Stiftung Warentest 2/2026

Stiftung Warentest

Unabhängig. Objektiv. Unbestechlich.

Olivenöl

Die Qualität sinkt erneut.

Welche Anbieter dem Trend trotzen Seite 10

Wechseljahre
Die besten Mittel gegen Beschwerden
Seite 88

Backöfen 54
Mini-Kettensägen 46
Toaster 60
Make-up-Entferner 18
Powerbanks 32



Multiroom-Systeme
Zwei Sound-Plattformen machen den Einstieg leicht 26

Akku-Staubsauger
Zwei fallen durch, sieben glänzen im Test 40

Hundesnacks
Riskant für Menschen: Salmonellen gefunden 70

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Stiftung Warentest im Vorteils-Abo lesen



9 Hefte für nur 35,00 €[1)]

+



Gratis
Jahrbuch für 2026 +
Archiv-CD-Rom 2025



Dankeschön
Notizbuch



Jetzt Stiftung Warentest im Vorteils-Abo bestellen und außerdem eins von zehn iPads Air gewinnen.*

Gleich Bestellkarte rechts ausfüllen oder anrufen:

030/3 46 46 50 82

Montag bis Freitag: 8:00–19:00 Uhr
Bitte bei Ihrer Bestellung Aktions-Nr. 2185245 angeben.

Oder noch schneller online:

test.de/archiv02-sw

SWK2602

Angebot gültig bis 25.02.2026

1) Angebotsdetails:
Die Lieferung beginnt nach Eingang Ihrer Zahlung mit der nächstverfügbaren Ausgabe. Sofern Sie innerhalb von 2 Wochen nach Erhalt des 9. Heftes nicht abbestellen, erhalten Sie die Zeitschrift Stiftung Warentest Monat für Monat gegen Rechnung für insgesamt 42,60 € halbjährlich (entspricht monatlich 7,10 €); Ausland: 43,80 €, CH: 50,20 sFr. Der Bezug ist dann jederzeit kündbar. Bei Vorliegen Ihrer E-Mail-Adresse erhalten Sie die Rechnung per E-Mail. Preise inkl. Versandkosten (innerhalb Deutschlands) und MwSt. Bei Auslandsbestellungen zzgl. Versandkosten pro Ausgabe; für A: 0,60 €, CH: 1,20 sFr., restl. Ausland: 2,00 €. Abonnenten in der Schweiz erhalten eine Rechnung in sFr. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht. Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht und zum Datenschutz finden Sie im Heft auf Seite 96. Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Bönisch, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Tel.: 030/3 46 46 50 80, Fax: 040/3 78 45 56 57, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de.

*** Informationen zum Gewinnspiel | Apple iPad Air 11 2024 (M2), 128 GB:**
Mit der Bestellung nehmen Sie automatisch am Gewinnspiel teil. Veranstalter ist die Stiftung Warentest. Einsendeschluss ist der 31.12.2026. Die Gewinner werden unter allen eingegangenen Einsendungen aus Werbeaktionen im Jahr 2026 durch das Losverfahren ermittelt und im Januar 2027 schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitmachen darf jeder ab 18 Jahren mit Ausnahme von Mitarbeitern der Stiftung Warentest und von Angehörigen der Mitarbeiter.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Editorial



„Unsere Unabhängigkeit ist uns heilig. Das gilt nicht nur gegenüber Anbietern und dem Handel.“

So schmeckt Klimawandel“ überschrieben wir unseren Olivenöltest vor zwei Jahren – und ernteten neben Lob deutliche Kritik: Moralistenrhetorik warf uns ein Leser vor, von Klimaschwindel schrieb ein anderer. Unser neues Testergebnis stützt die alte Titelzeile: Keines der Öle schmeckt sehr gut, gleich acht sind mangelhaft. Damit setzt sich der Abwärtstrend fort, den wir seit einigen Jahren unter den von uns getesteten vielverkauften Olivenölen der höchsten Güteklasse beobachten (siehe Grafik S. 13). Dass die gesunkene Qualität mit dem Klimawandel zu tun hat, halten nicht nur unsere eigenen Fachleute für naheliegend. Verantwortlich für schlechte Ernten sei unter anderem Hitzestress, sagt etwa auch Nadja Liebmann, Leiterin des Deutschen Olivenölpanels.

Unsere Unabhängigkeit ist uns heilig. Das gilt nicht nur gegenüber Anbietern und dem Handel, sondern generell. Wir prüfen Kritik, ändern aber nur dann etwas, wenn sie uns überzeugt. Ich freue mich über alle, die das auch dann wertschätzen, wenn wir zu anderen Schlüssen kommen als sie selbst. In der Einschätzung des Olivenöltests bleiben wir dabei, das Grundproblem schon in der Überschrift auszudrücken. „Helden der Ölkrise“ lautet sie (S. 10) – mit einem Verweis aufs Positive: Immerhin vier der geprüften Olivenöle trotzen dem Trend.

Unsere Tests wecken mehr Aufmerksamkeit, wenn die Qualitätsurteile sehr unterschiedlich ausfallen, am meisten, wenn wir vor Produkten warnen. Die Unabhängigkeit erlaubt und gebietet uns aber, auch unspektakuläre Ergebnisse zu veröffentlichen. Neun Backöfen sind gut, die zwei weiteren befriedigend? Prima, dann können Sie sich um die Details kümmern, um den für Sie besten zu wählen (S. 54). Bitte verlieren Sie nicht aus dem Blick: Das gilt nur für die von uns geprüften Modelle. Im Handel können Sie durchaus auf mangelhafte andere treffen.

Ihr



Werner Hinzpeter
Stellvertretender Chefredakteur Stiftung Warentest

3 693 Scheiben Toastbrot

Einen Stapel von gut 38 Meter Höhe hätten die in unserem Toaster-Test (S. 60) erhitzten Brotscheiben übereinander gelegt ergeben. Zum Vergleich: Die Siegessäule in Berlin ist knapp 67 Meter hoch.

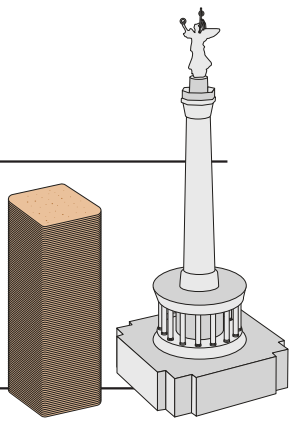


Foto: Max Lautenschläger; Infografik: Stiftung Warentest / Isabella Galanty; Titel: Jule Felice Frommelt

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Inhalt

Ernährung und Kosmetik

in Kürze **8**
- Naturjoghurt im Test: Die meisten sind sehr gut
- Krankheitskeime in Fertigsalat
- Kinderernährung: Früher Erdnusskontakt kann Allergie vorbeugen

Test Olivenöl **10**
Die Qualität sinkt erneut: Jedes dritte Olivenöl fällt durch, da es schlecht schmeckt oder Schadstoffe enthält

Test Make-up-Entferner **18**
Ob Mizellenwässer, Einmaltücher oder waschbare Pads: Viele machen ihre Sache gut – auch günstige

Multimedia

in Kürze **24**
- Apples neue iPads Pro 11'' und 13'': Teure Spitzenklasse
- Wie gut die AirGuard-App vor Stalking schützt
- Behörden-Check zeigt Sicherheitslücken in Passwortmanagern

Test Multiroom-Systeme **26**
Musik im ganzen Haus, per App gesteuert – zwei der elf Soundplattformen sind besonders zugänglich

Test Powerbanks **32**
Sie laden Smartphones, Tablets und Notebooks, mit oder ohne Kabel. Gute Modelle sind ab 27 Euro zu haben

Haushalt und Garten

in Kürze **38**
- Fritteusen im Test: Top-Pommes ab 65 Euro
- Osram-LED-Lampen wegen Stromschlaggefahr zurückgerufen
- Gute Küchenwaagen ab 15 Euro







© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Foto: Jule Felice Frommelt; Stiftung Warentest / Ralph Kaiser; Ftonline / Science Photo Library (M)



40
Akkusauger

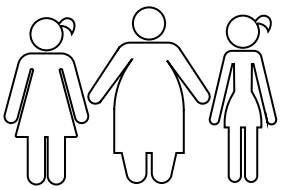


60
Toaster



46
Mini-Kettensägen





88
Mittel gegen Wechseljahresbeschwerden

Test Akku-Staubsauger **40**
Kabellos glücklich: Die Hälfte der 14 Akkusauger überzeugt. Die meisten anderen lassen zu viel Schmutz liegen

Test Mini-Kettensägen **46**
Die Akku-Astsägen sind kräftig – und gefährlich. Vier haben große Sicherheitsmängel. Gute gibts ab 190 Euro

Test Backöfen **54**
Gut backen können alle elf Geräte. Die Pyrolyse hilft beim Reinigen, manche werden dabei aber außen sehr heiß

Test Toaster **60**
Unser Vergleich von 30 Toastern zeigt: Gut rösten geht auch günstig. Einer der Testsieger kostet nur 25 Euro

Test Küchenmaschinen **67**
Thermomix TM7 und WMF Avantgarde: Zwei neue Küchenmaschinen mit Kochfunktion liefern gute Ergebnisse

Freizeit und Verkehr

in Kürze **68**
- Hunde-Transportboxen im Test: Von hervorragend bis lebensgefährlich
- Krebserregende Stoffe in Luftballons
- Interview: Urlaub in getauschten Wohnungen – Tipps vom Profi

Nachhaltig leben
Blatt entdeckt? Texte mit diesem Symbol helfen Ihnen, nachhaltig(er) zu leben.

Test Hundesnacks **70**
Salmonellen, ranziges Fett, zu viele Kalorien: Nur wenige der naturbelassenen Snacks sind rundum geeignet

Geld und Recht

in Kürze **76**
- Fake News: Online-Plattform zu Schadenersatz verurteilt
- Steuervorteil für E-Autos verlängert
- Auf den Hund gekommen: Frau darf Zwergspitz nach Obhut behalten
- Gute Katzen-OP-Versicherungen

Rente mit Schwerbehinderung **80**
Schwerbehinderte Menschen können vorzeitig in Rente gehen. Wir rechnen vor, wie sich das finanziell auswirkt

Kolumne Sosalla sagt **84**
Flug abgesagt oder viel zu spät? So kommen Sie an Ihre Entschädigung

Gesundheit

in Kürze **86**
- Wie Sie mit einer Paartherapie Ihre Beziehung retten können
- Humane Papillomviren: HPV-Impfung schützt vor Gebärmutterhalskrebs
- Tanzen, Malen, Musizieren: Kreative Tätigkeiten halten das Gehirn jung

Test Wechseljahresbeschwerden **88**
Welche Mittel helfen und worauf Sie bei der Einnahme achten sollten. Plus: Was außer Medikamenten hilft

Rubriken

Editorial **3**
Echo **6**
Vorschau auf Heft 3/26 ..... **23**
Themen 2/25 – 1/26 ..... **96**
Impressum **97**
Testsache **98**

Foto: Westend61 / Giorgio Fochesato; Stiftung Warentest / Ralph Kaiser; Depositphotos; Illustration: Getty Images

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Echo



Wie gefällt Ihnen unser Magazin?

Ihre Meinung interessiert uns. Kritik, Lob, Anregungen oder Ergänzungen können Sie uns per Post senden oder mailen.

Per Mail

Leserservice@stiftung-warentest.de

Per Post

Stiftung Warentest
Postfach 30 41 41
10724 Berlin

Die Beiträge im Echo geben die Meinungen der Leserinnen und Leser wieder, nicht die der Redaktion. Damit möglichst viele Menschen zu Wort kommen können, behalten wir uns Kürzungen vor.

Im Netz

test.de: www.test.de
Facebook:
facebook.com/stiftungwarentest
Instagram:
@stiftungwarentest
@stiftungwarentest-finanzen
X: @warentest
Youtube: youtube.com/
stiftungwarentest
Tiktok: tiktok.com/
@stiftungwarentest



Illustration: Kati Szilagyi

Vitamin-D-Präparate, 1/26

Hohe Dosen nur auf ärztlichen Rat

18 von 25 Nahrungsergänzungsmitteln mit Vitamin D bewerteten wir als wenig oder nicht geeignet. Das löste viele Reaktionen aus.

Der Artikel über das Vitamin D hat mich verunsichert. Mir und vielen Bekannten wurde ärztlicherseits eine Wochendosis von 20 000 I.E. (Internationale Einheiten) verordnet. Das wäre nach Ihrer Darstellung eine deutliche Überdosierung.
I. Benesch

Antwort der Redaktion: Wir haben lediglich Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D getestet. Wer diese in Eigenregie einnimmt, sollte 800 I.E. täglich nicht überschreiten – denn dann sind keine gesundheitlichen Risiken zu erwarten. Ärztinnen und Ärzte können höher dosierte Arzneimittel verordnen. Bei dem Ihnen verordneten Präparat handelt es sich vermutlich um ein solches Arzneimittel. Bitte besprechen Sie Ihre Fragen daher mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt.

Aus eigener Erfahrung kann ich berichten, dass meine zwei bis drei Atemwegsinfekte pro Wintersaison verschwunden sind, seitdem ich von Oktober bis März Vitamin D (800 I.E.) supplementiere. Angesichts geringer Kosten und faktisch nicht vorhandener Risiken kann jeder Gesunde einen Selbstversuch vornehmen, ob eine Vitamin-D-Supplementierung während der Wintersaison für ihn nützlich ist.
Norbert Fiedler, Chemnitz

Trotz täglicher Einnahme von 1000 I.E. Vitamin D sank mein Spiegel im Sommer von 19 auf 17 Nanogramm pro Milliliter. Die Klinik empfahl daraufhin 2000 I.E. – eine Erfahrung, die zeigt, dass pauschale Empfehlungen nicht für alle gelten. Vielleicht könnte in zukünftigen Artikeln stärker betont werden, dass der Bedarf individuell variiert und Blutkontrollen sinnvoll sind.
Jonas-Hennies auf test.de

Antwort der Redaktion: Der Vitamin-D-Spiegel unterliegt natürlichen Schwankungen. Ob, wann und wie oft Blutkontrollen durchgeführt werden, liegt im Ermessen von Arzt oder Ärztin.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Bluetooth-Tracker, 1/26

Tracker ersetzt keine Leine

Sie schreiben neben dem Hunde-Foto: „Frei Schnauze. Rüde Eddie darf dank Prothelis-GPS-Tracker ohne Leine spazieren.“ Diese Aussage ist ein dicker Hund! Ein Tracker kann nur anzeigen, wo sich der Hund in etwa befindet. Aber der Tracker kann nicht verhindern, dass Rüde Eddie auf eigene Faust jagen geht, vor ein Auto läuft oder jemanden beißt! Durch einen Tracker wird weder die Leinenpflicht aufgehoben noch der zugehörige Mensch von seiner Aufsichtspflicht entbunden.
Ulrike Seibert, Ulm

Wollwaschmittel, 1/26

Riesige Unterschiede

Vielen Dank für diesen längst überfälligen Test. Es ist so wie befürchtet: Die Qualitätsunterschiede sind riesig. Und so manches geschätzte Woll-Wäschestück könnte noch leben, wenn man nicht jahrelang schon selbst hätte feststellen müssen, dass das Wollewaschen problembehaftet ist. Bitte in nicht allzu ferner Zukunft einen Wiederholungstest: Es könnte gut sein, dass die Hersteller sich ins Zeug legen. Sie können sich nicht mehr herausreden mit „Waschmaschine ist schlecht“, „Temperatur zu hoch“.
R. Nordhausen, Hannover

Fernseher, 1/26

TV-Sound verbessern

Ich nutze seit circa zehn Jahren einen kleinen D/A-Wandler, um über Toslink das digitale Tonsignal des Fernsehers meinem 25 Jahre alten Verstärker analog via Cinch zuzuführen. Der Wandler erhält seine Spannung über eine freie USB-Buchse des Fernsehers und wird somit nur aktiv, wenn er gebraucht wird. Es gibt zahlreiche Wandler bereits im Preisbereich von 15 bis 30 Euro (Suchmaschine: „DA-Wandler Toslink“).
Sebastian Siegel, Dresden

Stiftung-Warentest-Newsletter 23.12.25

Stille Nacht

Mit Befremdung habe ich die Newsletter-Empfehlung für das Weihnachtsfest gelesen. Sie meinen nicht im Ernst, dass man an Heiligabend die Vorsorgevollmacht im Kreis der Lieben besprechen sollte. Stellen Sie sich vor, wenn Oma angesichts der verbrannten Weihnachtsgans ihren Wunsch nach Kremierung äußern würde. Oder Opa, den Weihnachtsbaum im Blick, eine Grabstätte im Friedwald festlegen würde. Dann würde Onkel Theobald, berauscht vom dritten Glas, laut über das Abstellen des Beatmungsgeräts im Falle des Komas nachdenken. Glauben Sie mir, dann herrscht Stille Nacht. Natürlich sind diese Themen wichtig, aber nicht geeignet für Heiligabend.
Alfons R.

Laptops, 1/26

Günstigere Geräte testen

Es ist kein Wunder, dass alle Geräte gut abschneiden, denn Sie testen hier das obere Preissegment. Ich würde mir wünschen, dass Sie das aktuelle Mittelklasse-Segment 300–800 Euro beleuchten, in dem man als Käufer eher böse Überraschungen erlebt, wenn an manchen Ecken gespart wurde.
Kai Simanski, Hildesheim

Antwort der Redaktion: In unserer Datenbank unter test.de/laptops finden Sie gute Geräte unter 800 Euro aus früheren Tests.

Über diese Verpackungen ärgern sich unsere Leserinnen





Jacobs Espresso Sticks

Jacobs plumpe Täuschung: Es erschließt sich mir nicht, was an einer Verringerung von 25 auf 20 Sticks „wunderbar“ ist.
Roswitha Burghaus, Olpe

Antwort der Redaktion: Jacobs erklärte uns die fast halb leere Packung mit gestiegenen Preisen für Rohkaffee. Das „Wunderbar“ sei ein Standard-Designelement. Standard ist offenbar auch, Kundinnen zu verprellen.

Haribo Spaghetti Fizz

Diese Haribo-Schnüre werden immer kürzer. Inzwischen reichen sie exakt bis zur bedruckten Linie der Verpackung. Und darüber: Luft. Das ist fast ein Viertel leere Verpackung,
Simone Martens, Singen

Antwort der Redaktion: Laut Haribo ist der Luftanteil unumgänglich. Die frischen Spaghetti sind etwas länger, ziehen sich in der Verpackung zusammen. Wir meinen: Elf Zentimeter sind zu viel Platz zum Schrumpfen.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Ernährung & Kosmetik



Gut waschen. Das gilt auch für verzehrfertige Salate.

Abgepackte Salate

Krankheitskeime zwischen den Blättern

Geschnitten, gewaschen, abgepackt in Tüten – so stehen Blattsalate in den Kühlregalen der Supermärkte. Die Produkte tragen oft den Hinweis „verzehrfertig“, doch darauf sollte niemand vertrauen. Die Salate können mit gesundheitsgefährdenden Keimen belastet sein, wie das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) mitteilt. Bei amtlichen Lebensmittelkontrollen waren in einigen dieser Produkte im Jahr 2024 zwei Arten von Krankheitserregern auffällig. In 6 von 268 Salatproben wurden Shigatoxin-bildende Escherichia coli (Stec) nachgewiesen. Diese Bakterien können teils schwere Durchfälle auslösen, schlimmstenfalls Nierenfunktionsstörungen. Und 2 von 312 Salatproben enthielten Salmonellen, die mitunter schwere Magen-Darm-Infektionen verursachen – besonders bei kleinen Kindern, immungeschwächten und alten Menschen. Laut BVL sind die Keimbefunde so brisant, weil verzehrfertige Salate roh und oft ohne vorheriges Waschen verzehrt werden. Eventuell vorhandene Keime würden so unmittelbar aufgenommen.
Tipp: Waschen Sie auch verzehrfertige Salat sehr gründlich mit viel Wasser.

Nasenhaare

Lieber schneiden statt zupfen

Störende Nasenhaare in Sicht? Wer sie kürzen will, sollte behutsam vorgehen und das richtige Hilfsmittel wählen. Spezielle Nasenhaarscheren haben schlanke, gerade und vorn abgerundete Schneiden. Bei Nasenhaartrimmern sind die scharfen Klingen im Scherkopf von einem schützenden Gehäuse oder Gitter umgeben. Nicht in die Nase gehören dagegen spitze Nagelscheren, Enthaarungscremes, Pinzetten und Waxing-Sets zum Herauszupfen der Haare. Sie können das Naseninnere reizen, verletzen und Entzündungen verursachen.
Tipp: Nur Haare kürzen, die im vorderen Bereich der Nase wachsen oder herausschauen. Hände und Hilfsmittel vorher reinigen.



Erdnussbutter. Viele Kinder lieben das süßnussige Mus.

Kinderernährung

Früher Erdnusskontakt kann Allergie vorbeugen

Erdnussallergien treten um rund 40 Prozent seltener auf, wenn Babys mit der Beikost Erdnussprodukte erhalten, also sehr früh mit dem Allergen konfrontiert sind. Das zeigt eine Studie aus den USA im Journal of Pediatrics. Die Autoren werteten Gesundheitsdaten von rund 120 000 Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren aus. Offenbar kann das junge Immunsystem durch den Kontakt mit dem Erdnuss-Allergen Toleranzen dagegen entwickeln. Seit 2016 raten die US-amerikanischen Leitlinien zur Allergieprävention, dass Babys ab dem Alter von bis sechs Monaten Erdnussprodukte wie Erdnussbutter bekommen sollen. Zuvor hieß es, dass Kinder dieses Alters solche Lebensmittel meiden sollten. Die deutschen Leitlinien zur Allergieprävention haben die US-Empfehlung nicht übernommen, weil hierzulande weniger Erdnussprodukte verzehrt werden und die Zahl der Menschen mit Erdnussallergie geringer ist.

Foto: EyeEm / Lena Ivanova; Getty Images

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Naturjoghurt im Test

Zum Loslöffeln gut

Mit reichlich Milchsäurebakterien und Kalzium: Naturjoghurt ist ein Superheld im Kühlregal, die Qualität meist top. Dies zeigt ein Test aus Österreich.



Note sehr gut. Aldi Milsani, fettarm; Aldi Milsani laktosearm, Megval, Dennree, Gazi.

Milch und Milchsäurebakterien – mehr Zutaten braucht Naturjoghurt nicht. In den Kühlregalen der Supermärkte stehen trotzdem erstaunlich viele Varianten – klassisch, fettarm, laktosefrei oder nach griechischer Art. Der Verein für Konsumenteninformation (VKI), unsere österreichische Partnerorganisation, hat in einem Test von 38 Naturjoghurts alle Varianten probiert.

Die meisten sind sehr gut. Das Ergebnis macht Lust loszulöffeln: 30 Produkte sahnen die Bestnote Sehr gut ab, zwei sind gut. Kein Joghurt fällt durch. Klar, die meisten Produkte aus dem Test stehen in österreichischen Supermärkten. Doch einige der sehr guten Joghurts sind auch in Deutschland erhältlich (siehe oben).

Schön cremig. Fast alle Produkte haben eine cremige Konsistenz und schmecken gut bis sehr gut. Die Fettgehalte entsprechen der Deklaration des jeweiligen Produkts. Und auch die Prüfungen auf Keime (sowohl auf nützliche als auch auf unerwünschte) brachten keine bösen Überraschungen.

Griechischer Joghurt mit mehr Fett. Von den fünf Joghurts, die als „griechisch" oder „nach griechischer Art" vermarktet werden, schneiden im Test der Österreicher drei sehr gut und einer gut ab. Diese Produkte sind etwas fester und cremiger als herkömmlicher Joghurt. Das liegt daran, dass bei der Herstellung die Molke traditionell länger abtropft als bei herkömmlichem Naturjoghurt. Zudem kommt mehr Milch zum Einsatz. Daher wartet griechischer Joghurt oft mit recht viel Eiweiß auf – aber teils mit fast dreimal mehr Fett als die Klassiker.
Tipp: Essen Sie regelmäßig Naturjoghurt. Er liefert Kalzium für die Knochen, und die enthaltenen Milchsäurebakterien tun Magen und Darm gut.

