



INTERVIEW

Wann wird's mal
wieder richtig weiß
an Weihnachten,
Herr Schwanke?

TEST
149
PRODUKTE
FÜR JEDEN TAG

Dezember 2025 7,80 Euro

REZEPTE
BACKEN MIT URKORN:
DIE BESTEN PLÄTZCHEN

**IM
DUNKELN**
Welche Rohstoffe in
Kerzen stecken und
welche Folgen das
haben kann

Teelichter

24 Kerzen im Test: Grünes Licht für elf Produkte



149 PRODUKTE
IM TEST

BACKPAPIER
Nur noch eins mit
Ewigkeitschemikalien

**BROTBACK-
MISCHUNGEN**
Sieben patzen

LEBKUCHEN
Die meisten sind
zum Anbeißen

FLIESENLACK
Fünf Lacke mit
Bestnote



lavera

NATURKOSMETIK



GLOW YOUR MIND.

Mein Strahlen beginnt in mir –
und wirkt bis in die Haut.



Jella Haase



GLOW BY NATURE
Purely Natural. Truly Beautiful.

EDITORIAL

Dezember 2025

Ein Lichtlein brennt

Wenn es draußen früh dunkel wird, erhellen oft warme Lichter die Räume. Ein kleines Flackern genügt, und schon verbreiten Kerzen diese ganz besondere Stimmung nach Advent und Ankommen, nach Familie und gemeinsamer Zeit. Doch so hell die Flammen in unseren Wohnzimmern brennen, so problematisch ist manchmal das, was sich hinter ihrem Schein verbirgt: Bei einigen Teelichtern kann das Bienenwachs mit Paraffin verunreinigt sein, und andere Lichter stecken in Aluhüllen, die nur selten recycelt werden.

Für die anstehende Weihnachtssaison haben wir uns 24 Teelichtmarken hinsichtlich ihrer Inhaltsstoffe und Brenneigenschaften einmal genauer angesehen. Das Ergebnis: Die beste Note lautet „gut“ und wird von elf Produkten erreicht. Unsere Kritik reicht von Schadstoffen wie Blei und Nickel über Mängel im Praxistest bis zu den oben benannten Aluschälchen.

Aufzuklären – dafür brennen wir. Und das gilt nicht nur fürs Kerzenlicht. Auch beim Blick auf Plätzchenteller und gedeckte Tische lohnt es sich, genauer hinzusehen: Sind Lebkuchen noch unbeschwert genießbar, wenn Mineralölbestandteile Thema sind (Seite 40)? Welches Backpapier ist frei von Schad-



Cordula Posdorf und Bianca Puff
Chefredakteurinnen

stoffen (Seite 52)? Und wie praktisch finden wir Brotbackmischungen noch, wenn in ihnen Schimmelpilzgifte und Pestizide stecken (Seite 60)?

Wir haben getestet – damit Sie sich zur Weihnachtszeit auf das Wesentliche konzentrieren können: mit Familie und Freunden wunderbare Momente erleben – auch kulinarisch.

Wer hier noch Inspiration sucht, wird ab Seite 48 fündig: Wir stellen dort dreierlei Plätzchen mit Urgetreide vor. Außerdem haben wir ab Seite 66 ein festliches Menü vorbereitet – von der Hirschkeule bis zur veganen Wirsingroulade. Und ab Seite 92 liefern wir viele Ideen für einen selbstbefüllbaren Adventskalender – ohne billige Schokolade.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen eine frohe, faire und funkelnde Weihnachtszeit.

Ihre Bianca Puff und Cordula Posdorf

Chemie gehört ins Labor – nicht ins Schlafzimmer.



JETZT
100 Tage ohne Risiko testen

allnatura - seit über 40 Jahren konsequent ökologisch und auf Schadstoffe geprüft!

- ✓ Individuelle Fachberatung
- ✓ 5 Jahre Garantie
- ✓ Attraktive, monatlich wechselnde Aktionen

allnatura.de

allnatura
natürlich schlafen und wohnen

INHALT

Dezember 2025

**40**

Oblaten-Lebkuchen

Bei den Gewürzen wird oft nachgeholfen

LEBEN

ESSEN
SCHÖNHEIT
GESUNDHEIT**39****40 Oblaten-Lebkuchen**

Adventsgebäck mit Aromastoffen

46 Lebkuchen-Know-how

Elisen, Printen und Dominosteine

48 Plätzchenrezepte

Mit Emmer, Nuss und Mandelkern

52 Backpapier

Nur nichts anbrennen lassen

58 Es geht auch ohne

Alternativen zu Backpapier

60 Brotbackmischungen

Von einigen lieber keine Scheibe abschneiden

66 Das Weihnachtsmenü

Es wird wild, würzig und auch vegan

72 Nachtcremes

Sti-hil-le Nacht, gepfle-heg-te Nacht

78 Schön im Schlaf?

Social Media-Hype um skurrile Nachtroutinen

80 Kurz & klar

WACHSEN

KINDER
FAMILIE
PARTNERSCHAFT**81****82 Bewusster feiern ...**

... ohne auf Genuss zu verzichten

90 Weihnachtsbilanz

Zahlen und Fakten rund um die Feiertage

92 24 Türchen, 24 Ideen

Für individuelle Adventskalender

98 Bunte Badezusätze

Einige dürfen nicht mit in die Badewanne

106 Kurz & klar**98****Bunte Badezusätze**

Planschen mit Punktabzug



TITEL

18 Schöner Schein mit Schattenseiten

Warum es den perfekten Kerzenrohstoff nicht gibt

26 Teelichter

Advent, Advent – ein Licht im Aluschälchen brennt

37 Feinstaub durch Kerzen

Wir wollen ja die Stimmung nicht verderben, aber ...

60

Brotbackmischungen

Da kommt nicht nur Gutes aus dem Ofen



MACHEN

BAUEN
WOHNEN
REISEN

BEWEGEN

UMWELT
POLITIK
GELD

- 108 Fliesenlack**
TEST Schöne Kacheln von der Rolle

- 114 Renovieren**
Alte Fliesen einfach überstreichen

- 116 Winterfreuden**
Eisschwimmen oder Schneesafari

- 122 Grüne Reisetipps**
Für Ruhesuchende wie Aktivurlauber

- 124 Kurz & klar**

Meteorologe
Karsten Schwanke



116

Winterfreuden

Stille im Schnee genießen



STANDARDS

- 3 Editorial**
6 Gut durch den Alltag
8 Augenblicke
Aluminiumgewinnung
12 ÖKO-TEST wirkt
16 Gemeinsam besser

- 142 Glossar**
143 Impressum
144 Kolumne: Gibt's das auch in Grün? – Nachhaltiger Ölkonzern
146 Vorschau

Anzeige

QUALITÄT ZUM KLEINEN PREIS.

ÖKO-TEST

Rezepturgleich mit elkos FACE Reinigendes Peelinggel 75 ml

sehr gut

ÖKO-TEST Magazin
02/2024



netto-online.de

Netto
Marken-Discount