

# vorläufige Themenplanung Essen und Trinken

## ÖKO-TEST Magazin

# 2025



### 2/25

- **EXTRA Allergie**
- Was macht richtig gutes Brot aus?
- Welche Bedeutung haben Ballaststoffe für unser Mikrobiom?
- TEST Vollkornbrot
- Rezept für köstliches Brot
- **Gesundheitsserie**

### 3/25

- **EXTRA Schwangerschaft & Baby**
- TEST Beikostöle
- TEST Pfeffer
- TEST Karottensaft
- TEST Proteinriegel
- TEST Berliner + Warenkunde
- **Gesundheitsserie: Diabetes Typ 2**

### 4/25 40 Jahre ÖKO-TEST

- Was hat sich verändert und was wurde verbessert? Spannende TESTs aus allen 4 Jahrzehnten!
- TEST Müsli
  - TEST Gummibärchen, vegan
  - TEST Babytees

### 5/25

- TEST Energydrinks
- TEST Aufbackbrötchen
- TEST Gemüseaufstriche, vegan

### 6/25

- TEST Butterkekse
- TEST Kräuterbaguette
- TEST Mayonnaise, vegan

### 7/25

- TEST Mineralwasser
- TEST Veganes Eis
- TEST Mineralöl in Fetten und Ölen
- TEST Elektrolytepräparate
- TEST Müsli für Kinder

### 8/25

- TEST Getreidebrei
- TEST Quecksilber in Thunfisch
- TEST TK-Spinat
- Rezept Spinat

### 9/25

- Alles rund ums Frühstück
- Nüsse
- alternative Süßungsmittel
- Zahnpflege für Kinder

### 10/25

- Pasta und Pastasaucen
- Zahnpflege & Mundhygiene
- Rezepte (glutenfrei)

### 11/25

- **EXTRA Baby & Schwangerschaft**
- Pflanzenöl
- Teigwaren
- Konserven
- Süßigkeiten

### 12/25

- **EXTRA Schenken**
- Lebensmittel/Tierwohl
- Backen
- Süßigkeiten

### 1/26

- Gemüse: Anbau & Herkunft
- vegane Lebensmittel
- Nahrungsergänzungsmittel



Immer eine Überlegung wert:  
Unser **Newsletter** ist eine gute Möglichkeit, sich als Marke spielerisch und günstig in unserem Umfeld auszuprobieren: Dieser wird wöchentlich freitags an etwa **114.629** Abonnentinnen und Abonnenten verschickt und verzeichnet eine Öffnungsrate von **34,31 %\***.

\*Google Analytics  
Jahresdurchschnitt 2024

**81%** der ÖKO-TEST  
Leser\*innen achten ganz bewusst  
auf gesunde, ausgewogene Ernährung.

Für **79%** spielen gutes Essen & Trinken  
eine große Rolle in deren Leben und  
**72%** bezeichnen sich selbst als  
Genießer\*in.

**69%** kochen sehr gern.  
(b4p 2024/I)