39

Prozent. Um diesen Wert stieg der Umsatz mit Periodenunterwäsche in Deutschland. Sie gilt als besonders nachhaltig.

Quelle: YouGov Shopper Panel, Bezugszeitraum: 8/24 bis 8/25.

Nachhaltigkeit

Fisch essen mit gutem Gewissen

Fisch ist gesund, aber Klimawandel und Überfischung bedrohen die Bestände. Welche Arten können Fischfans guten Gewissens essen? Darüber informiert eine Liste der Verbraucherzentrale (vzhh.de/guter-fisch-liste). Die aktualisierte Fassung listet 14 Wildfischarten auf, die bedenkenlos verzehrt werden können – darunter Scholle und Flunder aus der Ostsee und Lachs aus manchen Regionen. Der beliebte Alaska-Seelachs aus dem östlichen Beringmeer ist nur bedingt empfehlenswert. Für Zuchtfisch gilt: Wer Karpfen isst, macht nichts falsch.



Foto: Getty Images / Moussa81; ; VKI; picture alliance / Andreas Franke

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Helden der Ölkrise

Olivenöl Gutes Olivenöl ist rar geworden: Nur 4 von 25 Produkten sind empfehlenswert. Acht fallen durch, da sie schlecht schmecken oder Schadstoffe enthalten – darunter zwei Bestseller von Aldi.

Der deutsche Olivenölmarkt gilt als besonders streng. Händler fordern von ihren Lieferanten hohe Qualität. Das liegt auch an der Stiftung Warentest. Denn wir schauen bei Olivenöl regelmäßig ganz genau hin. In den Regalen steht fast ausschließlich Olivenöl der höchsten Güteklasse nativ extra. Doch Spitzenqualität finden wir in unseren Tests immer seltener. Der Trend setzt sich leider auch in diesem Jahrgang fort.

Viele Olivenöle sind nur Mittelmaß

Unter 25 Olivenölen fanden wir nur 4 gute – von Alnatura, Bertolli, Cillo und Mitos. Acht Öle sind dagegen mangelhaft, weil sie minderwertig schmecken oder stark mit Schadstoffen belastet sind. Zu den Verlierern zählen auch drei Öle vom Discounter – eins von Netto Marken-Discount und zwei Bestseller von Aldi. Die meisten anderen Öle im Test kommen über ein Befriedigend nicht hinaus. Viele warten nur noch mit mittelmäßiger Aromatik auf – ebenfalls ein trauriger Trend (siehe Kasten S. 12 rechts).

Kein Highlight für Gourmets

Olivenöl nativ extra muss fehlerfrei riechen und schmecken – so fordert es die EU-Olivenölverordnung (siehe S. 12 unten). Typischerweise ist es fruchtig, bitter und scharf. Wir bewerten, wie stark diese Attribute ausgeprägt sind und wie sie harmonieren.

Ein geschmacklich sehr gutes Olivenöl gibt es in diesem Testjahrgang nicht. Auch das vom Magazin Feinschmecker prämierte italienische Öl von Cillo schafft keine Traumnote, ist aber immerhin eins der besten im Test: Es schmeckt nach grüner Mandel und Apfel, ist insgesamt gut ausgewogen – und mit 54 Euro pro Liter am teuersten. Genauso gut ist das Bio-Olivenöl von Alnatura – für rund 14 Euro pro Liter. Auch das griechische Bio-Öl von Mitos sowie das sehr oft verkaufte Bertolli Originale gehören zum Quartett der guten Extraklasse.

Der Hauptverlierer heißt Aldi

Am anderen Ende der Tabelle enttäuscht der Discounter Aldi gleich doppelt: Seine mangelhaften Öle der Hausmarken Bellasan und Bio schmecken stichig-schlammig und ranzig, das eine zudem modrig. Sie entsprechen nicht der Güteklasse nativ extra. Die EU-Olivenölverordnung duldet in dieser Klasse keinen sensorischen Fehler. Ähnlich minderwertig schmecken die Öle von Netto Marken-Discount und Ybarra. Auch sie sind mangelhaft und hätten nicht als nativ extra verkauft werden dürfen.

Bio-Anbieter Mani hat auch ein Olivenöl nativ im Angebot – ohne extra. Das ist die zweithöchste Güteklasse, die hierzulande aber nur selten im Sortiment zu finden ist. Bei nativem Olivenöl sind leichte sensorische Fehler erlaubt. Manis Küchenheld für happige 20 Euro pro Liter schmeckte allerdings so ranzig und stichig-schlammig, dass unsere Testerinnen und Tester es nicht einmal als nativ durchgehen ließen – mangelhaft. Fehlerhafte Öle lassen wir übrigens von zwei weiteren amtlich anerkannten Olivenöl-Panels nachprüfen, um das Votum abzusichern.

Mehrere Produkte schadstoffbelastet

Vier Olivenöle fielen durch die Schadstoffprüfung. Die Produkte von Sterna 1821, Threpsi und Ybarra waren stark mit sogenannten Moah belastet. Diese aromatischen Mineralölkohlenwasserstoffe gelten als möglicherweise krebserregend. Einen gesetzlichen Grenzwert gibt es nicht. Die Gehalte überschritten aber den Wert, ab dem der Ständige Ausschuss der EU für Pflanzen, Tiere, Lebens- und Futtermittel empfiehlt, Produkte vom Markt zu nehmen. Die Behörden gehen in solchen Fällen allerdings uneinheitlich vor. Wir bewerten die Schadstoffgehalte und die drei Öle insgesamt mit Mangelhaft. Etwas weniger Moah fanden wir in den Ölen von LaSelva, Campo Verde und Aldi Bellasan, was wir mit Ausreichend beurteilen.

Alle Öle enthielten Mosh. Diese gesättigten Mineralölkohlenwasserstoffe können sich teils in Organen anreichern. Auch für Mosh gibt es keinen Grenzwert, aber einen Orientierungswert. Den überschreiten LaSelva, Sterna 1821, Threpsi und Ybarra. →

Unser Rat

Testsieger: Den ersten Platz teilen sich das teuerste Olivenöl im Test von Cillo für 54 Euro pro Liter und das deutlich preiswertere Bio-Olivenöl von Alnatura für 13,98 Euro pro Liter. Beide sind geschmacklich gleich gut.
Preistipp: Günstigstes gutes Olivenöl ist Bertolli Originale (13,52 Euro je Liter).
Umwelttipp: Der Bioanbau von Oliven schützt Böden und die biologische Vielfalt. Neben Alnatura bietet Mitos gutes Bio-Öl (17,98 Euro pro Liter).

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Kleine Auswahl. Nur diese vier Öle von Alnatura, Bertolli, Cillo und Mitos bieten gute Qualität.

Foto: Jule Felice Frommelt

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Andalusische Oliven. In der Saison 2024/25 fiel die Ernte in Spanien üppiger aus als in den Vorjahren.

Sehr selten geworden sind in unseren Olivenöl-Tests Weichmacher in hohen Gehalten. Ausreißer diesmal ist das EnerBio-Öl von Rossmann, das stark mit Dibutylphthalat (DBP) belastet ist. DBP gilt als fortpflanzungsschädigend. Im Rossmann-Öl fanden wir ein Vielfaches der Menge, die aus Kunststoffen in Essbares übergehen darf. Das bewerten wir mit Mangelhaft.

Weichmacher und Mineralöle können etwa im Produktionsprozess ins Öl gelangen. „In hohen Gehalten sind sie absolut vermeidbar“, sagt unser Testleiter Jochen Wettach. „Akut gesundheitsgefährdend ist aber keines der geprüften Olivenöle.“

Neu aufgenommen in unsere Schadstoffprüfung haben wir Chlorparaffine. „Diese fettlöslichen Stoffe werden etwa als Weichmacher eingesetzt, sind langlebig und schwer abbaubar“, sagt Wettach. „Sie können sich in der Umwelt und im Körper anreichern.“ Geringe Gehalte wiesen wir in den Ölen von Rossmann, Threpsi und Mani nach, was wir mit Befriedigend beurteilen.

Polyphenol-Niveau geht wieder hoch

Zum Schluss noch eine gute Nachricht: Die Gehalte an Polyphenolen sind wieder etwas höher als in den zwei vorigen Tests. Die sekundären Pflanzenstoffe schützen Zellen vor schädlichen Einflüssen. Gut zwei Esslöffel Öl am Tag reichen für den positiven Effekt, wenn es pro Kilo 250 Milligramm Polyphenole enthält. Alle Öle im Test bringen diese Menge mit. Polyphenole sind einer der Gründe, warum Olivenöl als gesund gilt. Für gute Qualität braucht es aber mehr. Deshalb schauen wir so genau hin. ■ →

Text: Sara Waldau; Testleitung: Dr. Jochen Wettach; Produktauswahl: Sylvia Keske-Fouda; Faktencheck: Dr. Julia Krapf

Güteklassen

Olivenöl ist nicht gleich Olivenöl

Die EU unterteilt Olivenöl in acht Kategorien. Drei sind für Verbraucherinnen und Verbraucher in der Küche relevant.

Das Vollkommene. „Nativ extra“ heißt die höchste Kategorie. Ein Öl dieser Güteklasse muss ein Mindestmaß an Fruchtigkeit mitbringen sowie fehlerfrei sein in Geruch und Geschmack. Es muss mechanisch hergestellt werden, ohne Wärmezufuhr. Natives Olivenöl extra dominiert im deutschen Handel.

Das Nicht-ganz-Perfekte. Öl der Güteklasse „nativ“ darf leichte sensorische Fehler haben, auch die Kriterien an die chemische Qualität sind nicht ganz so streng wie bei „nativ extra“. Natives Olivenöl wird bei uns kaum angeboten.

Das Gemischte. „Olivenöl“ heißt eine eigene Güteklasse. Das Öl besteht aus einem Mix raffinierter und nativer Öle. Es schmeckt fast neutral und steht oft als Brat- oder Grill-Olivenöl im Regal.

Olivenöl im Fünfjahresvergleich

Immer mehr Mittelmaß

Bei der Erntemenge und dem Preis von Olivenöl geht es seit Jahren auf und ab. Auch die Qualität schwankt, mit Tendenz nach unten. Warum ist das so?

Wie hängen Erntemenge, Preis und Qualität von Olivenöl zusammen? Wir ziehen Bilanz aus den letzten fünf Testjahrgängen. Ernährungswissenschaftlerin Nadja Liebmann ordnet unsere Ergebnisse in das aktuelle Marktgeschehen ein. Als Leiterin des Deutschen Olivenölpanels, das die Qualität von Olivenölen für den deutschen Markt kontrolliert, verkostet sie jährlich unzählige Öle – für den Handel und bei Produzenten vor Ort.

Knappe Ernte, hoher Preis. Die EU ist der größte Erzeuger von Olivenöl. Auf zwei gute Jahrgänge 2020/21 und 2021/22 folgten zwei schlechte Ernten. Die Folge: Der Ölpreis stieg. Im Sommer 2024 war Olivenöl mehr als doppelt so teuer wie 2020. Viele Öle im aktuellen Test stammen aus der Saison 2024/25, deren Ernte wieder üppiger war. Seit Ende 2024 fallen die Preise daher – bis heute. Im Novem-



Nadja Liebmann ist Expertin für Olivenöl und ordnet unsere Testergebnisse ins Marktumfeld ein.

Foto: imago images / Anadolu; Eva Häberle

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

ber 2025 kostete Olivenöl rund 17 Prozent weniger als im Vorjahresmonat, aber immer noch weit mehr als 2020.

Testbilanz ernüchtert. Eine ertragreichere Ernte macht noch kein gutes Öl. Unsere Qualitätsurteile der letzten fünf Jahre zeigen: In der höchsten Güteklasse nativ extra gibt es immer weniger gute Öle, dafür mehr schlechte (siehe Grafik). Im aktuellen Test ist die Qualität trotz höherer Erntemengen im Schnitt genauso schlecht wie im Test 4/24. Das liegt an den klimatischen Bedingungen, sagt Nadja Liebmann: „Der Klimawandel schreitet voran. Die Aromatik der Olivenöle hat sich komplett geändert, der Hitzestress macht ihr zu schaffen." Qualitätseinbußen träfen im Massenmarkt den ganzen Schnitt, egal ob viel oder wenig produziert werde. „Eine geringe Menge macht es nur noch herausfordernder, gute Qualität zu selektieren."

Eigenmarken schwanken. Einige viel verkaufte Olivenöle testen wir nahezu jährlich. Gerade bei Eigenmarken schwankt die Qualität mitunter extrem. Das Öl des aktuellen Test- und Geschmackssiegers Alnatura etwa war im Test 11/21 mangelhaft – wegen sensorischer Fehler. In diesem Jahr schneidet dagegen Aldi mit seinen zwei beliebten Eigenmarken sensorisch und insgesamt mangelhaft ab. Im Test 2/25 gehörten beide zu den Guten. Mögliche Gründe für solche Qualitätssprünge? „Bei vielen Eigenmarken wechseln die Lieferanten regelmäßig, allen voran durch den Preisdruck", sagt Liebmann. Das könne dazu führen, dass die Vorgaben des Handels nicht immer eingehalten werden. Bei neuen Lieferanten fehle mitunter das Verständnis für den deutschen Markt und seine hohen Anforderungen.

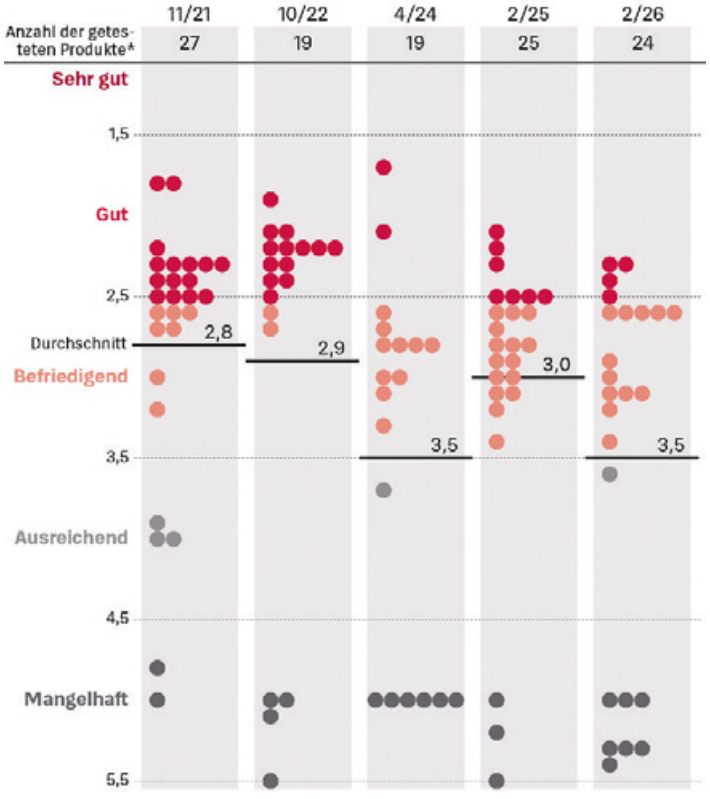
Bertolli ist stabil. Bertolli lieferte mit seinem Originale Olivenöl in den vergangenen fünf Tests fast immer gute und nie schlechte Qualität ab. Es ist das einzige Produkt im Test, für das auch Öl aus Südamerika verwendet wird. Das soll laut eigener Aussage gleichbleibende Qualität auch in Jahren mit wechselhaften Erntebedingungen sicherstellen. „Bei Bertolli stehen die Lieferanten zum Teil auch direkt unter Vertrag", erklärt Liebmann. „Bei den Preiseinstiegsölen des Handels sind die Ketten dagegen relativ lang. Die Verantwortung liegt beim Importeur, der sich Lieferanten natürlich nach dem Preis aussucht."

Mittelmaß wird Standard. Unser Fünfjahresvergleich zeigt: Es gibt immer mehr Mittelmaß. Die meisten Olivenöle sind inzwischen nur befriedigend. „Die Durchschnittsqualität ist einfach gesunken", sagt Liebmann. „Das Spektrum in der höchsten Güteklasse nativ extra ist sehr, sehr breit. Ehrlicher wäre es, mehr Öle als nativ, also als zweitklassig, zu vermarkten." Ein Grund fürs Mittelmaß könne auch das Alter der Öle sein, wenn für Produkte Jahrgänge gemischt werden. Je frischer ein Öl ist, desto stärker ausgeprägt sind die positiven Attribute Fruchtigkeit, Bitterkeit, Schärfe. Nicht immer ist das zu erkennen: Das Erntejahr ist eine freiwillige Angabe, die nicht alle Anbieter machen.

Es bleibt herausfordernd. Für die Saison 2025/26 prognostiziert die EU-Kommission wieder eine leicht überdurchschnittliche Olivenölproduktion. Aus Gesprächen mit Produzenten erfährt Liebmann aber, „dass auch die aktuelle Ernte herausfordernd ist – wegen Olivenfliegenbefall, Wassermangel und Hitzestress". Olivenöl in guter Qualität bleibt wohl ein rares Gut.

Qualität im Abwärtstrend

So haben sich die Qualitätsurteile in unseren Olivenöl-Tests seit 2021 entwickelt. Jeder Punkt steht für ein Produkt und eine Note.



*Einbezogen in den Vergleich wurden nur Qualitätsurteile für Produkte der Güteklasse nativ extra.

Quelle: Stiftung Warentest

Infografik: Markus Kluger

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Olivenöl: Die vier Guten kosten mehr als zehn Euro pro Liter

		Natives Olivenöl extra						
Produkt		**Alnatura** Olivenöl nativ extra **Bio**	**Cillo** Mono Natives Olivenöl extra Coratina	**Mitos** Griechisches biologisches natives Olivenöl extra **Bio**	**Bertolli** Originale Natives Olivenöl extra[3)4)]	**dmBio** Natives Olivenöl extra **Bio**	**Edeka** Gut & Günstig Natives Olivenöl Extra	**Kaufland** K-Classic Natives Olivenöl extra[6)]
Geographische Herkunft laut Deklaration		EU und Drittländer	Italien	Griechenland	EU und Drittländer	EU	EU	EU
Inhalt (ml)/Mittlerer Preis ca. (Euro)		500/6,99	500/26,90	500/8,99[2)]	500[5)]/6,76	750/6,95	750/5,99	750/5,99
Preis pro Liter ca. (Euro)		**13,98**	**54,00**	**17,98**	**13,52**	**9,27**	**7,99**	**7,99**
QUALITÄTSURTEIL	**100 %**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**
Sensorisches Urteil	**50 %**	**gut** (1,9)	**gut** (1,9)	**gut** (2,4)	**gut** (2,3)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,7)
Positive Eigenschaften sowie Fehler, geprüft nach EU-Olivenöl-Verordnung		Mittelfruchtig, grün, deutlich bitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, deutlich bitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.
Sensorische Feinheiten in Geruch und Geschmack		Gut ausgewogen. Nach grüner Mandel, Apfel.	Gut ausgewogen. Nach grüner Mandel, Bittermandel, Apfel.	Gut ausgewogen. Nach grün-reifer Mandel, grünem Apfel.	Gut ausgewogen. Nach Feigenblatt, reifer Mandel, leicht grasig.	Ausgewogen. Florale Noten, nach reifer Mandel.	Ausgewogen. Nach Feigenblatt, reifer Mandel.	Ausgewogen. Nach Feigenblatt, reifer Mandel.
Chemische Qualität	**10 %**	**gut** (2,4)	**gut** (2,1)	**gut** (2,1)	**gut** (2,0)	**gut** (2,4)	**gut** (2,0)	**gut** (2,0)
Schadstoffe	**20 %**	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (3,0)
Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung	**5 %**	**gut** (1,6)	**gut** (1,8)	**gut** (1,7)	**gut** (1,9)	**gut** (1,7)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,7)
Deklaration	**15 %**	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)
Ausgewählte Merkmale								
Olivensorten laut Anbieter		Arbequina, Coratina, Koroneiki, Chemlali, Chétoui	Coratina	Koroneiki[1)]	Arbequina, Hojiblanca, Picual, Coratina und Koroneiki u. a.	Arbequina, Picual, Koroneiki, Ogliarola und Coratina	Picual, Hojiblanca, Cornicabra, Arbequina, Koroneiki, Coratina, Ogliarola, Carolea, Athinolia u. a.	Picual, Hojiblanca, Cornicabra, Arbequina, Koroneiki, Coratina, Ogliarola
Polyphenole laut Analyse (mg/kg)		341	486	449	304	370	349	344
Erntezeitraum[1)]		Keine Angabe	2024/2025	Keine Angabe	Keine Angabe	2024/2025	2024/2025	2024/2025
Mindesthaltbarkeitsdatum[1)]		04.04.26	15.09.26	04.2026	03.2026	28.03.26	20.03.26	03.12.25
Mindesthaltbarkeitsfrist laut Anbieter (Monate)		12	18	Keine Angabe	12	10	8 bis 10	8

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
Sehr gut (0,5–1,5). Gut (1,6–2,5).
Befriedigend (2,6–3,5). Ausreichend (3,6–4,5).
Mangelhaft (4,6–5,5).
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet" auf S. 17).

g. U. = geschützte Ursprungsbezeichnung.

1) Laut Deklaration.
2) Von uns bezahlter Einkaufspreis.
3) Mit Koscher-Logo.
4) Laut Anbieter inzwischen Deklaration geändert.
5) Auch andere Gebindegrößen erhältlich.
6) Abgefüllt für BLM Prod.- u. Vertriebsgesellschaft.
7) Abgefüllt von Fiorentini Firenze.
8) Hergestellt von Cavanna Olii di Sandro Cavanna.
9) Mit Naturland-Logo.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



















Lidl Primadonna Bio Natives Olivenöl extra[7)] **Bio**	**Terra Creta** Natives Olivenöl extra[3)]	**Ionis** Kalamata Natives Olivenöl Extra	**Goya** Clásico Natives Olivenöl Extra[3)]	**Edeka Bio** Natives Olivenöl Extra **Bio**	**Farchioni** Biologisch Natives Olivenöl extra ungefiltert **Bio**	**Rewe** Ja Natives Olivenöl Extra[8)]	**LaSelva** Natives Olivenöl extra Fruttato[9)] **Bio**	**Campo Verde** Olivenöl nativ extra aus Griechenland[12)] **Bio**
EU	Griechenland	Kalamata g. U.	Spanien	EU	EU	EU	Italien	Griechenland
750/6,95	500/9,99[2)]	500/8,99[2)]	500/8,99	750/6,95	500/9,99[2)]	750/5,99	500/11,45	500/12,99
9,27	**19,98**	**17,98**	**17,98**	**9,27**	**19,98**	**7,99**	**22,90**	**25,98**
BEFRIEDIGEND (2,6)	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,9)**	**BEFRIEDIGEND (3,0)**	**BEFRIEDIGEND (3,1)**	**BEFRIEDIGEND (3,1)**	**BEFRIEDIGEND (3,1)**	**BEFRIEDIGEND (3,2)**	**BEFRIEDIGEND (3,4)**
befriedigend (2,6)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,1)	**ausreichend** (3,6)	**befriedigend** (2,9)	**ausreichend** (3,6)*)	**gut** (2,1)	**befriedigend** (2,8)
Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, reif, leicht bitter, leicht scharf.	Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, leicht scharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.
Ausgewogen. Nach grün-reifer Mandel, leicht nach Apfel.	Gut ausgewogen. Nach grün-reifer Mandel, grünem Apfel.	Noch ausgewogen. Diffuse Aromatik.	Noch ausgewogen. Diffuse Aromatik.	Unausgewogen. Diffuse Aromatik.	Ausgewogen. Nach grün-reifer Mandel, Blättern, leicht grasig.	Unausgewogen. Diffuse Aromatik.	Gut ausgewogen. Nach grüner Mandel, Marzipan.	Ausgewogen. Nach grün-reifer Mandel, Apfel, leicht nach Banane.
gut (2,0)	**gut** (2,3)	**gut** (2,1)	**gut** (1,9)	**gut** (1,9)	**gut** (2,1)	**gut** (1,8)	**gut** (2,4)	**gut** (2,1)
befriedigend (3,2)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,3)	**befriedigend** (3,4)	**befriedigend** (3,1)	**ausreichend** (4,5)*)[10)11)]	**ausreichend** (3,6)*)[10)]
gut (1,6)	**gut** (1,6)	**gut** (1,7)	**gut** (1,7)	**sehr gut** (1,5)	**befriedigend** (3,0)	**gut** (1,7)	**gut** (1,7)	**gut** (1,9)
gut (2,1)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (3,5)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (3,5)	**gut** (2,4)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (2,9)
Picual, Hojiblanca, Cornicabra, Koroneiki, Coratina, Ogliarola, Arbechina	Koroneiki[1)]	Koroneiki, Athinolia[1)]	Hojiblanca, Picual, Arbequina, Manzanilla u. a.	Picual, Hojiblanca, Cornicabra, Arbequina, Koroneiki, Coratina, Ogliarola, Carolea, Athinolia u. a.	Keine Angabe	Arbequina, Picual, Hojiblanca, Coratina, Carolea, Koroneiki, Athinolia	Keine Angabe	Koroneiki
384	407	318	270	367	344	328	336	309
2024/2025	Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe	2024/2025	Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe
05.02.26	05.2026	17.08.26	27.03.27	02.03.26	08.08.26	18.01.26	09.2026	05.03.26
12	Keine Angabe	Keine Angabe	24	8 bis 10	Keine Angabe	8	18	12

10) Deutlich belastet mit aromatischen Mineralölkohlenwasserstoffen (Moah). Der Moah-Gehalt sollte unter 2 mg/kg liegen. Wir fanden mehr. Dieser Orientierungswert basiert auf einer statistischen Auswertung von Analysedaten durch Lebensmittelüberwachung und -wirtschaft. Es ist kein gesetzlicher Grenzwert. Wird der Wert überschritten, sollte der Anbieter Maßnahmen ergreifen, um die Belastung zu verringern.

