steht.

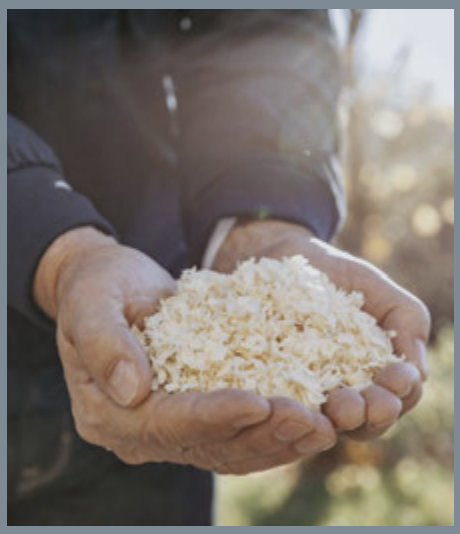
Foto: ÖKO-TEST Illustration: noun project

Anzeige

Haus mit Haltung

BAUFRITZ.COM

Geheimes Rezept: Holz, Soda, Molke.



Wenn Ressourcen endlich sind, braucht Bauen einen neuen Anfang. Bei Baufritz wird Nachhaltigkeit Realität: Aus Hobelspänen entsteht HOIZ – der erste Cradle to Cradle-zertifizierte Dämmstoff. 100 % natürlich, recycelbar, CO_2-speichernd.

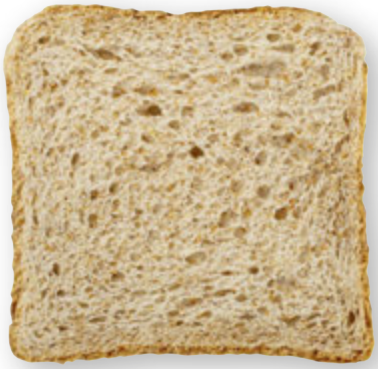
Entwickelt aus Nebenprodukten, mit Soda und Molke imprägniert, frei von Chemie, aber voller Zukunft. Dagmar Fritz-Kramer und ihr Team zeigen, wie Kreislaufwirtschaft im Hausbau funktioniert.

BAUFRITZ®
WIR BAUEN GESUNDHEIT

ÖKO-TEST

INHALT

September 2025



38
Vollkorn-Toastbrot
Knusprige Unterlegscheiben

TITEL

18 Erdbeeren in der Krise
Hohe Kosten, unwägbares Wetter – immer mehr heimische Anbauer der roten Früchte geben auf

26 Erdbeer-Fruchtaufstriche
TEST
Gute Aussichten auf ein fruchtiges Frühstück

34 Das Rezept
Beerenmarmelade ohne Gelierhilfen

36 Erdbeerige Bilanz
Zahlen & Fakten rund um Anbau und Preise

LEBEN 37

ESSEN
SCHÖNHEIT
GESUNDHEIT

38 Vollkorn-Toastbrot
TEST
Fast die Hälfte können wir empfehlen

46 Darmgesundheit
Für ein gutes Bauchgefühl

50 Schimmelpilze in Pistazien
TEST
Grünes Licht für den Knabbergenuss

56 Pistazienhype
Weshalb die grünen Nüsschen so teuer sind

58 3-in-1-Sport-Duschgele für Männer
TEST
Kaum Schaumschläger zum Start in den Tag

64 Hautmikrobiom
Warum (zu) häufiges Duschen schadet

70 Kurz & klar

WACHSEN 71

KINDER
FAMILIE
PARTNERSCHAFT

72 Mittel bei Zahnungsbeschwerden
TEST
Auf dem Zahnfleisch

80 Fünf Mythen rund ums Zahnen
Von Bernsteinkette bis Veilchenwurzel

82 Kurz & klar

72
Mittel bei Zahnungsbeschwerden
Etliche Stoffe haben in Babys Mund nichts zu suchen

50
Schimmelpilze in Pistazien
Wir können Entwarnung geben

Titelfotos: AtlasStudio/getty images; WWF Deutschland

MACHEN 83

BAUEN
WOHNEN
REISEN

84 WC-Reiniger
TEST
Aggressive Säuren auf dem stillen Örtchen

90 Desinfektionsmittel für die Toilette?
„Ekel ist nicht infektiös“

94 Wärmepumpe im Altbau
So gelingt der Heizungstausch

98 Sanierungssprint
Komplett modernisiert in 22 Arbeitstagen

102 Energiegenossenschaften
Gemeinschaftlich für die Energiewende

106 Flexible Stromtarife
Dynamisch, aber auch sinnvoll?

110 Elektroautos laden
Anschluss gesucht

112 Alternative Städteziele
Authentisch und abseits vom Touristenrummel

118 Grüne Reisetipps
Sommerausklang auf Juist oder Jersey

120 Serie Gartenplaner
Stauden – Feuerwerk in Superzeitlupe

124 Kurz & klar

BEWEGEN 125

UMWELT
POLITIK
GELD

126 Serie Neues Bewegen
Umsteigen bitte – was sich im Nahverkehr tut

130 Interview
Wie ein Nationalpark für den Erdbeeranbau ausgetrocknet wird

WWF-Wasserexpertin Nina Schneider

133 Kurz & klar

STANDARDS

3 Editorial

6 Gut durch den Alltag

8 Augenblicke
Auf der Schiene

12 ÖKO-TEST wirkt

14 Leserbriefe

16 Gemeinsam besser

134 Glossar

135 Impressum

136 Glosse: Gibt's das auch in Grün? – Lipgloss, das Nachhaltigkeit umarmt

138 Vorschau

Anzeige

Sofin Complete Care

Vegan friendly

Sofin Wäscheprodukte:
modern und vegan
– für ein unvergleichliches Dufterlebnis!

- Innovative Dufttechnologie mit Geruchsabsorption
- Mikroplastikfreie Duftkapseln
- Recyclebare Verpackungen, die von Experten zertifiziert sind

Genieße mit Sofin geschmeidige Wäsche, langanhaltenden Duft und nachhaltige Pflege ganz ohne Kompromisse – **für Dein Wohlbefinden und die Zukunft.**

100% RECYCELBARE FLASCHE
REZEPTUR OHNE MIKROPLASTIK
DERMATOLOGISCH GETESTET

Fotos: Ermak Oksana/Shutterstock; VSSE e.V./Christoph Goeckel; VSSE e.V./Juergen Roesner; HannamariaH/gettyimages; SNeG17/Shutterstock; WWF Deutschland