11) Deutlich belastet mit gesättigten Mineralölkohlenwasserstoffen (Mosh). Der von uns gefundene Mosh-Gehalt liegt über dem Orientierungswert für pflanzliche Speiseöle von 13 mg/kg. Dieser Orientierungswert basiert auf einer statistischen Auswertung von Analysedaten durch Lebensmittelüberwachung und -wirtschaft. Es ist kein gesetzlicher Grenzwert. Wird der Wert überschritten, sollte der Anbieter Maßnahmen ergreifen, um die Belastung zu verringern.

12) Mit Demeter-Logo.

→

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Olivenöl: Viel verkaufte Eigenmarken des Handels und kleine Marken versagen

		Natives Olivenöl extra					
Produkt		**Lidl** Primadonna Natives Olivenöl extra[2)]	**Aldi** Bellasan Natives Olivenöl extra[3)]	**Aldi** Bio Natives Olivenöl extra[3)] **Bio**	**Netto Marken-Discount** Vegola Natives Olivenöl extra	**Rossmann** EnerBio Griechisches natives Olivenöl extra **Bio**	**Sterna 1821** Natives Olivenöl Extra
Geographische Herkunft laut Deklaration		Spanien	EU	EU	EU	Griechenland	Griechenland
Inhalt (ml)/Mittlerer Preis ca. (Euro)		750/5,99	750/5,99	750/6,95	750/5,99	500/7,99	500/7,99
Preis pro Liter ca. (Euro)		**7,99**	**7,99**	**9,27**	**7,99**	**15,98**	**15,98**
QUALITÄTSURTEIL	**100 %**	**AUSREICHEND (3,6)**	**MANGELHAFT (5,0)**	**MANGELHAFT (5,0)**	**MANGELHAFT (5,0)**	**MANGELHAFT (5,3)**	**MANGELHAFT (5,3)**
Sensorisches Urteil	**50 %**	**ausreichend** (4,1)*)	**mangelhaft** (5,0)*)	**mangelhaft** (5,0)*)	**mangelhaft** (5,0)*)	**befriedigend** (3,3)	**befriedigend** (3,0)
Positive Eigenschaften sowie Fehler, geprüft nach EU-Olivenöl-Verordnung (Fehler sind gefettet)		Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.	**Ranzig, stichig/ schlammig.** Mittelfruchtig, reif, leicht bitter, mittelscharf.	**Ranzig, stichig/ schlammig, modrig.** Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, leicht scharf.	**Weinartig, stichig/ schlammig, modrig.** Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, leicht scharf.	Mittelfruchtig, reif, mittelbitter, mittelscharf.	Mittelfruchtig, grün/reif, leicht bitter, leicht scharf.
Sensorische Feinheiten in Geruch und Geschmack		Unausgewogen. Diffuse Aromatik.	Sensorisch fehlerhaft.	Sensorisch fehlerhaft.	Sensorisch fehlerhaft.	Noch ausgewogen. Diffuse Aromatik.	Noch ausgewogen. Nach grünreifer Mandel.
Chemische Qualität	**10 %**	**gut** (1,8)	**gut** (2,2)	**gut** (2,1)	**gut** (1,8)	**gut** (2,2)	**ausreich.** (4,4)[9)]
Schadstoffe	**20 %**	**befriedigend** (2,8)	**ausreichend** (3,7)[4)]	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (3,0)	**mangelhaft** (5,3)*)[6)7)8)]	**mangelhaft** (5,3)*)[10)11)]
Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung	**5 %**	**gut** (1,6)	**gut** (1,6)	**gut** (1,8)	**gut** (1,6)	**gut** (1,6)	**gut** (1,7)
Deklaration	**15 %**	**gut** (1,9)	**mangelhaft** (5,0)[5)]	**mangelhaft** (5,0)[5)]	**mangelhaft** (5,0)[5)]	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,8)
Ausgewählte Merkmale							
Olivensorten laut Anbieter		Hojiblanca, Picual, Arbechina, Cornicabra, Picudo, Lechín	Koroneiki, Picual, Arbosana, Hojiblanca, Arbequina	Koroneiki, Picual, Arbosana, Hojiblanca, Arbequina	Picual, Hojiblanca, Cornicabra, Arbequina, Koroneiki, Coratina, Ogliarola, Carolea, Athinolia u. a.	Koroneiki	Koroneiki
Polyphenole laut Analyse (mg/kg)		371	328	317	312	399	372
Erntezeitraum[1)]		2024/2025	2024/2025	2024/2025	2024/2025	Keine Angabe	Keine Angabe
Mindesthaltbarkeitsdatum[1)]		11.12.25	03.12.25	17.11.25	16.02.26	05.12.25	10.02.26
Mindesthaltbarkeitsfrist laut Anbieter (Monate)		8	8	8	8 bis 10	10	18

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
Sehr gut (0,5–1,5). Gut (1,6–2,5). Befriedigend (2,6–3,5). Ausreichend (3,6–4,5). Mangelhaft (4,6–5,5).
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet" auf S. 17).

1) Laut Deklaration.
2) Abgefüllt von Mercaoleo.
3) Abgefüllt von Oleificio R.M.
4) Deutlich belastet mit aromatischen Mineralölkohlenwasserstoffen (Moah). Der Moah-Gehalt sollte unter 2 mg/kg liegen. Wir fanden mehr. Dieser Orientierungswert basiert auf einer statistischen Auswertung von Analysedaten durch Lebensmittelüberwachung und -wirtschaft. Es ist kein gesetzlicher Grenzwert. Wird der Wert überschritten, sollte der Anbieter Maßnahmen ergreifen, um die Belastung zu verringern.
5) Das Produkt darf nicht „nativ extra" heißen, da es sensorisch fehlerhaft ist.
6) Gering belastet mit kurzkettigen Chlorparaffinen (SCCP). Die Substanzen sind als krebsverdächtig eingestuft und können sich im Körper anreichern. Diese Art der Verunreinigung ist aus unserer Sicht vermeidbar.
7) Gering belastet mit mittelkettigen Chlorparaffinen (MCCP). Die Substanzen gelten zwar als wenig toxisch, können sich jedoch im Körper anreichern. Diese Art der Verunreinigung ist aus unserer Sicht vermeidbar.
8) Stark belastet mit dem Weichmacher Dibutylphthalat (DBP). Wir fanden mehr als 2 mg/kg. Zum Vergleich: Aus Kunststoffen dürfen nur 0,12 mg/kg in Lebensmittel übergehen.
9) Wir fanden analytische Hinweise, die auf gealtertes, unsachgemäß gelagertes oder wärmegeschädigtes Öl hindeuten – und zwar in Form von auffälligen Gehalten an 1,2-Diglyzeriden sowie von Pyropheophytin a, einem Abbauprodukt des grünen Blattfarbstoffs.
10) Stark belastet mit aromatischen Mineralölkohlenwasserstoffen (Moah). Es gibt für Moah zwar keinen expliziten gesetzlichen Grenzwert, doch liegt der von uns gefundene Gehalt deutlich über dem Wert, der in der EU toleriert wird.
11) Stark belastet mit gesättigten Mineralölkohlenwasserstoffen (Mosh). Der von uns gefundene Mosh-Gehalt liegt um mehr als das Doppelte über dem Orientierungswert für pflanzliche Speiseöle von 13 mg/kg. Dieser Orientierungswert basiert auf einer statistischen Auswertung von Analysedaten durch Lebensmittelüberwachung und -wirtschaft. Es ist kein gesetzlicher Grenzwert. Wird der Wert überschritten, sollte der Anbieter Maßnahmen ergreifen, um die Belastung zu verringern.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



		Natives Olivenöl
Threpsi Greek Extra Virgin Olive Oil	**Ybarra** Clásico Afrutado Extra Virgin Olive Oil	**Mani** Der Küchenheld 100 % natives Olivenöl **Bio**
Griechenland	Spanien	Griechenland
500/8,99	500/9,99[14)]	1 500/31,00
17,98	**19,98**	**20,66**
MANGELHAFT (5,3)	**MANGELHAFT (5,4)**	**MANGELHAFT (5,0)**
befriedigend (3,5)	**mangelhaft** (5,0)	**mangelhaft** (5,0)*)
Mittelfruchtig, grün/reif, leicht bitter, mittelscharf.	**Ranzig, weinartig, stichig/schlammig.** Leicht fruchtig, reif, wenig bitter, leicht scharf.	**Ranzig, stichig/schlammig.** Leicht fruchtig, reif, wenig bitter, wenig scharf.
Noch ausgewogen. Diffuse Aromatik.	Sensorisch fehlerhaft.	Sensorisch stärker fehlerhaft als für die Kategorie „Natives Olivenöl“ zulässig.
befried. (3,1)	**befried.**(2,6)	**befried.** (3,0)
mangelhaft (5,3)*)[7)10)12)]	**mangelhaft** (5,4)*)[10)11)]	**befriedigend** (3,0)[7)]
gut (1,7)	**gut** (2,0)	**sehr gut** (1,4)
ausreichend (4,0)[13)]	**mangelhaft** (5,0)[5)]	**mangelhaft** (5,0)[15)]
Koroneiki, Mavrolia	Hojiblanca[1)]	v. a. Koroneiki
342	289	476
Keine Angabe	Keine Angabe	Keine Angabe
03.2027	03.2026	30.01.27
24	Keine Angabe	14 bis 24

12) Deutlich belastet mit gesättigten Mineralölkohlenwasserstoffen (Mosh). Der von uns gefundene Mosh-Gehalt liegt über dem Orientierungswert für pflanzliche Speiseöle von 13 mg/kg. Dieser Orientierungswert basiert auf einer statistischen Auswertung von Analysedaten durch Lebensmittelüberwachung und -wirtschaft. Es ist kein gesetzlicher Grenzwert. Wird der Wert überschritten, sollte der Anbieter Maßnahmen ergreifen, um die Belastung zu verringern.
13) Mehrere kleine Kennzeichnungsmängel.
14) Von uns bezahlter Einkaufspreis.
15) Das Produkt darf nicht „nativ“ heißen, da die Intensität der festgestellten sensorischen Fehler höher ist als für diese Kategorie zulässig.

So haben wir getestet

Im Test: 25 Olivenöle, davon 24 mit der Güteklasse nativ extra sowie eines mit der Güteklasse nativ. Elf Öle tragen ein Biosiegel. Wir wählten vielverkaufte Produkte aus und eines aus dem Feinkosthandel. Wir kauften die Öle im Juni 2025 ein. Die Preise erfragten wir bei den Anbietern im November 2025.

Untersuchung: Details zu den Methoden stehen unter test.de/olivenoel/methodik.

Sensorisches Urteil: 50 %

Eine Gruppe von Personen, die spezialisiert ist auf Olivenöl (amtlich anerkanntes Panel), führte die sensorische Prüfung gemäß EU-Olivenöl-Verordnung durch. Sie notierte positive und negative Merkmale von jedem Öl und beurteilte darüber hinaus, wie harmonisch der Gesamteindruck war. Auffällige oder fehlerhafte Öle ließen wir von zwei weiteren akkreditierten Panels testen. Beschrieben mindestens zwei Panels unabhängig voneinander ein Öl als fehlerhaft, bewerteten wir es mit Mangelhaft.

Chemische Qualität: 10 %

Die Olivenöl-Verordnung legt für viele chemische Parameter Grenzwerte fest. Mit diesen und weiteren Kriterien lässt sich die Olivenöl-Qualität beurteilen. Isomere Diglyzeride und Chlorophyll-Abbauprodukte etwa sind Indizien für altes Öl, Wärmeschädigung, unsachgemäße Herstellung oder Lagerung. Verfälschungen mit anderen Ölen fanden wir nicht.

Schadstoffe: 20 %

Wir prüften auf Pestizide, polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK), Weichmacher, Mineralölkohlenwasserstoffe (Mosh, Mosh-ähnliche Stoffe, Moah) sowie Chlorparaffine.

Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung: 5 %

Wir prüften die Flaschen auf Lichtschutz, Originalitätssicherung und Recyclinghinweise. Drei Fachkundige testeten, ob sich die Flaschen gut öffnen, sauber dosieren und wieder dicht verschließen lassen.

Deklaration: 15 %

Wir begutachteten, ob die deklarierten Angaben den lebensmittelrechtlichen Vorschriften und der EU-Olivenöl-Verordnung entsprachen. Wir bewerteten Lagerungshinweise, Nährwertkennzeichnung, Geschmacksbeschreibungen, Verwendungsempfehlungen sowie Werbeaussagen. Drei Fachleute prüften Leserlichkeit und Übersichtlichkeit der Angaben. War bei einem Öl nur ein Herkunftsland angegeben, prüften wir die Angaben per Kernspinresonanzspektroskopie und Nahinfrarotspektroskopie. Kein Öl war in diesem Punkt auffällig.

Weitere Prüfungen

Wir prüften den Gehalt an Polyphenolen.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Stiftung-Warentest-Qualitätsurteil auswirken. Sie sind mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein: Unser Qualitätsurteil konnte maximal eine halbe Note besser sein als das sensorische Urteil. Entsprach das Ergebnis der sensorischen Prüfung nicht der deklarierten Olivenöl-Kategorie, lauteten das sensorische Urteil und unser Qualitätsurteil Mangelhaft. Lautete das Schadstoffurteil Ausreichend, werteten wir unser Qualitätsurteil um eine halbe Note ab; war es Mangelhaft, konnte unser Qualitätsurteil nicht besser sein.



Foto: Pablo Castagnola

Präzise. Im Labor wird jede Ölprobe mit einer Analysenwaage exakt eingewogen.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Sanft wischen, nicht reiben. Make-up-Entferner einige Sekunden einwirken lassen – dann gelingt das Abschminken ganz leicht.

Machs gut!

Abschminkprodukte Mizellenwässer, Einmaltücher, waschbare Pads: Womit lässt sich Make-up am besten entfernen? In unserem Test liefern sich 16 Produkte ein Kopf-an-Kopf-Rennen.

Beim Schminken und Abschminken gilt eine einfache, aber etwas unbequeme Regel: Was morgens mit Fleiß und Hingabe ins Gesicht gemalt und getuscht wird, muss spätestens abends mit Akribie und Geduld wieder runter. Abschminken ist nichts für Eilige – schon gar nicht, wenn Wimpern, Lider und Lippen mit wasserfesten und deshalb besonders haltbaren Make-up-Produkten verschönert wurden. Womit also klappt es am besten? Wir haben sieben Mizellenwässer, sieben feuchte Einmaltücher und zwei wiederverwendbare Abschminkpads geprüft. Sie alle sollen dekorativer Kosmetik zu Leibe rücken – sogar wasserfester.

Unser Test zeigt: Der Mehrzahl der 16 Make-up-Entferner gelingt das gut. Nur drei erhalten die etwas schwächere Gesamtnote Befriedigend. Auch im Vergleich der drei Produktgruppen hängt keine die Konkurrenz klar ab. Was sie jeweils ausmacht und voneinander unterscheidet, haben wir auf der Seite rechts gegenübergestellt.

Nur Lavera reinigt sehr gut

Knapper Testsieger ist das gute Mizellen Reinigungswasser All-in-1 von Garnier. Die 400-Milliliter-Flasche gibt es für 3,55 Euro. Dicht dahinter folgen besten feuchten Einmaltücher: Die bebe-Packung mit 25 Tüchern kostet 2,49 Euro, die von Nivea →

Unser Rat

Testsieger: Insgesamt vorn liegt das Mizellen Reinigungswasser All-in-1 von Garnier (400 Milliliter für 3,55 Euro). Das Barrier Balance 2-Phasen Mizellenwasser von Lavera ist das beste Naturkosmetikprodukt im Test (400 Milliliter für 8,79 Euro) und hat als einziges eine sehr gute Reinigungswirkung.
Preistipp: Das günstigste gute Mizellenwasser ist Lacura Skin von Aldi. Es kostet 1,45 Euro für 400 Milliliter. Unter den Einmaltüchern überzeugt dm Balea mit gutem Gesamtauftritt zum günstigen Preis (0,85 Euro für 25 Tücher). Die wiederverwendbaren Pads von Rossmann kosten mit 2,20 Euro (2 Pads) deutlich weniger als die von Celina Blush.

Foto: Westend61 / Alfonso Saenz

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Welcher Make-up-Entferner passt?

Worauf legen Sie beim Abschminken besonderen Wert? Die Stärken und Schwächen der drei getesteten Produkttypen im Überblick.

Mizellenwässer

Unparfümiert auch für Sensible geeignet

So werden sie verwendet:
Ein sauberes Wattepad mit Mizellenwasser gut befeuchten – sie müssen nicht tropfnass sein. Flauschige Wattebäusche sind weniger geeignet, weil sie zerfasern und Fusseln in Augen und Mund gelangen können.

Das spricht für sie:
Die meisten Mizellenwässer im Test sind unparfümiert und kommen auch für Menschen infrage, die sensibel oder allergisch auf Duftstoffe reagieren. Sie sind gut dosierbar und damit sparsam im Verbrauch, wenn nur wenig Schminke abgenommen werden muss. Große 400-Milliliter-Flaschen erzeugen weniger Abfall als kleine. Die Wässer lassen sich daraus gut restlos entnehmen.

Nach der Benutzung beachten:
Benutzte Wattepads gehören in den Restmüll. Beim Abschminken entsteht zwar jedes Mal Abfall, aber mit dem Wattepad landet die abgewischte Kosmetik im Müll – das schont das Abwasser. Die Recyclinghinweise auf der Flasche beachten und gegebenenfalls den Deckel getrennt in der Recyclingtonne entsorgen.

Einmaltücher

Sofort einsetzbar, immer und überall

So werden sie verwendet:
Ein Tuch mit sauberen Fingern aus der Packung ziehen und sofort verwenden. Die Verpackung wieder gut verschließen, damit die übrigen Tücher nicht austrocknen.

Das spricht für sie:
Einmaltücher sind praktisch, auch für unterwegs. Sie brauchen keine weiteren Hilfsmittel, es läuft nichts aus und man darf sie im Handgepäck ins Flugzeug mitnehmen. Auf Reisen überzeugen sie auch dort, wo die Leitungswasserqualität nicht optimal ist und wiederverwendbare Pads nicht punkten können.

Nach der Benutzung beachten:
Bei jeder Anwendung entsteht Müll. Benutzte Tücher im Restmüll entsorgen – so belastet die abgeschminkte Kosmetik nicht das Abwasser. Die Feuchttücher dürfen nicht in der Toilette landen, weil sie im Abwassersystem kaum zerfallen und Rohre und Pumpen verstopfen können. Die Verpackungen gehören in der Regel in den gelben Sack.



Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

Wiederverwendbare Pads

Bei guter Pflege oft und lange nutzbar

So werden sie verwendet:
Vorm ersten Benutzen in der Waschmaschine waschen, dabei die Angaben des Anbieters beachten. In der Regel können die Pads im Wäschebeutel mit der Kleidung in einem normalen Waschgang gereinigt werden. Zum Abschminken Pads mit klarem Wasser befeuchten, bei Bedarf zwischendurch ausspülen. Anschließend in der Maschine waschen, trocknen lassen und sauber aufbewahren.

Das spricht für sie:
Da keine weiteren kosmetischen Inhaltsstoffe zum Einsatz kommen, sind sie auch für Menschen mit Allergien geeignet. Ideal zum Mitnehmen, da trocken, leicht und gut verstaubar. Für längere Reisen gegebenenfalls eine größere Anzahl an Pads und etwas Handwaschmittel einpacken.

Nach der Benutzung beachten:
Nach dem ersten Auspacken fällt zunächst kein weiterer Abfall an. Benutzte Pads in der gut gefüllten Waschmaschine mitwaschen, um Wasser, Strom und Waschmittel zu sparen. Dabei auf Weichspüler verzichten. Werden sie schonend und hygienisch behandelt, sind die Pads lange halt- und nutzbar. Aber: Abgeschminkte Kosmetik und darin möglicherweise enthaltene umweltkritische Inhaltsstoffe gelangen beim Waschen der Pads ins Abwasser. Abgenutzte Pads schließlich in der Restmülltonne entsorgen.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

gibts für 2,45 Euro. Günstiger ist Lidl mit 1,69 Euro pro 25er-Packung. Ebenfalls zu den Besten gehört das gute Mizellenwasser von Lavera Naturkosmetik. Mit 8,79 Euro je 400 Milliliter kostet es mehr als doppelt so viel wie das von Garnier. Seine Stärke: Als einziges Produkt im Test bietet es eine sehr gute Reinigungsleistung.

Die Mizellenwässer und feuchten Tücher reinigen, indem sie Schminke, Schmutz und Fett lösen und aufnehmen. Klassische Seifen arbeiten nach einem ähnlichen Prinzip. Verantwortlich sind waschaktive Substanzen, die Tenside. Mizellen bestehen aus winzigen Tensidmolekülen – nur wenige Nanometer groß. Aussagen der Anbieter, dass die Mizellenwässer „mild“, „sanft“ oder „schonend“ reinigen, bestätigten unsere Probandinnen mehrheitlich.

Pads reinigen dank winziger Fasern

Erstmals haben wir auch waschbare und daher wiederverwendbare Pads geprüft. Sie sollen Make-up nur mithilfe von Wasser entfernen. Kann das funktionieren? Wir sagen: Ja! Die Pads von Celina Blush für 3,95 Euro pro Stück und Isana von Rossmann für 1,10 Euro je Pad sind ernst zu nehmende Abschmink-Alternativen.

Die Pads bestehen aus synthetischen Mikrofasergemischen und enthalten keine kosmetischen Inhaltsstoffe. Es ist das Material an sich, das hier für Sauberkeit sorgt. Den Makeup Radierer von Celina Blush erklärt der Anbieter auf seiner Webseite so: „Die Millionen feinen Fasern sind 20 Mal dünner als ein Haar.“ So gelangten sie tief in die Poren und sogar wasserfestes Make-up verfange sich in ihnen.

Probandinnen schreiten für uns zur Tat

Um herauszufinden, wie gut die 16 Make-up-Entferner ihren Job erledigen, haben wir Probandinnen um Hilfe gebeten: Jedes Produkt haben mindestens 21 Frauen für uns angewendet. Sie hatten mehrheitlich normale oder Mischhaut, einige trugen Kontaktlinsen. Zunächst mussten sie sich schminken – von uns erhielten sie dafür wasserfeste schwarze Mascara, außerdem verwendeten sie mindestens zwei weitere eigene Schminkprodukte. Die Frauen trugen etwa Make-up auf, Lippenstift, Lidschatten oder Eyeliner.

Gut verträglich für Augen und Haut

Frühestens vier Stunden später durften sie erneut zur Tat schreiten und alles wieder abschminken. Anschließend befragten wir sie zum Ergebnis und ließen sie die Anwendung und das Hautgefühl während des Abschminkens und danach beurteilen. Am wenigsten überzeugte die Probandinnen das Mizellenwasser von bebe sowie die Einmaltücher von Blütezeit Naturkosmetik, Isana (Rossmann) und CV Cadea Vera (Müller). Mit allen anderen kamen sie besser zurecht. Insgesamt gab es für die Produkte im Test viel Lob: Keine Probandin brach wegen Hautproblemen oder Unverträglichkeiten ab. Auch im Augenbereich konnten alle

Mizellenwässer



Make-up-Entferner: Ob Markenprodukt, vom

	Mizellenwässer			
Produkt	**Garnier** Mizellen Reinigungswasser All-in-1	**Lavera Naturkosmetik** Barrier Balance 2-Phasen Mizellenwasser	**Aldi Lacura Skin** Mizellenwasser mit Macadamianussöl[6]	**Nivea** Mizellenwasser Regeneration
Hauttyp[1]	Empfindliche Haut	Keine Angabe	Für sensible und trockene Haut geeignet	Müde und sensible Haut
Zertifizierte Naturkosmetik[1]	☐	■[4]	☐	☐
Inhalt	400 ml	400 ml	400 ml	400 ml
Mittlerer Preis ca. (Euro)	3,55	8,79	1,45	4,95
Preis pro 100 ml/Tuch/Pad ca. (Euro)	**0,89**	**2,20**	**0,36**	**1,24**
QUALITÄTSURTEIL 100 %	**GUT (1,8)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,1)**
Abschminken 45 %	**gut** (1,8)	**gut** (1,7)	**gut** (2,1)	**gut** (2,2)
Reinigungswirkung	+	++	+	+
Anwendung	+	+	+	+
Hautgefühl 25 %	**gut** (2,0)	**gut** (2,3)	**gut** (2,5)	**gut** (2,0)
Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung 20 %	**sehr gut** (1,5)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (1,6)	**befriedigend** (2,6)
Deklaration 10 %	**sehr gut** (1,3)	**gut** (1,6)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,4)
Ausgewählte Merkmale laut Deklaration				
Konservierungsstoffe[2)3)]	■i	☐	■a, k	■a, j
Parfümierung	■	☐[5]	☐[5]	☐[5]

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
− = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
■ = Ja. ☐ = Nein.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Frauen die von uns ausgegebene Mascara problemlos wieder entfernen. Vor allem das Mizellenwasser von Garnier sowie die Abschminktücher von bebe würden sie auch selbst kaufen und im Alltag verwenden. ■ →

Text: Lea Lukas; Testleitung: Yvonne Neidhardt; Produktauswahl: Marianne Bernhart; Faktencheck: Annika Scheerer



Da bleibt was hängen. Links ein frisch gewaschenes Pad, rechts eines nach der Nutzung.



Discounter oder zertifizierte Naturkosmetik – viele machen ihre Sache gut

			Einmaltücher							Wiederverwendbare Pads	
dm Alverde 2-Phasen-Mizellen-wasser	**Neutrogena** Deep Clean 3in1 Mizellen-wasser	**bebe** Mildes Mizellen-wasser	**bebe** Erfrischende Reinigungs-tücher	**Nivea** Reinigungs-tücher 3in1 Creme Pflege	**Lidl Cien** Reinigungs-tücher Classic 3in1	**dm Balea** Erfrischende Reinigungs-tücher 3in1	**Müller CV Cadea Vera** Erfrischende 3in1 Reini-gungstücher	**Rossmann Isana** Feuchte Kosmetik-tücher	**Blütezeit Natur-kosmetik** Feuchte Reinigungs-tücher	**Celina Blush** Makeup Radierer	**Rossmann Isana** Mikrofaser Reinigungs-pads
Jede Haut	Alle Hauttypen	Alle Hauttypen	Normale Haut	Alle Hauttypen	Normale & Mischhaut	Normale & Mischhaut	Normale & Mischhaut	Jeder Hauttyp	Jede Haut	Keine Angabe	Keine Angabe
■[4]	□	□	□	□	□	□	□	□	■[4]	□	□
200 ml	400 ml	400 ml	25 Tücher	25 Tücher	25 Tücher	25 Tücher	25 Tücher	25 Tücher	25 Tücher	2 Pads	2 Pads
2,95	4,95	3,45	2,49	2,45	1,69	0,85	0,85	0,95	1,99	7,90	2,20[9]
1,48	**1,24**	**0,86**	**0,10**	**0,10**	**0,07**	**0,03**	**0,03**	**0,04**	**0,08**	**3,95**	**1,10**
GUT (2,3)	**GUT (2,3)**	**BEFRIEDI-GEND (2,6)**	**GUT (1,9)**	**GUT (1,9)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,4)**	**BEFRIEDI-GEND (2,7)**	**BEFRIEDI-GEND (2,8)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,2)**
gut (2,2)	**gut** (2,2)	**befriedigend** (2,9)	**gut** (2,0)	**gut** (1,9)	**gut** (2,2)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,2)	**gut** (2,3)	**gut** (2,5)
+	+	○	+	+	+	+	○	○	○	+	+
+	+	○	+	+	+	+	○	○	○	+	○
gut (2,3)	**gut** (2,4)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (1,9)	**gut** (1,9)	**gut** (2,2)	**gut** (2,3)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,1)	**gut** (2,2)	**gut** (2,3)
befriedigend (2,7)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (2,2)	**gut** (2,1)	**sehr gut** (1,4)	**gut** (2,3)	**gut** (1,9)	**gut** (2,1)	**gut** (2,2)	**gut** (2,5)	**gut** (1,8)
sehr gut (1,3)	**gut** (2,0)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,4)	**gut** (1,8)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**gut** (1,6)
■b	■b	■b, c	■a, b, c, h	■a	■a, b, c , d, m	■a, b, d, m	■a, b, d, m	■a, d, m	□	□	□
□[7]	□[8]	■	■	■	■	■	■	■	■	□	□

1) Laut Deklaration.
2) Laut EU-Kosmetikverordnung.
3) a = Phenoxyethanol; b = Sodium Benzoate; c = Potassium Sorbate; d = Benzoic Acid; h = Chlorphenesin; i = Polyaminopropyl Biguanide; j = Benzethonium Chloride; k = Sodium Salicylate; m = Dehydroacetic Acid.
4) Naturkosmetiksiegel: Natrue.
5) Laut Anbieter ohne Parfüm.
6) Erhältlich bei Aldi Süd und Aldi Nord.
7) Laut Anbieter ohne rein synthetische Duftstoffe.
8) Laut Anbieter parfümfrei.
9) Von uns bezahlter Einkaufspreis.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Interview

„Vorsichtig lösen, nicht hektisch rubbeln“

Wieso Abschminken wichtig ist, Zeit braucht, und wie es richtig geht, erklärt die Kosmetikmeisterin Stephanie Alex.

Warum ist Abschminken so wichtig?
Bei meiner Arbeit sehe ich täglich, welche Folgen nachlässiges Abschminken haben kann: Unreinheiten, gereizte Haut und Schleimhäute. Vor allem der Augenbereich ist sehr empfindlich. Wenn Mascara, Lidschatten und Eyeliner nicht ordentlich entfernt werden, können etwa die Talgdrüsen am Lidrand verstopfen. Sie produzieren einen Lipidfilm, der die Tränenflüssigkeit vor Verdunstung und so die Augen schützt. Wird dieses System gestört, kann das trockene, brennende Augen verursachen. Sich gründlich abzuschminken ist also nicht nur hygienisch, sondern auch gesund.

Gründliches Abschminken – was meinen Sie damit?
Zunächst sollte man sich klarmachen, dass es nicht auf die Schnelle geht. Ich empfehle: Lassen Sie sich Zeit! Mit Make-up-Entfernern sollen Schminkprodukte vorsichtig von der Haut gelöst und nicht hektisch abgerubbelt werden. Nehmen wir noch einmal den Augenbereich: Schließen Sie die Augen und lassen Sie den Make-up-Entferner erst einmal 15 bis 20 Sekunden einwirken. Da werden chemische Prozesse in Gang gesetzt, die es anschließend ermöglichen, das Augen-Make-up sanft nach unten wegzuwischen. Reinigen Sie abschließend mit einem Wattestäbchen ganz vorsichtig den Lidrand.

Empfehlen Sie eine bestimmte Reihenfolge?
Ja, ich würde immer zuerst die Augen abschminken, weil sie am meisten Zeit beanspruchen. Dann ist der Mund dran. Das ist wichtig, weil Lippenstifte oft starke Pigmente enthalten. Zum Schluss das ganze Gesicht gut reinigen. Auch Lichtschutzfilter, die inzwischen in vielen Tagescremes enthalten sind, und Feinstaubpartikel aus der Luft sollten abends entfernt werden. So kann sich die Haut über Nacht erholen und regenerieren.



Stephanie Alex ist Kosmetikmeisterin und Vorsitzende des Bundesberufsverbands der KosmetikerInnen in Deutschland (BBVKD).

Was braucht die Haut nach dem Abschminken?
Vor allem einen ausgeglichenen pH-Wert, Feuchtigkeit und Barrierestärkung: Ein Toner bringt die Haut zurück in ihren leicht sauren Bereich, ein Serum versorgt sie mit Feuchtigkeit, eine zur Haut passende Pflegecreme schließt die Feuchtigkeit ein und unterstützt die Regeneration über Nacht.

Foto: Adomat / Guerra Design

So haben wir getestet

Im Test: 16 Make-up-Entferner – darunter 7 Mizellenwässer, 7 Einmaltücher, 2 wiederverwendbare Pads. Alle eignen sich laut den Anbietern zum Entfernen von wasserfestem Make-up. Drei tragen ein Naturkosmetiksiegel. Die Auswahl erfolgte überwiegend nach Marktbedeutung – dabei berücksichtigten wir Make-up-Entferner aus Drogerien, Lebensmitteleinzelhandel und Naturwarenhandel. Wir kauften die Produkte von Mai bis August 2025 ein. Die Preise erfragten wir bei den Anbietern im November 2025.

Untersuchungen: Details zu unseren Prüfmethoden finden Sie im Internet unter test.de/make-up-entferner/methodik.

Abschminken: 45 %

Mindestens 21 Probandinnen verwendeten jedes der anonymisierten Produkte je drei Tage lang im Halbseitentest: je ein Produkt für die rechte und ein Produkt für die linke Gesichtshälfte. Abgeschminkt wurde vorzugsweise am Abend, nachdem das Make-up mindestens vier Stunden getragen worden war. Unsere Probandinnen erhielten von uns wasserfeste Mascara, außerdem trugen sie weitere eigene Make-up-Produkte auf, sowohl wasserfeste als auch nicht wasserfeste – etwa Eyeliner, Lippenstift, Abdeckkosmetik. Einmal unter Aufsicht im Prüfinstitut und danach zu Hause entfernten die Probandinnen die Make-up-Produkte und beurteilten, wie gut dies im Hinblick auf **Reinigungswirkung** und die **Anwendung** der Produkte gelang.

Hautgefühl: 25 %

Im Zuge des Anwendungstests beurteilten mindestens 21 Probandinnen pro Produkt das Hautgefühl während und nach der Anwendung. Zusätzlich wurde bei den Einmaltüchern abgefragt, wie die Probandinnen die Beschaffenheit der Tücher bewerten und wie gut diese mit Flüssigkeit getränkt sind.

Nutzungsfreundlichkeit der Verpackung: 20 %

Fünf geschulte Prüfpersonen beurteilten unter anderem, wie gut sich die Verpackungen öffnen und die Produkte entnehmen lassen. Wir prüften, ob die Produkte eine Originalitätssicherung aufweisen und ob auf dem Produkt Trennungs- und Entsorgungshinweise stehen.

Deklaration: 10 %

Drei Fachleute beurteilten Leserlichkeit und Übersichtlichkeit der Angaben auf den Produkten. Ein Experte prüfte, ob die Kennzeichnung vollständig und richtig ist, und beurteilte die Werbeaussagen und Anwendungshinweise. Zusätzlich wurden die Werbeaussagen mithilfe der Probandinnen im Anwendungstest beurteilt.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Stiftung Warentest 3/2026

ab Donnerstag, 26. Februar, im Handel

Vorschau

Antivirenprogramme

Kinderzahnpasta

Kühl-Gefrier-Kombis

Hummus

Wasserschäden

E-Mail-Provider

Änderungen vorbehalten

Hochdruck-reiniger

Mit Wasserkraft brausen Hochdruckreiniger Schmutz von Fassaden, Terrassen und Gartenmöbeln. Wir haben geprüft, wie flott Kärcher, Nilfisk und Co das schaffen, wie gut sie sich bedienen lassen und wie robust sie sind. Im Test: zwölf Modelle zu Preisen von 79 bis 413 Euro.



Boxspringbetten

Sie sehen oft edel aus und bieten Komfort durch eine bequeme Einstiegshöhe. Doch liegt man auf dem mehrschichtigen System auch gut? Bietet es die Voraussetzungen für erholsamen Schlaf und einen entspannten Rücken? In unserem Test von neun Boxspringbetten haben wir deutliche Unterschiede festgestellt. Und Schadstoffe fanden wir auch.





Kinderfahrräder

Drei- und Vierjährige fuhren für uns mit 14-Zoll-Rädern um die Wette – und unsere Testerinnen und Tester schauten genau hin. Natürlich prüften wir die Fahrräder auch im Labor, maßen Bremskräfte, fahndeten nach Schadstoffen und Sicherheitsmängeln. Am Ende gab es einen eindeutigen Testsieger.

Stiftung Warentest

Die Stiftung Warentest wurde 1964 auf Beschluss des Deutschen Bundestages gegründet, um Verbraucherinnen und Verbrauchern durch vergleichende Tests von Waren und Dienstleistungen unabhängige und objektive Unterstützung zu bieten.

Wir kaufen anonym im Handel ein und nehmen Dienstleistungen verdeckt in Anspruch.

Wir testen mit wissenschaftlichen Methoden in unabhängigen Instituten nach unseren Vorgaben oder selbst im Haus.

Wir bewerten mit Noten von Sehr gut bis Mangelhaft ausschließlich auf Basis der objektivierten Untersuchungsergebnisse.

Wir veröffentlichen anzeigenfrei in unseren Zeitschriften Stiftung Warentest und Stiftung Warentest Finanzen sowie auf test.de.

Foto: EyeEm / Tomasz Zajda; IKEA; Julia Sang Nguyen

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

42

Prozent der Deutschen sehen die Demokratie durch Fake News in sozialen Medien gefährdet. 53 Prozent vertrauen klassischer redaktioneller Berichterstattung mehr.

Repräsentative Studie „Demokratie im KI-Zeitalter“, Vodafone Institut, 2025

Passwortmanager

Behörde rügt Sicherheitslücken

Um im Internet sicher unterwegs zu sein, sollte man für jedes Konto ein eigenes komplexes Passwort nutzen. Passwort-Manager helfen dabei: Sie speichern alle Zugangsdaten verschlüsselt ab. Doch nicht immer kann man sich auf diese Programme voll verlassen, wie eine Untersuchung des Bundesamts für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI) und der Verbraucherzentrale NRW ergab. Nur bei vier der zehn geprüften Programme hatten die Prüfer keine grundsätzlichen Bedenken: 1Password, KeePass2Android, KeepassXC und dem Passwortmanager des Firefox-Browsers. In der Studie fehlen allerdings mehrere bedeutende Anbieter.



iPad Pro 11“ (M5)
Wi-Fi (256 GB, 12 GB)
Preis: ca. 1039 Euro
SEHR GUT (1,3)

iPad Pro 13“ (M5)
Wi-Fi (256 GB, 12 GB)
Preis: ca. 1385 Euro
SEHR GUT (1,4)

Spitzenklasse für viel Asche

Apples neue iPads Pro mit 11 und 13 Zoll Bildschirmdiagonale sind die zwei besten Tablets, die wir je geprüft haben – doch der Luxus ist kostspielig.

Zwei neue Apple iPads im Test

Blitzschnell, brillante Displays und starke Akkus: Apples neue iPads Pro sind zwei der besten Tablets überhaupt – mit Preisen von 1039 Euro (11-Zoll-Modell) und 1385 Euro (13-Zoll-Modell) aber auch recht teuer. Dazu kommen die Kosten für Zubehör wie Tastatur oder Eingabestift. Beide sind kompatibel mit Zubehör der Vorgänger-Generation.

Mit neuem Chip. Rechenintensive Anwendungen wie Computerspiele meistern die neuen iPads Pro tadellos. Auch aufwendigeres Videoschneiden sollte kein Problem darstellen. Sie sind die ersten Tablets mit Apples neuem M5-Prozessor. Dank ihrer Leistung reichen sie sogar Laptops ähnlicher Preisklassen das Wasser und sind dabei dünner und leichter – jedoch durch das Betriebssystem iPadOS auch beschränkter in ihren Möglichkeiten.

20 Stunden Akkulaufzeit. Die sehr guten Akkus halten beim Videoabspielen knapp 18 Stunden (11 Zoll) beziehungsweise fast 20 Stunden (13 Zoll). Zum Vergleich: Der Akku des aktuellen iPad Air in 13-Zoll-Größe (830 Euro) hält 15 Stunden. Das iPad Air in 11 Zoll (599 Euro) machte in unserem Test nach knapp 12 Stunden Videoabspielen schlapp. Detaillierte Testergebnisse für die iPads Air veröffentlichten wir in Stiftung Warentest 12/25. Trotz ihrer starken Akkus sind die neuen iPads Pro flach und leicht. Beide sind mit einem Schnellladegerät in maximal zwei Stunden aufgeladen.

Stiftung-Warentest-Fazit: Die neuen iPads Pro sind das Maß aller Dinge, aber auch sehr teuer. Wenn Sie Ihr Tablet hauptsächlich zum Surfen, Nachrichtenschreiben oder Videoschauen nutzen, können Sie beherzt zu einem preiswerten Modell greifen: Das günstigste Gute aus unseren Tests von 2025 ist das One Plus Pad Lite (209 Euro). Wer im Apple-Universum bleiben möchte, greift zum klassischen iPad in 11 Zoll mit A16-Prozessor. Es kostet 369 Euro und war in unserem Test ebenfalls gut.

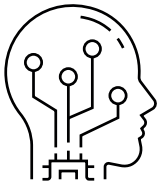
Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Künstliche Intelligenz

Wenn der Chatbot zum Freund wird

KI-Chatbots wie ChatGPT, Claude oder Mistral sind für viele Menschen ein täglicher Gesprächspartner – und manchmal noch viel mehr als das. Gefährlich wird es, wenn Kinder und Jugendliche eine emotionale Bindung zu einem Chatbot entwickeln und ihm blind vertrauen. Über die Risiken und einen gesunden Umgang mit KI können sich Interessierte beim Safer Internet Day am 10. Februar informieren. Weitere Informationen unter klicksafe.de/sid.



KI-Suchmaschinen

Perplexity schlägt ChatGPT und Meta

Unsere britische Partnerorganisation Which hat sechs KI-Anwendungen untersucht: Wie gut beantworten sie Fragen zu Geld, Recht, Ernährung, Gesundheit, Reisen und Verbraucherrechten? Mit einer Quote von 72 Prozent richtiger Antworten schlug sich Perplexity am besten. Dicht dahinter: Googles KI-Zusammenfassungen sowie Gemini und Copilot. Es folgten ChatGPT (65 Prozent) und mit deutlichem Abstand Meta AI (54 Prozent). Die Tester raten: Stellen Sie präzise Fragen und geben Sie so viele Hintergrundinformationen wie möglich. Fragen Sie die KI nach ihren Quellen – im Test waren sie oft veraltet oder zweifelhaft. Und holen Sie sich immer eine zweite Meinung.

Diese App soll vor Stalkern schützen

AirGuard im Test



Bluetooth-Tracker wie Apple AirTag, Chipolo Pop oder Pebblebee Clip sind eigentlich dafür gedacht, Schlüssel, Handtasche und anderes zu orten, was im Alltag so verloren geht. Sie werden aber auch von Stalkern missbraucht, um ihren Opfern nachzustellen. Prinzipiell können Handys vor solchen untergeschobenen Trackern warnen – das klappt aber längst nicht immer, wie unser Test von Bluetooth-Trackern zeigte (siehe Stiftung Warentest 1/26). Um diese Lücke zu schließen, haben Forschende der TU Darmstadt die AirGuard-App entwickelt. Im Januar hatten wir sie kurz vorgestellt, jetzt liegen ausführlichere Ergebnisse vor.

Nicht perfekt. Die App warnte unsere sechs Testpersonen vor Trackern, die ihre Handys nicht erkannten – allerdings nur in etwas mehr als der Hälfte der Fälle. Je länger sich ein Tracker mit dem Handy bewegte, desto wahrscheinlicher wurde er entdeckt.

AirGuard-App. Für iOS ist das Icon blau und für Android lila.

Stiftung-Warentest-Fazit: Die Kombination aus AirGuard-App und Tracker-Erkennung des Smartphones bietet einen höheren Schutz als das Smartphone allein. Perfekt schützt die Technik aber nicht. Daher bleibt Wachsamkeit wichtig: Wer das Gefühl hat, gestalkt zu werden, sollte unbedingt in Taschen oder am Auto nach fremden Trackern suchen und sich an ein Hilfetelefon (116 016 oder 116 006) wenden.

Google Maps

Wo war noch mal die urige Hütte?

Wer mit Google Maps navigiert, kann noch Jahre später nachsehen, wann er wo war. Und so besonders schöne Orte wie die urige Skihütte vor fünf Jahren wiederfinden. Dafür muss aber im Google-Konto die Funktion „Zeitachse“ eingeschaltet sein. Sie speichert regelmäßig den aktuellen Standort ab. Außerdem muss Google Maps immer auf die GPS-Position zugreifen können. Bei einem Handy-Wechsel geht diese Historie verloren – aber das lässt sich verhindern. Die Daten müssen händisch auf das neue Telefon übertragen werden. Das geht so: Auf dem alten Gerät Google Maps öffnen, auf das Profilbild tippen, dann „Meine Zeitachse“ oder „Timeline“ auswählen. In den Einstellungen „Zeitachse auf Gerät sichern und verschlüsseln“ wählen. Dann auf dem neuen Handy zur Zeitachse gehen und Anweisungen folgen.



Fotos. Ist GPS aktiviert, helfen die Bilddaten, besuchte Orte wiederzufinden.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe

Foto: Air Guard; Westend61 / Daniel Gonzalez; Illustration: Getty Images

Musik in jedem Raum

Multiroom-Systeme Im ganzen Haus Musik, aus einer Vielzahl von Lautsprechern – das versprechen die elf Multiroom-Systeme im Test. Zwei zeigten sich besonders zugänglich.



Früher hätte so etwas Unsummen gekostet: eine Musikanlage, die das ganze Haus umfasst. In jedem Zimmer dezente Lautsprecher, die über eine App gesteuert werden und im perfekten Gleichtakt aufspielen – oder auch mal einzeln: zur Abendgesellschaft dezente Musik in Küche, Esszimmer und Wohnzimmer, während die Kinder in ihren Zimmern Hörspiele oder K-Pop-Hits aufdrehen.

Multiroom-Systeme machen das möglich – und erschwinglich. Wir haben elf dieser Systeme getestet. Das heißt, wir haben geprüft, wie sie funktionieren und wie gut sie sich über die App des jeweiligen Anbieters einrichten und steuern lassen – also Lautsprecher in verschiedenen Räumen anwählen, Musiksammlungen verwalten oder Streaming-Dienste abrufen. Passende Lautsprecher in der Einsteigerklasse kosten zwischen 100 und 500 Euro (siehe Randspalte S. 31). Je nach Budget und Anspruch kann man dann schrittweise ausbauen.

„Forever Young" – die HiFi-Anlage bleibt

Viele Anbieter haben auch Hardware wie Soundbars, Subwoofer, Receiver und High-End-Boxen im Sortiment (siehe Kasten S. 28). Wir haben die Tabelle in zwei Gruppen geteilt: Acht Systeme arbeiten nur mit der Hardware des jeweiligen Anbieters. Die anderen drei Systeme lassen sich auch mit Geräten von verschiedenen Anbietern bestücken. Wer schon eine Stereoanlage hat oder einzelne Komponenten wie Plattenspieler, CD-Player oder Boxen, kann sie bei vielen Systemen mit einer Audio-Anschlussbox einbinden (siehe Kasten S. 29).

„We Are The Champions" – die Besten

Für einen niedrigschwelligen Einstieg muss man eigentlich nur sein Smartphone zücken. Jedes aktuelle Modell kann mit Bordmitteln Multiroom-Systeme steuern: Auf dem iPhone per AirPlay, bei Android etwa per Google Home. Damit lässt sich jeder WLan-Lautsprecher steuern, auf dessen Packung das AirPlay- oder Google-Home-Logo steht. Auch Amazon bietet über die Alexa-App ein Multiroom-System. Dieses Trio ist vor allem ausgerichtet auf Internet-Streaming über Dienste wie Spotify, Deezer oder Apple Music. Am besten klappen Einstieg und Bedienung bei AirPlay – das Apple-System ist der Testsieger in dieser Gruppe. Auch das Google-System ist insgesamt noch gut. Das Amazon-System lässt sich dagegen nur mäßig abspielen, bedienen und einrichten.

Unser Rat

Testsieger: Wer sich im Apple-Universum bewegt, findet mit AirPlay das einsteigerfreundlichste System. Es lässt sich darin eine große Auswahl von Geräten vieler Marken einbinden. Wer neben Streaming-Diensten auch die eigene Musiksammlung abspielen will, fährt am besten mit Sonos, das zudem auch mit Android-Handys funktioniert.
Umwelttipp: Vorhandene Platten- und CD-Spieler können oft ebenso integriert werden wie alte Boxen und Verstärker.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

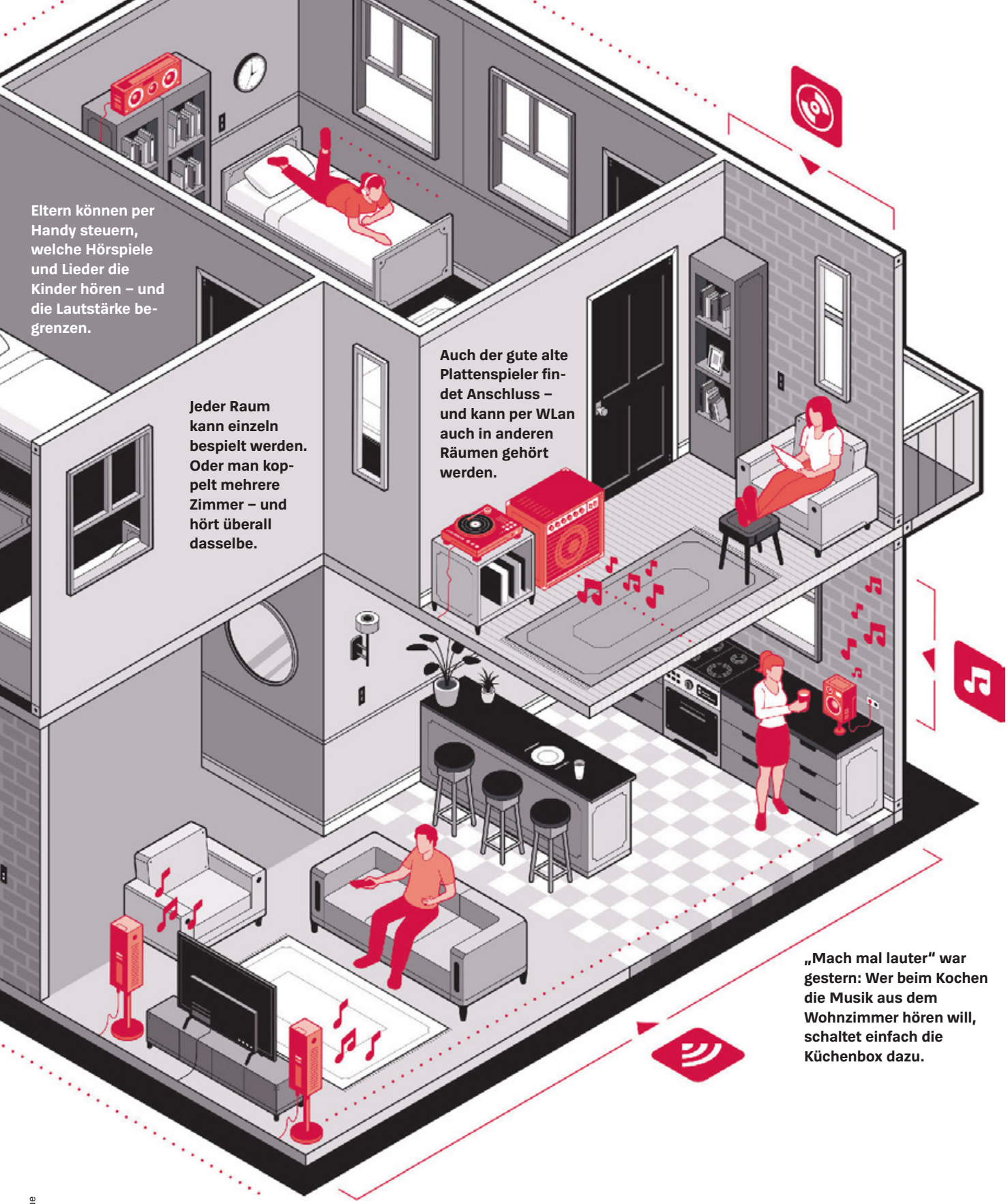


Illustration: Guilherme Henrique

Wer nicht nur Streaming-Angebote nutzen, sondern auch seine eigene Musiksammlung abspielen möchte, sei es von Schallplatte, CD oder einer Netzwerk-Festplatte (NAS), ist im anderen Teil des Testfelds besser aufgehoben. Angeführt von Sonos, unserem zweiten Testsieger, finden sich hier die Multiroom-Systeme von namhaften HiFi-Anbietern wie Teufel, Denon, Bowers & Wilkins oder Yamaha.

Im Test kamen viele dieser Systeme sehr gut mit digitalen Musiksammlungen klar. Sie durchforsteten das Heimnetzwerk nach Audiodateien und präsentierten sie geordnet nach Interpret und Alben in der App. Nur bei Yamaha mussten wir mangels Suchfunktion Scrollmarathons absolvieren, um einen Song zu finden.

Tipp: Wie Sie Ihre CD-Sammlung auf eine Festplatte kopieren können, erklären wir online unter test.de/rippen. →

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Komponenten für Multiroom-Systeme

Erst ein Zimmer, dann das ganze Haus

Multiroom-Anlagen lassen sich individuell einrichten und erweitern.

(1) Regallautsprecher in verschiedenen Größen beschallen Bäder, Küchen, Wohn- und Schlafzimmer. Sie können einzeln oder in Gruppen bespielt werden, auch über mehrere Räume hinweg. Je nach Modell lassen sich zwei Einzelboxen zum Stereopaar bündeln.

(2) Subwoofer liefern mehr Bass für kleinere Boxen oder Soundbars.

(3) Soundbars verleihen Flachbild-Fernsehern besseren Ton.

(4) Audio-Anschlussboxen, auch Connector, Streamer oder Netzwerkplayer genannt, verbinden das Multiroom-System mit der Hifi-Anlage. Meistens schließt man sie an den Verstärker an. Es gibt auch Modelle, die den Verstärker ersetzen können und Anschlüsse für normale HiFi-Lautsprecher haben (siehe Kasten S. 29). Anbieter wie Denon, NAD oder Yamaha bieten Hifi-Verstärker und Receiver an, bei denen die Multiroom-Technik schon eingebaut ist.



„Start Me Up" – die Ersteinrichtung

Apple und Sonos zeigen, wie die Einrichtung im besten Fall funktioniert, und machen es auch Einsteigern leicht. Die Apps erkennen neue Boxen automatisch und führen durch die Einrichtung. Schwerer machen es Teufel Raumfeld und Yamaha. Die Yamaha-App erkennt nicht, was für ein Lautsprecher sich anmeldet, das Modell muss man händisch wählen. Bei Teufel Raumfeld kann sich die Einrichtung hinziehen, weil jede Box erst alle Updates lädt, bevor es weitergeht.

In allen Systemen kann man zwei gleiche Boxen zu einem Stereo-Paar koppeln und die Paarung auch wieder auflösen, wenn man die beiden Boxen wieder auf mehrere Räume verteilen will. Teufel Raumfeld zeigte sich hier unflexibel: Nutzer sollten schon bei der Einrichtung wissen, welche Boxen sie paaren wollen – für jede Änderung muss man die Einrichtung neu starten.

„Call Me" – Streaming-Dienste steuern

Das Abspielen von Streaming-Diensten ließ sich in fast allen Systemen mindestens gut steuern. Je nach System und Streaming-Dienst kann es komfortabler sein, die Musik direkt in der vertrauten Streaming-App auszuwählen, anstatt die jeweilige Multiroom-App zu nutzen. Bei manchen Systemen, etwa Teufel und AudioPro, ist das sogar die einzige Möglichkeit.

Eher als Spielerei empfanden wir die Sprachsteuerung, die alle Systeme außer

So haben wir getestet

Im Test: Elf Multiroom-Systeme mit Smartphone-Bedienung, davon acht Hardware-gebundene Systeme und drei Hardware-offene. Die zugehörigen Lautsprecher durften pro Stück maximal rund 500 Euro kosten. Die für den Test nötige Hardware kauften wir im August 2025 im Handel ein.

Abspielen von Inhalten: 40 %

Drei Experten beurteilten das Abspielen und Bedienen von Medieninhalten **aus dem Internet** (zum Beispiel von Streaming-Diensten oder Radio-Streams), **aus lokalen Musikquellen** (etwa Netzwerkspeicher) sowie über das **Smartphone via Bluetooth oder WLan** (mittels Cast-Protokollen wie zum Beispiel Spotify Connect oder Airplay).

Bedienung: 25 %

Drei Experten beurteilten die **Steuerung und das Verwalten der Lautsprecher,** etwa das Anlegen und Gruppieren von verschiedenen Zonen, sowie das **Verwalten von Musik- und Hörbuchsammlungen.** Zudem bewerteten sie, wie gut sich die Multiroom-Systeme **per Sprachsteuerung** bedienen lassen.

Einrichtung: 20 %

Drei Experten bewerteten die **Ersteinrichtung** (zum Beispiel das Lautsprecher-Setup, die Einrichtung der App und die Benutzerverwaltung), die verfügbaren **Benutzungshilfen** und das Einrichten von **Streaming-Diensten und der lokalen Musiksammlung.** Zudem beurteilten sie die Konfiguration der **Sprachsteuerungen.**

Technische Umsetzung: 10 %

Durch technische Messungen ermittelten wir die Abspielverzögerung sowie die Synchroni-

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Bowers & Wilkins, Teufel Raumfeld und Audio Pro bieten: Die meisten verstanden oft nicht, was unsere Tester von ihnen wollten. Bei Bluesound mussten wir erst eine Anleitung im Internet suchen, um den Sprachassistenten zum Laufen zu bringen.

„Every Breath You Take" – Datenschutz

Die Apps von Bowers & Wilkins sowie Wiim haben wir wegen ihrer übermäßigen Neugier beim Basisschutz persönlicher Daten abgewertet: Sie senden jede Menge Nutzerdaten. Die von Wiim erfasst und meldet sogar jedes einzelne Gerät, das sich im WLan befindet – auch Smartphones. Damit könnte der Anbieter herausfinden, wann welche Menschen im Haus sind. Die App von Audio Pro sendet am wenigsten Daten, hat aber, wie die von Wiim, keine deutsche Datenschutzerklärung.

„Money Money Money" – der Kauf

Nicht in die Note eingegangen, aber wichtig für die Kaufentscheidung, sind Preise und Design der verfügbaren Hardware. Hier gibt es große Unterschiede. Ob man etwa die kühlere Ästhetik von Sonos bevorzugt oder den klassischeren Look von Audio Pro, ist Geschmacksfrage – die man besser mit der Familie klärt, bevor man freudestrahlend die neue HiFi-Technik ins Haus trägt. ■ →

Text: Hannes A. Czerulla; Testleitung: Mark Jeschke; Produktauswahl: Lutz Konzag; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Steckerkunde

Die HiFi-Anlage anbinden – so gehts

Audio-Anschlussboxen bauen eine Brücke ins Multiroom-System.

Je nach Anbieter und Modell werden sie Streamer, Connector oder Netzwerk-Player genannt und bieten Anschlüsse für HiFi-Komponenten.

CD- und DVD-Player verbinden Sie am besten per **(1) Toslink** – hier wird das Signal mit Licht übertragen.

An die **(2) HDMI-Buchse** kommt der Fernseher (am TV die Buchse mit dem Zusatz „eARC" oder „ARC" wählen).

Am **(3) USB-Port** docken Festplatten und USB-Sticks mit Musikdateien an.

An der **(4) LAN-Buchse** können Sie das Gerät statt per WLan über ein Kabel mit dem Router verbinden.

Für den Plattenspieler wählen Sie einen **(5) Cinch-Eingang**. Wenn der nicht mit „Phono" beschriftet ist, muss ein Vorverstärker her.

Klassische Lautsprecher kommen an die **(6) Bananenbuchsen**. Die Stecker sind schnell am Kabel nachgerüstet.

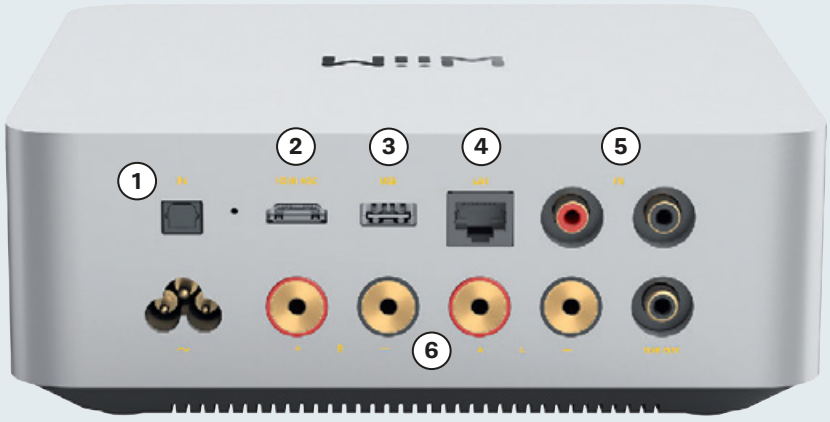


Foto: Wiim

tät der Wiedergabe zwischen verschiedenen Lautsprechern des Multiroom-Systems. Des Weiteren bewerteten wir, wie sich das System verhält, wenn die Internetverbindung ausfällt.

Basisschutz persönlicher Daten: 5 %

Wir bewerteten den **Schutz des Nutzerkontos** und der **Datenübertragung** vor dem Zugriff durch unbefugte Dritte. Wir prüften das **Datensendeverhalten** der Apps. Dafür lasen wir die von den Apps gesendeten Daten aus und entschlüsselten und analysierten sie. Ein Jurist suchte auf Grundlage der Datenschutz-Grundverordnung nach Mängeln in der **Datenschutzerklärung.**

Abwertungen

Abwertungen führen dazu, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Stiftung-Warentest-Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen *) gekennzeichnet. Die folgenden Abwertungen haben wir eingesetzt:
War der Basisschutz persönlicher Daten ausreichend oder schlechter, wurde das Qualitätsurteil abgewertet – je schlechter die Urteile desto stärker ist der jeweilige Abwertungseffekt. Lautete das Urteil fürs Datensendeverhalten der Apps Ausreichend, so konnte das Urteil für den Basisschutz persönlicher Daten maximal eine Note besser sein; bei Mangelhaft konnte die Note nicht besser sein. Bei deutlichen Mängeln in der Datenschutzerklärung konnte die Note für den Basisschutz persönlicher Daten nicht besser sein als Befriedigend (3,5), bei sehr deutlichen Mängeln nicht besser als Ausreichend (4,0).

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Kurz erklärt

Stereo-Pairing erlaubt es, zwei Lautsprecher fest zu einem Stereopaar zusammenzufassen. Können die Lautsprecher **dynamisch gruppiert** werden, lässt sich entscheiden, welche Lautsprecher in Zonen (oder Räumen) zusammenspielen und welche getrennt.

Mehrere Lautsprecher lassen sich einer **Zone** zuordnen (etwa „Küche“ oder „Wohnzimmer“), sie werden dann gemeinsam gesteuert. Beim **nahtlosen Raumwechsel** kann man, ohne die Musik zu unterbrechen, auf einen anderen Raum umschalten.

Multiroom-Boxen verbinden sich direkt per WLan mit Streaming-Diensten wie Spotify; das Handy dient nur noch als Fernbedienung. Damit das funktioniert, muss die gesamte Multiroom-Anlage dasselbe **Cast-Protokoll** unterstützen. Zudem funktioniert AirPlay nur mit Apple-Geräten, alles andere auch auf Android.

Wer Musik auf einer Festplatte hat, kann sie auf zwei Arten für ein Multiroom-System freigeben. Am einfachsten ist die **Netzwerk-Freigabe SMB** – hier greifen die Abspielgeräte direkt über das Heimnetz auf die Festplatte zu. Mehr Möglichkeiten bietet **DLNA**. Beides lässt sich beispielsweise auf einer Fritzbox leicht einrichten.

Multiroom-Systeme: Apple und Sonos machen den Einstieg leicht

		Hardware-offene Systeme			Hardware-
Produkt		**Apple** AirPlay	**Google** Home	**Amazon** Alexa	**Sonos** Sonos
Name der App		Home	Google Home	Amazon Alexa	Sonos
QUALITÄTSURTEIL	**100 %**	**GUT (1,9)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (3,2)**	**GUT (1,6)**
Abspielen von Inhalten	**40 %**	**gut** (2,3)	**befried.** (3,4)	**befried.** (3,5)	**sehr gut** (1,2)
Aus dem Internet (Streaming)		+	○	○	+
Aus lokalen Musikquellen[1)]		–[2)]	–[2)]	–[2)]	++
Vom Smartphone via Bluetooth oder WLan (Cast)		++	○	○	++
Bedienung	**25 %**	**sehr gut** (1,2)	**gut** (1,7)	**befried.** (3,4)	**sehr gut** (1,5)
Lautsprecher steuern und verwalten		++	++	○	++
Musik- und Hörbuchsammlung verwalten		Entfällt	Entfällt	Entfällt	++
Per Sprachsteuerung		+	○	○	○
Einrichtung	**20 %**	**sehr gut** (1,4)	**gut** (2,1)	**befried.** (3,0)	**gut** (1,8)
Ersteinrichtung		++	+	○	+
Benutzungshilfen		++	○	○	++
Streaming-Dienste und lokale Musiksammlung		Entfällt	+	+	++
Sprachsteuerung		++	+	○	+
Technische Umsetzung	**10 %**	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,9)	**gut** (2,5)	**sehr gut** (1,5)
Basisschutz persönlicher Daten	**5 %**	**befriedigend** (3,5)	**gut** (2,3)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (3,5)
Schutz des Nutzerkontos und Datenübertragung		++	++	++	○
Datensendeverhalten		+	○	⊖*)	⊖
Mängel in der Datenschutzerklärung		deutliche*)	geringe	sehr geringe	geringe
Ausstattung/Technische Merkmale					
Ohne Online-Account nutzbar		□	□	□	□
Nutzung des Systems bei Internetausfall		■[3)]	□	□	■
Stereo-Pairing/Dynamisches Gruppieren		■/■	■/■	■/□	■/■
Zonensteuerung/Nahtloser Raumwechsel		■/■	■/□	■/□	■/■
Verbindungsmöglichkeiten (Cast-Protokolle)	Airplay2	■	□	□	■
	AlexaCast	□	□	■	■
	Google Cast	□	■	□	□
	Spotify Connect	□	□	■	■
Multiroom über Bluetooth		□	■	◪[5)]	■
Streaming-Dienste in der App anwählbar	Amazon Music/Apple Music	■[4)]/■[4)]	■/■	■/■	■/■
	Deezer/Qobuz	■[4)]/■[4)]	■/■[4)]	■/□	■/■
	Spotify/Tidal	■[4)]/■[4)]	■/■[4)]	■/□	■/■
DLNA/SMB-Freigabe		□/□	□/□	□/□	□/■
Wiedergabe von	USB-Festplatte	□	□	□	□
	Smartphone-Speicher	■	■	□	□
Sprachsteuerung	Amazon Alexa	□	□	■	■
	Apple Siri	■	□	□	■
	Google Assistant	□	■	□	■
Verfügbare Multiroom-Hardware					
Lautsprecher/Soundbars/Subwoofer		■/■/□	■/■/□	■/□/□	■/■/■
Audio-Anschlussbox		■	■	□[6)]	■

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 28/29).
Mängel in der Datenschutzerklärung:
keine, sehr geringe, geringe, deutliche, sehr deutliche.

■ = Ja. □ = Nein. ◪ = Eingeschränkt.
1) Unter anderem von Netzwerkspeicher, USB-Stick oder CD-Spieler.
2) Spielt nicht von Netzwerkspeicher oder CD- und Plattenspielern.
3) Nur lokal auf dem Endgerät gespeicherte Inhalte.
4) Über die App des Streaming-Dienst-Anbieters.
5) Wiedergabe nur auf einem einzelnen Gerät – kein Multiroom.
6) Nur Einbindung von anderen Geräten per HDMI möglich. Zum Beispiel mittels Fire TV Stick oder Fire TV Cube.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

gebundene Systeme

Denon Heos	**Bluesound** Bluesound	**Yamaha** MusicCast	**Teufel** Raumfeld	**Audio Pro** Audio Pro	**Bowers & Wilkins** Bowers & Wilkins	**Wiim** Wiim
Heos[14)]	BluOS Controller[15)]	MusicCast Controller	Teufel Raumfeld	Audio Pro W	Music | Bowers & Wilkins	Wiim Home[16)]
GUT (1,8)	**GUT (1,9)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,7)**	**BEFRIEDIGEND (3,0)**
sehr gut (1,3)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,7)	**gut** (1,8)	**gut** (1,8)	**gut** (1,6)	**gut** (1,7)
+	+	+	+	+	++	+
++	++	○	++	++	○[11)]	++
++	++	++	+	+	++	+
gut (2,0)	**gut** (2,1)	**gut** (2,5)	**sehr gut** (1,4)	**befried.** (2,9)	**gut** (1,6)	**befried.** (2,9)
+	+	+	++	○	++	○
++	++	+	++	+	+	+
○	–	⊖	Entfällt	Entfällt	Entfällt	○
gut (2,3)	**befried.** (2,6)	**befried.** (2,9)	**befried.** (2,8)	**befried.** (2,6)	**gut** (2,3)	**gut** (2,4)
○	○	○	○	○	○	○
++	+	+	○	+	+	++
++	+	○	+	+	++	++
+	⊖	○	Entfällt	Entfällt	Entfällt	+
sehr gut (0,9)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,9)	**sehr gut** (1,1)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,1)
ausreichend (3,7)*)	**gut** (2,0)	**befriedigend** (3,1)	**ausreichend** (4,0)*)	**ausreichend** (4,0)*)	**mangelhaft** (5,0)*)	**mangelhaft** (5,0)*)
⊖	Entfällt	○	Entfällt	Entfällt	○	Entfällt
○	+	○	⊖	++	–*)[12)]	–[13)]
geringe	geringe	geringe	keine	sehr deutliche*)[10)]	geringe	sehr deutliche[10)]
□	■[7)]	■	■[7)]	■[7)]	□	■[7)]
■	■	■	■	■	■	■
■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■
■/■	■/□	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■
■	■	■	□	■	■	■
■	■	□	□	■	□	■
□	□	□	◪[17)]	■	□	■
■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	■	■	■
■/■	■/□	■/□	□/□	■/□	■/□	■/□
■/■	■/■	■/■	□/□	■/■	■/■	■/■
■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■
■/■	□/■	■[8)]/□	■/■	■/□	□/□	■/■
■	■	■	■	■	□	■
■	□	■	■	■	□	■
■	■	■	□	□	□	■
□	■	□	□	□	□	■
□	□	■	□	□	□	■
■/■/■	■/■/■	■/■/■	■/■/■[9)]	■/□/■	■/■/■	■/□/■
■	■	■	■	■	■	■

7) Kein Online-Account vorgesehen.
8) Medien auf dem DLNA-Server sind nicht durchsuchbar.
9) Nur in Verbindung mit einer Raumfeld-fähigen Soundbar.
10) Die Datenschutzerklärung ist nicht in deutscher Sprache verfügbar.
11) Spielt nicht von USB- oder Netzwerkspeichern, aber von CD- und Plattenspielern.
12) Sendet sehr viele unnötige Informationen (zum Beispiel Standortdaten).
13) Sendet eine Liste vieler im Netzwerk gefundener Geräte.
14) Laut Anbieter kompatibel mit Heos-HiFi-Komponenten von Marantz.
15) Laut Anbieter kompatibel mit BluOS-HiFI-Komponenten von NAD, PSB Speakers, Cyrus, Dali, Roksan und Monitor Audio.
16) Laut Anbieter kann die Wiim-App auch Audio Pro-Geräte steuern, die Funktionalität wird aber nicht garantiert.
17) Nur mit kompatiblen Lautsprechern.

Preisvergleich

Die günstigsten Boxen für den Einstieg

Wir haben aus dem Sortiment jedes Anbieters der Multiroom-Systeme im Test günstige, musiktaugliche Lautsprecher für den Start ausgesucht.

Amazon Alexa
2 x Echo Dot Max: 200 Euro

Apple AirPlay
2 x HomePod (2nd Gen.): 698 Euro

Audio Pro
2 x A10 MkII W: 500 Euro

Bluesound
2 x Pulse Flex: 696 Euro

Bowers & Wilkins
2 x Formation Flex: 1038 Euro

Denon Heos
2 x Home 150: 386 Euro

Google Home
2 x Nest Audio: 200 Euro

Sonos
2 x Era 100: 378 Euro

Teufel Raumfeld
2 x One S: 390 Euro

Wiim
2x Sound: 698 Euro

Yamaha MusicCast
2 x MusicCast 20: 400 Euro

Einige Anbieter haben im Testzeitraum neue Lautsprecher angekündigt, die zum Zeitpunkt unseres Einkaufs noch nicht verfügbar waren. Alle Preise wurden im Dezember 2025 durch Geizhals.de erhoben. Einige der genannten Boxen haben wir getestet, die Ergebnisse stehen im Internet unter test.de/lautsprecher.



Soloplayer oder Stereopaar. Regal-Boxen können beides.

Foto: Sonos

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Kabellos
EcoFlow Rapid ist die beste Powerbank mit Induktion – einfach aufs Handy legen und schon lädt sie los.

Kabelgebunden
Per Kabel lassen sich auch Tablet und Notebook laden. Die Belkin macht das als eine der Besten im Test.

Kraft für müde Akkus

Powerbanks Gute gibt es schon ab 27 Euro. Zwei Modelle laden auch kabellos gut. Doch nicht immer kommt so viel Energie raus, wie drauf steht.

Was hat eine geladene Powerbank mit 60 Litern Wasser, Kerzen und einem Feuerzeug gemeinsam? Laut Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe sollte man sie stets im Haus haben. Aber auch in kleineren Krisenfällen im Alltag spenden Powerbanks dringend benötigte Akkulaufzeit für Handy, Tablet oder Notebook.

Wir haben 24 mobile Zusatzakkus für 27 bis knapp über 100 Euro geprüft, 20 davon schneiden gut ab. Die günstigste Powerbank von Conrad kostet 27 Euro und muss sich nur den Testsiegerinnen geschlagen geben: Aqiila B20+ (59 Euro), Belkin Boost-Charge Pro (100 Euro) und EcoFlow Rapid (84 Euro). Sechs der Powerbanks im Test liefern Strom auch kabellos über Induktion. Zwei davon machen das gut: Testsiegerin

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

EcoFlow Rapid und Anker MagGo. Allerdings ist induktives Laden grundsätzlich weniger effizient als kabelgebundenes.

Alle laden per Kabel, sechs auch ohne

Die Powerbanks im Test bieten einen oder mehr USB-Anschlüsse, um Endgeräte mit Strom zu versorgen. Geprüft haben wir das mit Smartphones, Tablets und Notebooks. Anders als im Test 2/22 gab es dabei diesmal keine Kompatibilitätsprobleme mehr: Alle Geräte ließen sich mit allen Powerbanks im Test problemlos laden.

Zwölf sind nicht ausreichend deklariert

Im Test waren ausschließlich Modelle, die mit Nennkapazitäten von rund 10 000 oder 20 000 Milliamperestunden (mAh) beworben werden. Diese Angabe gilt allerdings für die interne Spannung der verbauten Akkuzellen von etwa 3,7 Volt. Zum Laden per USB sind aber mindestens 5 Volt nötig. Um andere Geräte per USB zu laden, muss die Powerbank die Spannung also umwandeln. Von der Effizienz dieser Wandlung hängt ab, wie viel Energie sie wirklich abgeben kann. Ein nützlicheres Maß als die verbaute Kapazität ist die tatsächlich beim Laden mit verschiedenen Spannungen nutzbare Kapazität. Die so entnehmbare Energiemenge wird üblicherweise in Wattstunden (Wh) gemessen.

Wir finden, dass Anbieter diesen Wert auf der Packung oder der Powerbank nennen sollten. So ist klar, wie viel Energie wirklich zur Verfügung steht für Geräte, die mit den üblichen 5 Volt laden. Fehlte diese Angabe, gab es im Prüfpunkt „Angabe der nutzbaren Energiemenge“ ein Mangelhaft. Da dieses ärgerliche Versäumnis für die Funktion keine Rolle spielt, bekamen einige der Geräte trotzdem eine gute Gesamtnote.

Top: Conrad liefert 70 Wattstunden

Am meisten Energie liefern die großen Powerbanks mit 20 000 mAh. An der Spitze liegt mit knapp 70 Wh die von Conrad – sie ist für etwa 27 Euro auch der günstigste Zusatzakku im Test. Mit ihr lässt sich ein Smartphone je nach Akkugröße ungefähr zwei- bis fünfmal laden. Bei Notebooks entspricht das abhängig vom Modell in etwa einer Akkuladung. Die kleineren Powerbanks mit 10 000 mAh liefern bis zu 36 Wh, also nur etwa halb so viel Energie.

Komfortabel, aber weniger effizient

Die sechs Modelle mit Induktion können Handys auch kabellos laden. Werden sie richtig platziert, startet der Ladevorgang automatisch. Die Ladespulen in Akku und Telefon müssen dafür übereinander liegen. Voraussetzung: Das Handy unterstützt den Ladestandard Qi. Beim induktiven Laden geht viel Energie in Form von Wärme verloren. Weil der Strom nicht direkt per Kabel →

Unser Rat

Testsieger: Die besten Powerbanks mit 20 000 mAh sind Aqiila B20+ (59 Euro) und Belkin BoostCharge Pro (100 Euro). Gleich gut ist die EcoFlow Rapid mit 10 000 mAh für 84 Euro. Sie lädt auch kabellos.
Preistipp: Das Gerät von Conrad für 27 Euro liegt nur knapp hinter den deutlich teureren Testsiegern. Besonders leicht und handlich ist der 10 000er-Zusatzakku Iniu 45W Mini-Power-Bank P50 für 40 Euro.



Flugreisen

Mit der Powerbank im Flugzeug

Powerbanks enthalten Lithium-Ionen-Akkus. Sie stellen ein Brandrisiko dar. Für die Mitnahme im Flugzeug gelten darum einige Regeln.

Nur im Handgepäck. Die internationale Luftfahrtorganisation IATA (International Air Transport Association) behandelt Powerbanks wie Ersatzbatterien. Die wichtigste Regel dafür: Lithium-Ersatzbatterien dürfen nur im Handgepäck mitgeführt werden, nicht im Aufgabegepäck.

Obergrenzen. Außerdem nennt die IATA Grenzen für die Energiemenge mitgeführter Lithium-Batterien. Für Ersatzbatterien mit einer Energiemenge bis 100 Wattstunden (Wh) ist keine besondere Erlaubnis der Fluggesellschaft nötig. Bei Powerbanks entspräche das typischerweise einer Nennkapazität von rund 27 000 Milliamperestunden (mAh). Die Powerbanks im Test sollten demnach ohne Weiteres mitgeführt werden dürfen. Für Akkus mit einer Energiemenge von über 100 Wattstunden ist eine Genehmigung der Fluggesellschaft nötig, und jeder Passagier darf höchstens zwei Stück mitführen.

Vorher informieren. Manche Länder und Airlines haben zusätzliche Regeln für Lithium-Batterien. Machen Sie sich vor Reiseantritt bei der Fluggesellschaft schlau.

Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

übertragen wird, sondern über ein Magnetfeld. Dabei heizen sich Powerbank und Smartphone ordentlich auf. Im Test kamen induktiv nur rund 20 Wh an. Damit lässt sich ein Handy kaum mehr als einmal laden. Kabelgebunden liefern dieselben Geräte über 30 Wh. In fast allen induktiven Modellen steckt ein MagSafe-Magnet, über den kompatible Handys an der Powerbank haften. Weil diese dann perfekt sitzt, lädt sie etwas effizienter – und das Handy lässt sich leichter während des Ladens nutzen. Bisher können das aber nur aktuellere iPhones und Handys aus der Reihe Google Pixel 10.

Iniu Cougar versagt im Falltest

Die verbauten Lithium-Ionen-Akkus stellen ein potenzielles Brandrisiko dar. Unsere Sicherheitsprüfungen überstanden fast alle Kandidaten tadellos, einige trugen im Falltest kosmetische Macken davon. Die Cougar von Iniu funktionierte nach dem Falltest gar nicht mehr. Folge: Ein Mangelhaft im Prüfpunkt Stabilität und der letzte Platz im Testfeld. ■ →

Text: Pia Voigt, Michael Wolf; Testleitung: Dr. Florian Ostermann; Produktauswahl: Thomas Grund; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

So haben wir getestet

Im Test: 24 Powerbanks marktbedeutender Anbieter, darunter 8 mit circa 10 000 Milliamperestunden (mAh) Nennkapazität und einer Leistung von mindestens 20 Watt, zehn mit circa 20 000 Milliamperestunden (mAh) und einer Leistung von mindestens 65 Watt, sowie 6 mit circa 10 000 mAh, die kabellos laden können. Die Geräte kauften wir im September 2025 im Handel ein. Die Preise ohne Versandkosten wurden im Dezember 2025 durch Geizhals.de erhoben.

Funktion: 60 %

Wir entluden die Powerbanks mit verschiedenen Ladegeschwindigkeiten. Die dabei entnommene **nutzbare Energiemenge** bewerteten wir im Verhältnis zur vom Anbieter deklarierten Energiemenge des verbauten Akkus. Um die **Energiedichte** zu bewerten, setzten wir die nutzbare Energiemenge ins Verhältnis zum Gewicht und zum Volumen. In die Bewertung der maximalen **Ladegeschwindigkeit** flossen unter anderem Messungen der maximal bereitgestellten Leistung beim Entladen an einem Ausgang und bei 5 Volt an zwei Ausgängen ein. Um die **Ladungshaltung** zu bewerten, prüften wir, wie viel Energie die Powerbank bei 0 °C sowie nach 28 Tagen Lagerung bei 40 °C abgibt. Bei Powerbanks, die **kabelloses Laden** ermöglichen, überprüften wir etwa, wie viel Energie kabellos bereitgestellt wird.

Handhabung: 25 %

Ein Experte prüfte die **Nutzungshinweise** auf Vollständigkeit und Verständlichkeit. Außerdem prüfte er, ob notwendige Sicherheitshinweise vorhanden sind. Wir bewerteten, ob der Anbieter transparente **Angaben zur nutzbaren Energiemenge** machte und ob diese stimmten. Zur Bewertung des **täglichen Gebrauchs** beurteilten vier geübte Smartphone-Nutzer und -Nutzerinnen im Praxistest unter anderem die Zugänglichkeit der Anschlüsse, ein Experte beurteilte die Ladestandsanzeige. **Transportierbarkeit:** Die Praxistester bewerteten, wie gut sich die Geräte etwa in Jackentaschen und Rucksäcken verstauen ließen.

Stabilität: 15 %

Wir ließen die Powerbanks dreimal aus etwa 1 Meter Höhe auf einen Steinboden fallen und bewerteten dann ihren Zustand.

Weitere Untersuchungen

Die Sicherheitsprüfungen (unter anderem Kurzschluss und Überladen) überstanden alle Powerbanks ohne Probleme.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Mängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie werden in der Tabelle durch Sternchen *) gekennzeichnet.
Folgende Abwertungen haben wir eingesetzt: Ab ausreichender Note für die Stabilität werteten wir das Qualitätsurteil ab. Je schlechter das Urteil ausfällt, desto stärker wirkt der jeweilige Abwertungseffekt.



Wärmebild. Beim Laden mit Kabel (links) wird weniger Wärme frei als beim kabellosen Laden (rechts; heller dargestellte Bildinhalte sind wärmer).

Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Kabellose Powerbanks: EcoFlow lädt am schnellsten

		Circa 10 000 mAh Nennkapazität					
Produkt		**EcoFlow** Rapid 10000mAh	**Belkin** BoostCharge Pro Magnetic Power Bank	**Anker** MagGo	**Cellular Line** MagSafe Wireless Power Bank MAG 10000	**Samsung** Induktive Power-bank 10.000 mAh EB-U2510	**Verbatim** Charge 'n' Go 10000 mAh (32245)
Mittlerer Preis ca. (Euro)		**84**	**81**	**68**	**61**	**35**	**43**
QUALITÄTSURTEIL	**100 %**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,7)**
Funktion	**60 %**	**gut** (2,2)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,8)
Nutzbare Energiemenge		+	○	○	○	++	○
Energiedichte		○	+	++	++	+	++
Ladegeschwindigkeit		+	○	○	⊖	○	○
Ladungshaltung[1]		+	+	+	+	⊖	+
Kabelloses Laden		+	○	+	○	○	○
Handhabung	**25 %**	**gut** (2,2)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,3)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (2,4)
Nutzungshinweise		○	○	⊖	○	–[5]	+
Angabe der nutzbaren Energiemenge		++	–[4]	++	–[4]	++	–[4]
Täglicher Gebrauch		+	+	+	+	+	+
Transportierbarkeit		○	+	+	+	○	+
Stabilität	**15 %**	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**gut** (2,5)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**befriedigend** (3,0)
Ausstattung/Technische Merkmale							
Deklarierte Energiemenge (Wh)	bei ca. 3,7 V	38,7	38,5	38,7	38,5	37,0	37,0
	bei 5 V	31,0	K. A.	32,0	K. A.	29,0	K. A.
Nutzbare Energiemenge ca. (Wh)		33,9	32,7	31,4	32,3	33,8	30,4
Maximale Leistung insgesamt[2]/ pro Ausgang (W)[3]		65/65	20/20	30/30	18/18	25/25	20/20
Maximale Leistung pro Ausgang dauerhaft verfügbar		☐	☐	☐	☐	■	☐
Ausgänge USB-C/USB-A		2/0	2/0	1/0	1/0	2/0	1/0
Ladezeit ca. (min)		70	145	130	245	140	195
Drahtloses Laden/MagSafe-Magnet		Qi2/■	Qi2/■	Qi2/■	Qi1/■	Qi1/☐	Qi1/■
Länge x Breite x Dicke ca. (cm)		7,0 x 10,8 x 2,4	6,9 x 10,1 x 2,0	7,1 x 10,4 x 1,5	6,2 x 9,8 x 2,4	7,2 x 14,9 x 1,7	6,6 x 10,5 x 1,6
Gewicht ca. (g)		273	222	208	192	218	187

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung**
(siehe „So haben wir getestet" auf S. 34).
■ = Ja. ☐ = Nein.
K. A. = Keine Angabe.

1) Zeigt, wie gut die Powerbank ihre Ladung bei Kälte, Wärme und langer Lagerzeit hält.
2) Laut Anbieter.
3) Mit dem Schnellladestandard Power Delivery.
4) Keine Angabe über die nutzbare Energiemenge.
5) Kaum Nutzungs- oder Sicherheitshinweise mitgeliefert.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Circa 20 000 mAh Nennkapazität


Aqiila



Belkin



Anker



Conrad



Intenso


Cellular Line



Ugreen


Baseus


Xlayer

Kabelgebundene Powerbanks: Gute gibts ab 27 Euro

	Circa 20 000 mAh Nennkapazität							
Produkt	**Aqiila** B20+	**Belkin** BoostCharge Pro 20000 mAh	**Anker** Prime 20.000 mAh 200W	**Conrad** Voltcraft PB PD65WLCD-20 000	**Intenso** HE20000	**Cellular Line** Rocket 20000	**Ugreen** Nexode Power Bank 20000mAh 130W	**Baseus** EnerGeek GR11
Mittlerer Preis ca. (Euro)	**59**	**100**	**98**	**27**[5]	**54**	**100**	**66**	**66**[5]
QUALITÄTSURTEIL 100 %	**GUT (2,0)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,5)**
Funktion 60 %	**gut** (1,7)	**gut** (1,7)	**gut** (2,3)	**gut** (2,0)	**gut** (2,3)	**gut** (2,2)	**gut** (2,4)	**gut** (2,5)
Nutzbare Energiemenge	++	++	○	++	○	+	++	○
Energiedichte	++	++	○	++	○	+	+	○
Ladegeschwindigkeit	+	++	++	+	++	++	+	+
Ladungshaltung[1]	+	+	○	○	○	○	⊖	○
Handhabung 25 %	**befriedigend** (3,2)	**gut** (2,4)	**gut** (2,2)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (3,3)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (3,2)
Nutzungshinweise	○	○	○	+	+	○	○	○
Angabe der nutzbaren Energiemenge	–[4]	++	++	–[4]	–[4]	–[4]	++	–[4]
Täglicher Gebrauch	○	+	++	+	+	+	+	+
Transportierbarkeit	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖
Stabilität 15 %	**sehr gut** (1,0)	**gut** (2,5)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)
Ausstattung/Technische Merkmale								
Deklarierte Energiemenge (Wh) bei ca. 3,7 V	74,0	70,9	72,0	74,0	72,0	74,0	72,0	72,0
Deklarierte Energiemenge (Wh) bei 5 V	K. A.	57,5	57,5	K. A.	K. A.	K. A.	55,0	K. A.
Nutzbare Energiemenge ca. (Wh)	67,2	64,5	58,3	69,9	58,5	63,8	67,5	60,8
Maximale Leistung insgesamt[2]/ pro Ausgang (W)[3]	65/65	65/65	200/100	65/65	100/100	65/65	130/100	100/100
Maximale Leistung pro Ausgang dauerhaft verfügbar	■	■	■	■	□	■	□	□
Ausgänge USB-C/USB-A	2/1	2/1	2/1	2/1	2/1	2/1	2/1	3/1
Ladezeit ca. (min)	200	115	60	200	85	155	195	140
Länge x Breite x Dicke ca. (cm)	7,5 x 16,1 x 2,2	8,5 x 13,1 x 2,6	5,0 x 12,7 x 5,5	7,6 x 16,0 x 2,4	8,2 x 14,0 x 2,7	8,6 x 14,2 x 2,7	5,1 x 13,2 x 5,4	5,2 x 13,0 x 5,0
Gewicht ca. (g)	402	376	512	397	433	400	477	459

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet" auf S. 34).

■ = Ja. □ = Nein.
K. A. = Keine Angabe.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Circa 10 000 mAh Nennkapazität



Iniu **Baseus** **Iniu** **Nitecore** **Sharge** **Ugreen** **Xiaomi** **Sandberg** **Realpower**

		Circa 10 000 mAh Nennkapazität							
Xlayer Powerbank PD 65W 20.000 mAh	**Iniu** Cougar P62-E1 Power Bank	**Baseus** EnerCore CR11	**Iniu** 45W Mini-Power-Bank P50	**Nitecore** NB Plus	**Sharge** Pouch Mini P2	**Ugreen** Fast Charging Powerbank (35526B)	**Xiaomi** Charger PB1165MI	**Sandberg** Survivor 10000 PD30W	**Realpower** PB-10000 PD (444413)
55	**50**[5]	**36**[5]	**40**[5]	**70**	**40**[5]	**50**	**42**	**41**	**37**
GUT (2,5)	**AUSREICHEND (3,7)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,4)**	**BEFRIEDIGEND (2,8)**	**BEFRIEDIGEND (2,9)**
gut (2,3)	**gut** (1,6)	**gut** (2,4)	**gut** (2,2)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,4)
○	++	+	○	○	++	○	++	⊖	○
++	++	○	++	++	+	⊖	⊖	○	+
++	+	○	+	⊖	○	++	+	+	○
○	+	+	+	+	⊖	○	⊖	+	⊖
befriedigend (3,2)	**befriedigend** (2,7)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**gut** (2,1)	**gut** (2,3)	**gut** (2,4)	**ausreichend** (3,9)	**befriedigend** (2,7)
+	○	○	○	○	○	○	○	○	+
–[4]	++	–[4]	+	++	++	++	++	–[4]	–[4]
○	○	+	○	○	+	+	+	⊖[7]	+
⊖	⊖	○	+	+	+	⊖	⊖	○	○
gut (2,5)	**mangelhaft** (5,0)*)[6]	**sehr gut** (1,0)	**gut** (2,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)
74,0	72,0	36,5	36,0	38,5	36,3	44,4	36,0	37,0	37,0
K. A.	62,0	K. A.	31,5	28,0	29,0	34,0	27,5	K. A.	K. A.
62,5	64,9	31,8	29,3	31,2	34,6	35,8	32,7	28,5	30,2
65/65	65/65	45/45	45/45	23/20	30/30	100/100	120/65	30/30	35/35
■	□	□	□	□	□	□	□	■	□
2/2	2/1	2/0	2/1	1/1	2/1	1/1	2/0	1/1	1/1
100	105	125	125	245	200	70	55	95	295
4,8x10,5x4,8	7,1x11,0x3,0	5,8x13,2x2,8	5,3x8,4x2,6	5,8x12,2x1,2	6,1x9,6x3,2	4,6x11,5x4,6	4,8x14,4x3,6	6,6x12,1x2,7	6,4x8,6x2,9
388	321	268	167	158	212	309	317	201	200

1) Zeigt, wie gut die Powerbank ihre Ladung bei Kälte, Wärme und langer Lagerzeit hält.
2) Laut Anbieter.
3) Mit dem Schnellladestandard Power Delivery.
4) Keine Angabe über die nutzbare Energiemenge.
5) Preis laut Anbieter-Webseite.
6) Nach dem Falltest funktionierte die Powerbank nicht mehr.
7) Die USB-Anschlüsse liegen so nah nebeneinander, dass eine gleichzeitige Verwendung nur schwer möglich ist.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Haushalt & Garten



Gärtnern auf der Fensterbank

Chilis, Paprika und Tomaten vorziehen

Empfindliche Gemüsesorten wie Tomaten, Paprika, Chilis, Auberginen oder auch Artischocken lassen sich ab Februar im beheizten Gewächshaus oder auf einer sonnigen Fensterbank vorziehen. Es gibt zwei bewährte Möglichkeiten, um Chili- oder Paprikasamen zu säen. Wenn Sie nur geringe Mengen produzieren wollen, geben Sie ein paar Samen in die Mitte eines kleinen Topfes. Nachdem sie aufgegangen sind, dünnen Sie die Sämlinge aus und lassen die kräftigsten weiterwachsen. Sind sie groß genug, topfen Sie die Pflänzchen um. Wollen Sie viele Pflanzen heranziehen, säen Sie diese zunächst in eine flache Schale aus. Später vereinzeln Sie die Keimlinge in verschiedene Töpfe, in denen sie genügend Platz zum Weiterwachsen haben. Weitere Tipps zum erfolgreichen Gärtnern gibt unser neues Gartenjahrbuch.



Buchtipp. Das große Gartenjahrbuch der Stiftung Warentest, erhältlich für 29,90 Euro unter test.de/shop.

Gebäudecheck Wärmepumpe

Online-Tool hilft bei Heizungstausch

Ist mein Haus fit für eine Wärmepumpe? Sollten Heizkörper nachgerüstet oder Wände gedämmt werden? Diese Fragen beantwortet der „Gebäudecheck Wärmepumpe“, ein kostenloses Angebot für Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer. Das Ifeu-Institut hat ihn im Auftrag des Umweltbundesamtes programmiert, zu finden unter ifeu.de/gebaeudecheck-waermepumpe. Das Tool ermittelt die Heizlast des Hauses und empfiehlt Maßnahmen, um es fit zu machen für eine Wärmepumpe. Laut dem Umweltbundesamt reicht es oft schon, Heizkörper in einzelnen Räumen auszutauschen, um die Effizienz zu erhöhen. Die Effizienz einer Wärmepumpe hängt stark von der Vorlauftemperatur des Heizsystems ab. Je niedriger sie ist, desto weniger Strom braucht die Pumpe, um ein Haus zu heizen.



Küchenwaagen im Test

Gut abgewogen

Digitale Küchenwaagen wiegen meist sehr genau. Aber haben sie auch praktische Knöpfe, ist das Display beim Wiegen lesbar und erlöscht nicht zu schnell wieder? Das prüfte der niederländische Consumentenbond an 23 Waagen. Testsieger ist die Strex SP302 für etwa 15 Euro. Sie misst bis zehn Kilogramm, die meisten anderen bis fünf. Ebenfalls empfehlenswert und in Deutschland erhältlich sind Tefal Optiss BC50U0 (20 Euro) und Beurer KS 25 (ab 20 Euro, mit Schale). Eine über 120 Euro teure Smeg ist top zu bedienen, wiegt aber recht ungenau.



Strex SP302.
Preis: 15 Euro.

Foto: IMAGO / Zoonar; Stiftung Warentest; Adobe Stock / Lightfield Studios; Consumentenbond

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Fritteusen im Test

Top-Pommes ab 65 Euro

Fritten für alle – unser belgisches Partnermagazin Testachats hat 24 Fritteusen geprüft und empfehlenswerte gefunden. Die besten Geräte gibts auch in Deutschland.

Zwei Fritteusen landeten mit jeweils 74 von 100 Punkten im belgischen Test ganz vorn: Frifri 5848 und Fritel Frytastic 5150. Die Tester lobten: „Die Pommes haben eine schöne Textur, sind sehr knusprig und perfekt goldbraun." Frifri 5848 bereitet bis zu 1000 Gramm Kartoffelstäbchen auf einmal zu und ist in Deutschland ab 105 Euro erhältlich. Fritel Frytastic 5150 gibt es hierzulande ab 140 Euro.



Frifri 5848.
Preis: ab 105 Euro.

Knackpunkt Reinigung. Volle Punktzahl für Pommes-Bräunung, -Knusprigkeit und -Textur erhielt auch die Domo DO458FR für nur 65 Euro. Allerdings war sie laut Testachats in der Reinigung die schlechteste im Test von 24 Fritteusen. Auch an etlichen anderen Modellen bemängelten die Tester die Reinigung und die sogenannte „Kaltzone". Das ist ein Bereich am Boden der Fritteuse, der weniger heiß ist. Lebensmittelreste sollen dorthin sinken – damit sie nicht verbrennen und das Öl verunreinigen.

Fett wechseln. Grundsätzlich empfehlen die belgischen Tester, Frittierfett nach fünf bis sechs Durchgängen zu wechseln. Beim mehrfachen Verwenden des Frittierfetts sammeln sich Reste von Lebensmitteln im Fett an – was den Geschmack verändern und sich negativ auf die Gesundheit auswirken kann.

Richtig entsorgen. Füllen Sie das restliche Fett in ein Glas mit Deckel und geben Sie dieses verschlossen in den Restmüll. Im Biomüll wollen viele Kommunen kein Frittierfett haben, da der Fettfilm die Kompostierung stören kann. Auch in den Ausguss oder in die Toilette gehört das Fett nicht – es kann die Leitungen verstopfen.

Rückruf Osram-LEDs

Stromschlag möglich

Die Ledvance GmbH ruft LED-Lampen der Marke Osram zurück. Die Kunststoffabdeckung kann sich lösen. Fehlt sie, ist ein Stromschlag möglich. Betroffen sind:
• LED Star GX53 40 120° 4,9W/827 230V Osram, Identifizierungsnummer AC45702,
• LED Star GX53 40 120° 4,9W/840 230V Osram, Identifizierungsnummer AC45703.
Die Lampen wurden zwischen Juni 2024 und Mai 2025 verkauft. Zu erkennen sind sie zudem an den Herstellungslosen FL4j, FL4E, FL4H, FL4O, FL4R. Diese und auch die Identifizierungsnummern stehen auf der Verpackung und auf den Lampen selbst. Ledvance bittet darum, die Lampen nicht zu verwenden und sich für Umtausch oder Erstattung des Kaufpreises per E-Mail zu melden. Die Adresse lautet: contact@ledvance.com.



Abdeckung löst sich. GX53-Lampen von Osram sollen nicht mehr benutzt werden.

Foto: Getty Images / Guillermo Spelucin R.; LABPRO; www.ledvance.com

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Der Beste.
Der Bosch Unlimited 10 BTS1042WAC ließ im Test seine Konkurrenten hinter sich.

Kabellos glücklich

Akku-Staubsauger Sieben gute Modelle sorgen für Glanz in jeder Hütte. Aber sechs der insgesamt 14 Sauger überzeugen nicht: Sie lassen unter anderem zu viel Schmutz liegen.

Staubsaugen ohne Kabel klingt nach Hausarbeit mit links – und tatsächlich lassen sich die Akku-Modelle im Test meist kinderleicht bedienen. Doch ansonsten gleicht der Markt einer Wundertüte: Vom Supersauger bis zum Flop ist alles dabei. Im Test sind gleich vier Modelle ausreichend, zwei sogar mangelhaft. Bei ihnen ließ die Saugleistung zu wünschen übrig. Kabellos glücklich geht dennoch, etwa mit dem Bosch Unlimited 10. Keiner schnitt beim Saugen in unseren Tests der letzten Jahre besser ab als er.

Die Tabelle zeigt zehn neue Akku-Staubsauger und vier Top-Geräte aus 2025. Knapp hinter dem neuen Spitzenreiter Bosch Unlimited 10 landen gleichauf der neue Rowenta RH9B36WV für 449 Euro sowie zwei baugleiche Miele-Sauger aus dem Vortest: Duoflex HX1 Cat & Dog (416 Euro) und Duoflex HX1 Total Care (470 Euro). Sie unterscheiden sich lediglich im mitgelieferten Zubehör. Zu den empfehlenswerten Neulingen zählt auch ein AEG-Sauger. Er ist mit 629 Euro zwar nicht günstig, kommt aber mit Ersatzakku und Absaugstation, die den Staubbehälter automatisiert leert.

Die Besten entfernen auch Tierhaar

Rundum zuverlässig reinigen der Testsieger Bosch Unlimited 10 sowie die beiden Miele-Sauger: Sie befreien Hartboden und Teppich gut oder sogar sehr gut von feinem Staub und grobem Schmutz, entfernen Tierhaare schnell vom Teppich und Fasern von Polstern. Die meisten Konkurrenten schwächeln dagegen in der einen oder anderen Saugdisziplin. Und die Modelle von Anyson und Shark fallen in ihrer Hauptaufgabe sogar komplett durch.

Dyson-Nachahmer saugt mangelhaft

Der Anyson zählte in unserem Einkaufszeitraum zu den Verkaufsschlagern auf Amazon – mit über 4 600 Nutzerbewertungen. Optisch erinnert das Gerät stark an teure Dyson-Modelle, es kostet aber nur rund 160 Euro. Durchschnittliche Bewertung auf Amazon: 4,5 von 5 Sternen.

Auch unsere Tester kamen mit dem handlichen Anyson gut klar. Allerdings zeigte der Labortest, dass er zu viel Dreck liegen lässt, vor allem Staub und Tierhaare, sowohl auf Teppich als auch auf Hartboden. Für die fehlende Saugkraft vergeben wir die schlechteste Note: Mangelhaft (5,5). →

Unser Rat

Testsieger: Der Bosch Unlimited 10 BTS1042WAC reinigt Teppich, Hartböden und Polster gut oder sogar sehr gut. Er kostet allerdings 699 Euro.
Preistipp: Der gute Rowenta X-Force Flex 13.60 Allergy RH9A36 kostet nur 239 Euro.
Umwelttipp: Wer bereits Bosch-Geräte mit dem Akku Power for All 18 V besitzt, kann diesen auch für den Unlimited 10 oder den ebenfalls guten Unlimited 7 nutzen und die Geräte solo kaufen. Das schont Ressourcen und spart Geld.

Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Ungebunden. Ohne Kabelziehen macht Absaugen mehr Spaß – und gelingt mit den besten Akkusaugern gründlich.

Foto: Westend61 / Giorgio Fochesato

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Mittlerweile ist der Anyson von der Amazon-Plattform verschwunden.

Ebenfalls mangelhaft reinigt der Shark. Die Geräte von Samsung, Tineco, Philips und Xiaomi kommen beim Saugen auf ein Ausreichend. Der Samsung lässt Tierhaar und Fasern auf Teppich zurück. Tineco, Philips und Xiaomi versagen beim Polster.

Philips pustet Feinstaub aus

Der Philips-Sauger hat ein weiteres Problem. Er hält den aufgesaugten Staub nur mangelhaft zurück und bläst zu viel Feinstaub in die Raumluft. Die feinen lungengängigen Partikel können vor allem Hausstauballergiker belasten.

In seinem Griff und sowie im Griff des Xiaomi-Saugers fanden wir zudem Naphthalin. Der polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoff (PAK) steht im Verdacht, Krebs zu erzeugen. Der Gehalt lag jeweils knapp unterhalb des Grenzwerts, den das GS-Siegel für Geprüfte Sicherheit erlaubt. Das bewerten wir noch mit Ausreichend.

Akku hält keine zehn Minuten

Für die Prüfung der Akkulaufzeit stellen die Tester die Leistung jedes Geräts so ein, dass es sich mit einer bestimmten Kraft schieben lässt. Das ist bei allen die höchste Saugstufe. Bei voller Kraft geht dem Xiaomi schon nach sechs Minuten die Puste aus. Neun Minuten sind es beim Samsung. Der Shark saugt mit rund einer halben Stunde am längsten – nur leider wenig gründlich.

Der AEG und der Bosch Unlimited 10 verfügen über einen mitgelieferten Zweitakku, können also doppelt so lange arbeiten, wenn beide geladen sind. Die Bosch-Akkus sind zudem Systemakkus, das heißt, sie lassen sich in vielen weiteren Geräten und Werkzeugen von Bosch nutzen.

Auf niedriger Stufe arbeiten die Sauger länger. Sie reicht für Krümel auf Parkett meist völlig aus. Ein weiterer Vorteil: Weniger Lärm als auf höchster Stufe. Bei voller Power röhren der Samsung und der Tineco besonders laut. Eine niedrige Leistung schont dagegen nicht nur die Ohren, sondern auch den Akku und verlängert seine Lebensdauer.

Mehr als sechs Stunden Ladezeit

Zum vollständigen Aufladen brauchen die Energiespeicher zwischen knapp einer und über sechs Stunden. Besonders zügig geht es bei den beiden Bosch-Modellen dank des beiliegenden Schnellladegeräts. Lange 6 Stunden und 41 Minuten lädt der Anyson, fünf Stunden der Rowenta RH9B36WV.

Mit der Zeit lässt die Kapazität jedes Akkus nach. Je nachdem, wie das Gerät genutzt wird, ist nach einigen Jahren ein neuer Akku fällig. Beim Dyson eher früher als später. Sein Akku verlor im Haltbarkeitstest am stärksten an Kapazität – der Ersatzakku kostet bei Dyson stolze 149 Euro. Noch problematischer: Der Akku des Xiaomi lässt sich durch Benutzer gar nicht wechseln – das kann nur der Kundendienst.

Nur einer steht selbstständig

Im Alltag lassen sich die Akkusauger überwiegend leicht bedienen. In der Pause können sie jedoch zu Stolperfallen werden: Sie müssen liegend oder an eine Wand gelehnt parken. Nur der Shark kann selbstständig stehen, dank eines klappbaren Saugrohrs – ein gutes Feature, das aber seine schlechte Saugleistung nicht aufwiegt.

Praktischerweise lässt sich jedes Gerät zum kleinen Handsauger umbauen. So erreicht man selbst schwer zugängliche Stellen und kann Autositze absaugen – mit einem der guten Modelle werden sie dabei sogar richtig sauber. ■ →

Text: Claudia Till; Testleitung: Michael Morys; Produktauswahl: Diana Senger; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Hygienisch.
Der gesammelte Schmutz landet beim AEG im Staubbeutel der mitgelieferten Station.

Staubbehälter

Absaugstationen machen das Leeren leichter

Die Akkusauger haben eine Staubbox ohne Beutel. Teils muss sie oft geleert werden. Hygienischer sind automatische Absaugstationen.

Akkustaubsauger sind praktisch, aber das Leeren der Staubboxen nervt viele Nutzerinnen und Nutzer. Absaugstationen sollen es bequemer und hygienischer machen. Wir sagen, wie sie funktionieren und für wen sie sich lohnen.

Staubboxen fördern Staubwolken. Die Staubbehälter bestehen bei den Modellen im Test aus transparentem Kunststoff. So lässt sich erkennen, wann sie voll sind und geleert werden müssen. Beutellose Sauger sparen Folgekosten, bringen aber auch Herausforderungen mit: Beim Auskippen wirbelt schnell Staub hoch, Krümel fallen daneben, und wer Allergien hat, sollte Maske tragen und den Schmutz besonders vorsichtig ausschütteln – am besten draußen direkt über der Mülltonne.

Teils häufiges Leeren nötig. Wie oft die Box geleert werden muss, hängt vor allem davon ab, wie schnell sich die Filter zusetzen und dadurch die Saugkraft nachlässt. Je seltener man den Behälter öffnen muss,

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

So haben wir getestet

Im Test: 14 beutellose Akku-Staubsauger, darunter 10 neue und 4 gute, noch erhältliche Modelle, deren Testergebnisse wir erstmals in den Heften 2/25 oder 8/25 veröffentlichten. Die neuen Modelle kauften wir von März bis Juli 2025 ein. Die Gerätepreise wurden im November 2025 von Geizhals.de erhoben. Die Preise für die Wechselakkus erfragten wir im November 2025 bei den Anbietern.
Untersuchung: Die Prüfungen und die Darstellung der Ergebnisse entsprechen unserem Akku-Staubsauger-Test in Ausgabe 2/25. Alle Details zu den Prüfmethoden stehen zudem unter test.de/staubsauger/methodik.

Abwertungen

Abwertungen führen dazu, dass sich Mängel verstärkt auf das Qualitätsurteil der Stiftung Warentest auswirken. Sie sind in der Tabelle mit Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen setzten wir ein:
Saugen: Ab dem Urteil Gut (2,1) werten wir das Qualitätsurteil ab. Lautet das Urteil für Saugen Mangelhaft, kann das Qualitätsurteil nicht besser sein.
Staubaufnahme: Ab der Note Ausreichend für die Staubaufnahme von Teppich- oder Hartboden werten wir das Urteil Saugen ab.
Faseraufnahme: Ab der Note Mangelhaft für die Faseraufnahme von Teppich oder Polster werten wir das Urteil Saugen ab.
Staubrückhaltevermögen: Ab der Note Befriedigend für das Staubrückhaltevermögen werten wir das Urteil Umwelteigenschaften ab.
Geräusch: Ab Befriedigend für das Geräusch auf Teppichboden werten wir das Urteil Umwelteigenschaften ab.
Haltbarkeit: Ab dem Urteil Befriedigend werten wir das Qualitätsurteil ab.
Schadstoffe: Ab dem Urteil Ausreichend werten wir das Qualitätsurteil ab.
Je schlechter die Urteile ausfallen, desto stärker ist der jeweilige Abwertungseffekt.

Belastungstest. 75 Stunden lief jedes Modell über Teppich mit einer Stolperstelle.



desto angenehmer ist das Gerät im Alltag. Um objektiv festzustellen, wann der Container voll ist, messen wir, ab welchem Punkt die Saugkraft unter einen bestimmten Wert sinkt. Bei den Geräten im Test ohne Station muss unser Modellhaushalt die beiden Bosch-Sauger am häufigsten leeren: 27 beziehungsweise 28 Mal im Jahr. Den Dyson V11 dagegen nur 9 Mal.

Stationen schlucken Schmutz. Eine Alternative sind Akkustaubsauger mit Absaugstation. In diese klickt man das Gerät ein, und die Station saugt den Inhalt der Staubbox automatisch in einen größeren Behälter oder einen Beutel. Die Hände bleiben sauber, es wirbelt nichts herum, Allergiker können sicherer durchatmen. Die Station lädt gleichzeitig den Akku.

Höhere Kosten mit Station. Im Test liefern AEG, Samsung und Tineco eine Station mit. Der Haken: Solche Kombi-Modelle sind tendenziell teurer und beanspruchen etwas mehr Platz. Die Stationen von AEG und Samsung brauchen je nach Putzintervall und Wohnungsgröße alle paar Monate einen neuen Staubbeutel. Er kostet bei AEG etwa 2,30 Euro pro Stück, bei Samsung 3,80 Euro. Der Wechsel ist unkompliziert. Die Tineco-Station hat einen Behälter statt Beutel – er muss über der Mülltonne geleert werden. Immerhin deutlich seltener als die kleine Staubbox des Saugers.

Fazit: Beste Wahl für Allergiker und alle, die auf häufige Gänge zur Mülltonne verzichten möchten, ist der gute AEG AP83A25XNX mit Station für 629 Euro.



Staubig. Die Bosch-Box muss man oft und von Hand leeren.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Akku-Staubsauger: Sieben Gute ab 239 Euro

Produkt	**Bosch** Unlimited 10 BTS1042WAC	**Miele** Duoflex HX1 Cat & Dog	**Miele** Duoflex HX1 Total Care[7)]	**Rowenta** X-Force Flex 14.80 RH9B36WV	**Bosch** Unlimited 7 BSS715CARP	**AEG** AP83A25XNX
Zuerst veröffentlicht in Heft	**Neu**	8/25	8/25	**Neu**	2/25	**Neu**
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	**699**	**416**	**470**	**449**	**401**	**629**
QUALITÄTSURTEIL **100 %**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,5)**
Saugen **45 %**	**gut** (1,8)	**gut** (2,1)	**gut** (2,1)	**gut** (2,3)	**gut** (2,2)	**gut** (2,3)
Staubaufnahme: Teppichboden/Hartboden	+/+	+/++	+/++	+/⊖*)	+/+	⊖*)/++
Grobgutaufnahme: Teppichboden/Hartboden	+/++	+/+	+/+	○/○	○/○	+/++
Faseraufnahme: Teppichboden/Polster[1)]	+/++	+/+	+/+	++/++	+/++	+/+
Tierhaaraufnahme: Teppichboden	+	+	+	++	○	○
Ritzen/Ecken und Kanten	++/++	++/+	++/+	++/++	++/++	++/++
Akkulaufzeit[2)]	○	⊖	⊖	○	○	○
Handhabung **30 %**	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,3)	**gut** (2,3)
Gebrauchsanleitung/Montage, Demontage	+/+	+/○	+/○	+/○	+/○	○/+
Griffe/Schalter, Anzeigen	○/+	+/+	+/+	○/+	+/+	○/+
Teppichboden saugen/ Krümel vom Teppichboden saugen	+/+	+/○	+/○	+/+	+/○	+/+
Hartboden saugen/ Kaffeepulver vom Hartboden saugen	+/+	+/+	+/+	+/○	+/+	+/○
Treppen saugen/Polster saugen[1)]	+/○	+/+	+/+	+/+	+/++	+/○
Kleinsauger-Modus: Umbau/Saugen	+/○	○/○	○/○	○/⊖	+/+	○/○
Staubbox leeren, Filter wechseln/Düsen reinigen	⊖/○	⊖/○	⊖/○	⊖/○	⊖/○	+/+
Gerät tragen/aufbewahren	○/○	○/○	○/○	+/○	○/○	○/+
Akku: Wechsel/Ladezeit	○/++[5)]	⊖/+	⊖/+	○/⊖	○/++[5)]	○/+
Umwelteigenschaften **15 %**	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,1)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (3,3)	**befriedigend** (3,4)
Staubrückhaltevermögen	+	+	+	+	○	+
Geräusch: Teppichboden/Hartboden	⊖*)/○	⊖*)/○	⊖*)/○	○*)/○	⊖*)/○	⊖*)/⊖
Stromverbrauch/Wechselbarkeit des Akkus	+/++	+/+	+/+	+/++	+/++	○/++
Haltbarkeit **10 %**	**gut** (1,9)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**gut** (2,0)	**gut** (2,4)
Sicherheit **0 %**	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,3)
Schadstoffe **0 %**	**gut** (1,9)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)	**gut** (2,2)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)
Ausstattung/Technische Merkmale						
Gewicht (kg)/Aufstellhöhe ca. (cm)	3,7/133	3,1/132	3,1/132	3,2/126	3,5/131	3,2/108
Staubbox/Absaugstation	■/□	■/□	■/□	■/□	■/□	■/■
Nutzbares Volumen des Staubbehälters (l)/ Anzahl notwendiger Entleerungen pro Jahr[3)]	0,5/27	0,9/24	0,9/24	0,7/15	0,5/28	0,6/28
Fugen-/Polsterdüse/Mini-Elektrobürste/Möbelbürste	■/■/□/■	■/■/■/■	■/■/■/■	■/■/□/■	■/■/□/■	■/□/■/■
Akkulaufzeit bei maximaler Leistungseinstellung ca. (min)[4)]/Akkuladezeit ca. (h:min)	13/0:57[6)]	12/3:15	12/3:15	17/5:04	15/1:11[8)]	12/3:00
Wechselakku mitgeliefert/Kosten ca. (Euro)	■/70	□/99	□/99	□/119	□/80	■/100

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 43).
■ = Ja. □ = Nein.
K. A. = Keine Angabe.

1) Geprüft mit Polsterdüse oder geeignetem Zubehör.
2) Bewertung inklusive Wechselakku, falls mitgeliefert.
3) Grundlage der Berechnung: 1,9 kg anfallender Staub pro Jahr. Leeren der Staubbox bei Erreichen von 60 Prozent des maximalen Unterdrucks.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Rowenta X-Force Flex 13.60 Allergy RH9A36	**Dyson** V11 Advanced	**Samsung** Bespoke AI Jet Lite VS80F28EFP/WD	**Philips** 5000 Series Flex XC5242/10	**Tineco** Pure One Station 5	**Xiaomi** G20 Max	**Shark** PowerPro IZ380EU	**Anyson** Stars 5
2/25	**Neu**	**Neu**	**Neu**	**Neu**	**Neu**	**Neu**	**Neu**
239	**520**	**559**	**209**	**330**	**235**	**228**	**159**
GUT (2,5)	**BEFRIEDIGEND (2,7)**	**AUSREICHEND (3,6)**	**AUSREICHEND (3,7)**	**AUSREICHEND (3,9)**	**AUSREICHEND (4,4)**	**MANGELHAFT (4,9)**	**MANGELHAFT (5,5)**
gut (2,5)*)	**gut** (2,4)	**ausreichend** (3,6)*)	**ausreichend** (3,7)*)	**ausreichend** (3,9)*)	**ausreichend** (4,1)	**mangelhaft** (4,9)*)	**mangelhaft** (5,5)*)
+/⊖*)	○/++	○/+	○/○	⊖/○	⊖/○	−*)/⊖	−*)/⊖
○/○	○/○	○/○	⊖/○	○/○	⊖/+	⊖/○	○/+
+/+	+/⊖	−*)/+	+/−*)	○/−*)	⊖/−*)	○/+	−/−
+	+	−	○	○	⊖	○	−
++/+	++/++	++/++	++/++	○/++	++/++	−/⊖	−/+
⊖	⊖	⊖	⊖	⊖	−	+	○
gut (2,5)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,2)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (2,5)
+/○	○/○	⊖/+	○/+	○/+	○/+	○/+	○/+
○/+	○/+	+/+	+/+	+/○	○/+	+/+	○/+
+/+	+/+	+/○	+/○	+/+	+/+	+/○	+/○
+/○	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/○	+/○
+/○	+/○	+/+	+/○	+/○	+/+	○/○	+/+
○/⊖	+/⊖	+/+	+/○	○/○	+/○	+/○	+/○
⊖/○	⊖/○	+/○	⊖/○	+/○	⊖/○	⊖/○	⊖/○
+/+	+/+	○/+	+/○	○/+	+/○	+/○	+/+
+/+	○/○	+/+	○/○	+/+	Entfällt/+	+/+	○/−
befriedigend (2,8)	**befriedigend** (3,4)	**befriedigend** (3,5)	**ausreichend** (4,3)	**ausreichend** (3,8)	**ausreichend** (3,8)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (3,1)
○	++	++	−*)	○	+	++	○*)
○*)/○	−*)/⊖	−*)/−	⊖/⊖	−*)/−	⊖*)/⊖	⊖*)/+	○/+
++/++	+/++	⊖/++	++/++	+/++	○/⊖[10)]	++/++	+/++
sehr gut (1,2)	**befried.** (2,7)*)	**gut** (2,4)	**sehr gut** (1,1)	**gut** (2,2)	**gut** (2,4)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,3)
sehr gut (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**gut** (1,8)
sehr gut (1,0)	**gut** (1,6)	**sehr gut** (1,0)	**ausreich.**(3,9)[9)]	**sehr gut** (1,0)	**ausreich.** (4,5)*)[9)]	**gut** (1,9)	**gut** (1,7)
3,1/125	3,0/126	2,7/112	2,8/129	3,0/130	3,0/128	3,4/127	2,8/101
■/□	■/□	■/■	■/□	■/■	■/□	■/□	■/□
0,7/16	0,9/9	0,6/15	0,7/18	0,7/58	0,7/15	1,1/18	0,7/15
■/■/□/■	■/■/□/■	■/■/■/■	■/■/□/■	■/□/□/■	■/□/■/■	■/■/□/■	■/■/□/■
10/2:34	14/3:57	9/2:52	10/4:17	11/2:30	6/2:10	27/3:01	21/6:41
□/99	□/149	□/250	□/100	□/60	□/90	□/K. A.	□/K. A.

4) Gemessen auf Teppich, für einen Akku.
5) Zwei Ladegeräte mitgeliefert. Bewertet mit Schnellladegerät.
6) Gemessen mit Schnellladegerät. Mit Netzteil 3:49 h:min.
7) Bis auf anderen Zubehörumfang gleich mit Duoflex HX1 Cat & Dog, von uns auf Plausibilität geprüft.
8) Gemessen mit Schnellladegerät. Mit Netzteil 4:50 h:min.
9) Enthält einen hohen Gehalt des PAK Naphthalin im Gerätegriff, dieser liegt unterhalb des Grenzwertes des GS-Zeichens.
10) Fest verbaut. Nur vom Kundendienst wechselbar.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Kraftvoll und gefährlich

Mini-Kettensägen Vier Geräte sind mangelhaft, zwei dürften in der Europäischen Union gar nicht verkauft werden. Gute Modelle gibt es inklusive Zubehör ab rund 190 Euro.

Was für eine Power! Unsere Prüfer gehen mit zwei Kilogramm leichten Mini-Kettensägen auf einen 30 Zentimeter dicken Baum los – und fällen ihn fast mühelos. Die akkubetriebenen Geräte werden auch Gehölzschneider oder Akku-Astsägen genannt und sind bei Käuferinnen und Käufern gerade sehr beliebt. Es gibt sie beim Discounter, im Baumarkt oder als vermeintliches No-Name-Schnäppchen im Internet. Doch in ihrer Kraft liegt auch eine Gefahr: Wer sie falsch bedient, kann sich schwer verletzen. Wir haben 15 Modelle getestet. In die Prüfung kamen Geräte von etablierten Anbietern wie Stihl und Makita für mehrere Hundert Euro, aber auch günstige Online-Angebote für unter 50 Euro – jeweils inklusive Akku und Ladegerät.

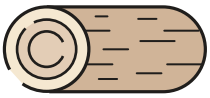
Vier Gehölzschneider sind mangelhaft. Zwei davon fehlen gesetzlich vorgeschriebene Sicherheitsunterlagen: Die Produkte von Masko und Rinoxar hätten in der EU gar nicht verkauft werden dürfen. Den Testsieg holt sich die Stihl GTA 40 (459 Euro), gute Modelle für etwa 200 Euro bieten Al-

Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Gut abgeschnitten. Testsieger Stihl GTA 40 sägt sich in wenigen Sekunden auch durch dicke Stämme.



16

Raummeter Brennholz haben wir mit den Mini-Kettensägen während der Prüfungen gesägt.

Ko und Einhell. Im Detail gibt es aber klare Unterschiede, zum Beispiel in Bezug auf Kettenschmierung und -wechsel.

Im Test mussten die Mini-Kettensägen Hartholz wie etwa Buche sägen sowie sich an frischem Weichholz wie Fichte, Weide und Hasel beweisen. Das schafften sie überraschend schnell: Die Modelle von Ryobi und Skil durchschnitten zehn Zentimeter dickes Weichholz in nur vier Sekunden. Mit elf Sekunden am langsamsten waren hier Güde und Litheli. Für Hartholz brauchten die Geräte kaum länger: Skil schaffte die zehn Zentimeter in fünf Sekunden. Wichtig dabei: Nicht zu stark drücken! Bosch, Makita und Scheppach blockieren recht schnell.

Kraft zum Roden ganzer Gärten

Alle geprüften Gehölzschneider bieten genug Power, um auch größere Gärten komplett zu roden. Doch die Kraft will gebändigt werden – wir empfehlen dringend, die Geräte mit zwei Händen zu bedienen: Eine Hand umschließt den Griff, die andere liegt sichernd auf einer dafür vorgesehenen Fläche am Gehäuse. Durch ihre Bauart und das geringe Gewicht können Gehölzschneider im Unterschied zu konventionellen Kettensägen auch mit nur einer Hand bedient werden – und es ist absehbar, dass viele Nutzerinnen und Nutzer das auch tun werden. Doch wer mit der einen Hand das Holz hält und mit der anderen sägt, kann abrutschen und sich schwer verletzen.

Einhändig und zweihändig geprüft

Wir sind in diesem Test einen ungewöhnlichen Weg gegangen und haben alle Mini-Kettensägen – sofern möglich – sowohl einals auch zweihändig geprüft. Und zwar unabhängig davon, ob das in den Anleitungen beschrieben wird oder nicht. Die Noten aus beiden Prüfpunkten sind bei vielen Geräten recht ähnlich: Mit einer Hand lässt sich im Geäst besser manövrieren, mit zwei Händen ist der Körper besser ausbalanciert und die Säge besser unter Kontrolle. Aber: Vier Gehölzschneider können gar nicht sicher zweihändig genutzt werden, weil es keine Griffstelle für die zweite Hand gibt. Das halten wir für zu gefährlich und haben deshalb die geprüften Mini-Kettensägen von Litheli, Masko, Obi Lux Tools und Rinoxar abgewertet. Wir folgen damit auch den bisher vorliegenden technischen Empfehlungen. Eine Norm gibt es für diese Produktgruppe bislang nicht, aber einen als „Recommendation for Use“ bezeichneten Vorläufer. Er besagt, dass Gehölzschneider mit zwei Händen nutzbar sein müssen, ihre Schwerter nicht länger als 20 Zentimeter sein und ihre Ketten im Leerlauf nicht schneller als acht Meter pro Sekunde laufen dürfen. So erklärt sich auch das Urteil Ausreichend bei mechanischer Sicherheit für das Modell von Scheppach: Die Sägekette lief mit etwa neun Meter pro Sekunde.

Ein weiterer auffallender Punkt in unserer Prüfung ist „Pflege und Wechsel der →

Unser Rat

Testsieger: Die Stihl GTA 40 holt sich den Testsieg, kostet aber von allen getesteten Geräten am meisten (459 Euro, inklusive Akku und Ladegerät). Preiswerter, aber kaum schlechter: Skil Akku-Gartensäge 0512CA (246 Euro).
Preistipp: Einhell (184 Euro) und Al-Ko (208 Euro) haben keine echten Schwächen. Ihre Ketten werden aber nicht automatisch geschmiert.
Umwelttipp: Bio-Kettenöl schützt die Kette und schont die Umwelt.

Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

45

Sägeketten haben wir im Test verwendet. Als Schmiermittel dienten 4,5 Liter Bio-Öl.

Kette“. Wer viel mit einem Gehölzschneider arbeitet, wird schnell merken, wie pflegeintensiv diese Hochleistungs-Mini-Sägen sind. Nach jeder Nutzung müssen Mechanik und Kette gereinigt werden, die Kette will geölt und später auch gewechselt werden. Für das Ölen gibt es drei Varianten: manuell per Flasche, per Druckknopf am Gerät oder automatisch über einen Tank. Am einfachsten ist es, automatisch zu schmieren. Hier muss nur immer wieder der kleine Tank aufgefüllt werden. Makita, Skil und Stihl sind die drei Modelle unter den guten, die automatisch schmieren.

Mangelhafte Billig-Produkte

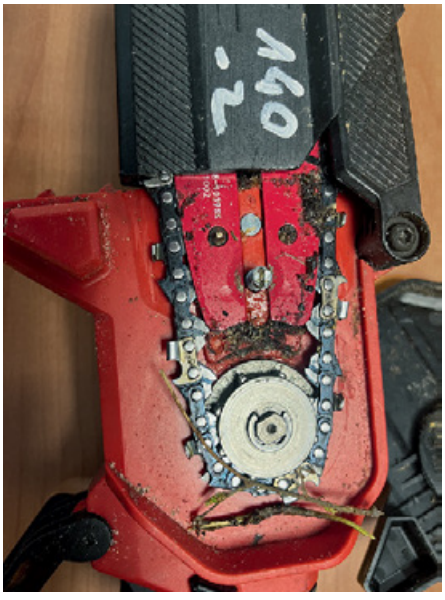
Von den geprüften Billig-Modellen für etwa 50 Euro sollten Nutzerinnen und Nutzer gleich aus mehreren Gründen die Finger lassen. In den Gebrauchsanleitungen der Mini-Kettensägen von Masko und Rinoxar gibt es keine Hinweise auf die erforderliche Baumusterprüfbescheinigung. Diese Bescheinigung von Prüfstellen wie TÜV oder Dekra ist bei Produkten wie Gehölzschneidern aber Voraussetzung, um sie in der Europäischen Union verkaufen zu dürfen. Die beiden Anbieter haben unsere Nachfragen dazu nicht beantwortet.

Darüber hinaus überzeugen Akkus und Ladegeräte nicht: Die Akkus brauchen mindestens drei Stunden zum Laden und liefern auch vollgeladen deutlich weniger Energie, als die Anbieter angeben. ■ →

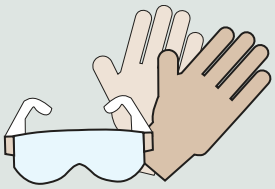
Text: Henning Withöft; Testleitung: Robert Brandt; Produktauswahl: Thomas Grund; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Ölen. Gut geschmierte Ketten sind sicherer und halten länger.



Reinigen. Nach dem Sägen müssen Holz- und Ölreste entfernt werden.



Sicherheit

Darauf sollten Sie beim Sägen achten

Mini-Kettensägen sind sehr kraftvolle Werkzeuge. So schützen Sie sich beim Arbeiten:

Ausrüstung: Tragen Sie schnittfeste Handschuhe und eine Schutzbrille. Feste Schuhe und eng anliegende Kleidung mit langen Ärmeln und Hosenbeinen sind ebenfalls wichtig. Weite Kleidung kann sich in der Kette verfangen, ebenso wie Schals und lange Haare.

Anleitung: Unbedingt lesen! Jedes Modell hat Besonderheiten.

Arbeiten: Achten Sie auf festen Stand und führen Sie die Säge mit beiden Händen. Stellen Sie sich seitlich versetzt zur Schnittlinie, das sichert Sie bei einem Rückschlag. Niemals über Kopf sägen. Den Gehölzschneider direkt am Gehäuse ansetzen und nicht mit der Spitze sägen. Bevor Sie loslegen, überlegen Sie, wohin der abgetrennte Ast fallen wird. Nicht in den Boden sägen. Auch für Routinierte gilt: Vorsichtig bleiben!

Aufräumen: Nach dem Sägen stets den Akku entfernen, insbesondere zum Säubern der Kette. Kette und bewegliche Teile von Holzresten und Ölspuren befreien. Gut gewartete Ketten halten länger. Anschließend Kettenschutz auf das Sägeschwert schieben.

Foto: Stiftung Warentest; Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

So haben wir getestet

Im Test: 15 Gehölzschneider mit einer Schwertlänge von circa 15 Zentimetern. Für die Prüfungen wählten wir nach Möglichkeit Systemakkus mit einer Nennkapazität von 4 Ah sowie vergleichbare Ladegeräte („Stundenladegeräte“) aus. Einkauf im Handel: August bis Oktober 2025. Die Gerätepreise ohne Versandkosten erhob Geizhals.de im November 2025. Die angegebenen Preise für die mitgetesteten Akkus und Ladegeräte sind die von uns bezahlten Einkaufspreise.

Sägen: 40 %

Drei Experten bewerteten das **Sägen von frischem Weich- und Hartholz.** Dabei wurden jeweils mindestens zehn Sägeschnitte an verschiedenen Durchmessern von zwei bis zehn Zentimeter durchgeführt. Die Experten beurteilten unter anderem Zeit, Laufruhe und Schnittqualität. Zudem bewerteten sie **Kettenverschleiß, -spannung und -ölverbrauch** sowie das **Auswerfen von Spänen** und die **Blockier-/Rückschlagneigung** der Geräte.

Handhabung: 30 %

Fünf Hobbygärtner (darunter vier Männer und eine Frau, insgesamt vier Rechts- und ein Linkshänder) und ein Experte bewerteten die **Gebrauchsanleitung** im Hinblick auf Vollständigkeit und Verständlichkeit. Die Tester beurteilten **Pflege und Wechsel der Kette** (etwa Pflege, Einsetzen, Wechseln und Spannen). Beim **Einhand- und Zweihandbetrieb** bewerteten sie unter anderem den Griffkomfort, die Größe und das Gewicht der Geräte sowie die Manövrierfähigkeit in verschiedenen Anwendungsszenarien. Wenn das Gerät keine klar definierte und in der Gebrauchsanleitung beschriebene Grifffläche für den Zweihandbetrieb hatte, prüften wir nur den Einhandbetrieb. Unter dem Punkt **täglicher Gebrauch** bewerteten wir etwa Lautstärke, Vibration, den Kraftaufwand beim Sägen, den Kettenschutz und die maximal erreichbare Schnittlänge. Bei der **Reinigung** wurden die Zugänglichkeit der verschmutzten Teile sowie vorhandene Reinigungshinweise beurteilt, bei der **Lagerung** ein eventuell auftretender Ölverlust.

Haltbarkeit des Gerätes: 10 %

Prüfung des Dauerlaufs mit 2 000 Zyklen. Ein Zyklus bestand aus fünf Sekunden Leerlauf ohne Last, einem simulierten Schnitt in 7 x 7 Zentimeter Fichtenholz und 30 Sekunden Pause. Nach 25 Zyklen folgte eine zehnminütige Pause.
Beim Falltest ließen wir die Mini-Kettensäge aus einem Meter auf Beton fallen. Zwei Experten beurteilten die Verarbeitung des Gerätes zum Beispiel im Hinblick auf Wertigkeit der Materialien.

Mechanische Sicherheit des Gerätes: 10 %

Die Prüfungen zur mechanischen Sicherheit des Gerätes beinhalteten unter anderem die Vollständigkeit und Erklärung der Sicherheitszeichen, ob zwei Grifffläche vorhanden sind, sowie deren Definition als solche. Außerdem prüften wir, ob das Gerät die Anforderungen der „Recommendation for Use“ der entsprechenden Expertengruppe der Europäischen Kommission erfüllt.

Akku und Ladegerät: 10 %

Wir bewerteten die **Effizienz** der Akkus und Ladegeräte, indem wir die Anzahl der Dauerlaufzyklen ins Verhältnis zur Ladezeit setzten. Bei der **nutzbaren Kapazität** beurteilten wir die prozentuale Abweichung zur Anbieterangabe. Im Prüfpunkt **Kurzladung** bewerteten wir, wie viele Dauerlaufzyklen der Akku nach 15 Minuten Laden schafft. Bei der **Selbstentladung** wurde ermittelt, wie viel Kapazität ein vollgeladener Akku nach 30 Tagen Lagerung bei 40 °C verliert. **Sicherheit von Akku und Ladegerät:** Prüfung unter anderem der Festigkeit, Beständigkeit gegen Feuchtigkeit und Schutz vor Überladung.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil auswirken. Sie sind in der Tabelle mit einem Sternchen *) gekennzeichnet:
Ab ausreichender Note für Auswerfen von Spänen oder Blockierneigung werteten wir das Gruppenurteil Sägen ab. Ab der Note Ausreichend für Pflege und Wechsel der Kette werteten wir die Handhabung ab. Ab ausreichender Effizienz werteten wir das Gruppenurteil Akku und Ladegerät ab. Je schlechter das Urteil, desto stärker war der jeweilige Abwertungseffekt. Bei mangelhaftem Zweihandbetrieb werteten wir die Handhabung um eine Note ab.
War das Gruppenurteil mechanische Sicherheit des Gerätes ausreichend, so konnte das Qualitätsurteil nur eine Note besser sein. War es mangelhaft, konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein.



Testfeld. Wir haben alle Mini-Kettensägen an frischem Weich- und Hartholz geprüft.

Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Akku-Gehölzschneider: Vier fallen mit Sicherheitsmängeln durch

Produkt	**Stihl** Akku-Gehölz-schneider GTA 40	**Skil** Akku-Gartensäge 0512CA	**Al-Ko** CSM 1815 Solo	**Einhell** GE-PS 18/15 Li BL-Solo	**Makita** Akku-Astsäge DUC150Z	**Metabo** Akku-Gehölzsäge MS 18 LTX 15
Gesamtpreis ca. (Euro)[1]	**459**[5]	**246**	**208**	**184**	**316**	**344**
Mittlerer Onlinepreis für Gerät ca. (Euro)	266	121[2]	87	97	208	109
Akku, mit dem wir geprüft haben/Preis ca. (Euro)[2]	AS2/42[5]	3104AA/70	B75Li/85	Power-X-Change Plus 4511553/56	BL1840B/72	Li HDX 624974000/120
Ladegerät, mit dem wir geprüft haben/ Preis ca. (Euro)[2]	AL5-2[6]/109	3123AA/55	C50Li/36	Power X-Fastcharger 4512103/31	DC18RC/36	ASC 290/115
QUALITÄTSURTEIL **100 %**	**GUT (1,9)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,3)**
Sägen **40 %**	**gut** (1,8)	**gut** (1,9)	**gut** (2,0)	**gut** (2,0)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,0)
Sägen von frischem Weichholz/Hartholz	++/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
Kette: Verschleiß/Spannung/Ölverbrauch	+/++/+	+/++/+	+/+/+	+/+/+	+/○/+	+/++/+
Auswerfen von Spänen	++	+	+	+	+	+
Blockier-/Rückschlagneigung	○/+	++/+	+/+	++/+	⊖*)9)/+	++/+
Handhabung **30 %**	**gut** (2,4)	**gut** (2,0)	**befriedigend** (2,6)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (1,8)	**befriedigend** (3,5)
Gebrauchsanleitung	+	+	+	○	+	+
Pflege und Wechsel der Kette	○	+	⊖*)7)	⊖*)8)	+	–*)7)8)
Einhand-/Zweihandbetrieb	+/+	+/+	+/+	+/+	+/++	○/+
Täglicher Gebrauch	+	+	+	+	+	+
Reinigung/Lagerung	○/○	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
Haltbarkeit des Gerätes **10 %**	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,9)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)
Mechanische Sicherheit des Gerätes **10 %**	**sehr gut** (1,0)	**gut** (2,5)	**gut** (2,0)	**gut** (2,0)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (1,0)
Akku und Ladegerät **10 %**	**gut** (2,0)	**gut** (1,6)	**gut** (1,9)	**gut** (1,7)	**gut** (1,9)	**sehr gut** (1,5)
Effizienz[3]/Nutzbare Kapazität	○/++	+/++	○/++	+/++	+/+	+/++
Kurzladung[4]/Selbstentladung	+/++	+/+	+/+	+/++	++/○	++/++
Sicherheit von Akku und Ladegerät	++	++	++	++	++	++
Ausstattung/Technische Merkmale						
Kettengeschwindigkeit im Leerlauf ca. (m/s)	8	7	6	5	8	4
Nutzbare Schnittlänge ca. (cm)	14,5	16,0	15,0	12,0	16,5	15,5
Kettenschmierung	Automatisch	Automatisch	Per Druckknopf	Manuell	Automatisch	Manuell
Preis Ersatzkette ca. (Euro)[2]	13,20	24,99	27,20	16,89	17,12	14,14
Gemessene Ladezeit ca. (min)	50	52	92	74	36	44
Ladezustandsanzeige am Akku/Gerät	□/■	■/□	□/■	■/□	■/□	■/□
Gewicht – Gerät ohne Akku ca. (kg)	1,6	1,3	1,6	1,2	1,4	1,7
Gewicht – Akku ca. (kg)	0,4	0,7	0,6	0,6	0,6	0,6
Länge x Breite x Tiefe ca. (cm)	49 x 8 x 24	51 x 9 x 23	46 x 8 x 20	70 x 10 x 15	47 x 9 x 21	48 x 9 x 21

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet" auf S. 49).
■ = Ja. □ = Nein.

1) Preis für Produktkombination aus Gerät, Akku und Ladegerät. Teilweise sind die Komponenten als Set günstiger erhältlich.
2) Von uns bezahlter Einkaufspreis.
3) Verhältnis von Dauerlaufzyklen zu Ladezeit. Ein Zyklus bestand aus 5 Sekunden Leerlauf, einem simulierten Sägeschnitt durch 7 x 7 cm Fichtenholz und 30 Sekunden Pause.
4) Anzahl der Dauerlaufzyklen nach 15-minütiger Ladezeit.
5) Für den Betrieb werden zwei Akkus benötigt.
6) Doppelladegerät zum gleichzeitigen Laden der Akkus.
7) Spannen der Kette aufwendig.
8) Manuelle Kettenschmierung.
9) Gerät neigt zum Blockieren.
10) Kette verliert beim Sägen schnell an Spannung.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Husqvarna Aspire P5-P4A	**Bosch** EasyChain 18V-15-7	**Ryobi** Akku-Astsäge RY18PSX15A-O	**Scheppach** Akku Gehölz-schneider BC-PS150-X	**Güde** Akku Miniketten-säge MK 18-0	**Litheli** U20 20V Mini Kettensäge	**Obi Lux Tools** Akku-Astsäge 1 A-EAS-20/154	**Masko** Mini-Kettensäge 800W	**Rinoxar** Mini Kettensäge PowerCut X7
268	**230**	**337**	**145**	**116**	**230**	**90**	**43**	**46**
129	120	157	90	57[2)]	90	90[16)]	43	46[2)]
P4A 18-B72/79	PBA 18V 1607A350T0/80	RB1840X/120	SBP4.0/30	APPV 18-40/40	U20BY03/80	AK-20/4.0/ Entfällt[17)]	M-MKS 24/ Entfällt[17)]	Keine Angabe/ Entfällt[17)]
P4A 18-C170/60	AL 18V-44/30	RC18150/60	SBC4.5A/25	LG 18-30/19	U20CR00/60	SLG-20/2.4/ Entfällt[17)]	M-MKS 24/ Entfällt[17)]	KS2110/ Entfällt[17)]
GUT (2,4)	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (3,0)**	**BEFRIEDIGEND (3,1)**	**MANGELHAFT (4,7)**	**MANGELHAFT (4,7)**	**MANGELHAFT (5,0)**	**MANGELHAFT (5,0)**
gut (2,1)	**befriedigend** (3,1)	**gut** (2,4)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (2,6)	**gut** (2,4)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (2,9)	**befriedigend** (3,1)
+/+	○/○	+/○	+/○	○/○	○/+	+/○	○/○	○/○
+/+/+	+/○/+	+/+/+	+/⊖[10)]/+	+/+/+	+/++/+	+/+/+	+/+/+	+/+/+
+	+	+	○	○	○	○	⊖*[18)]	⊖*[18)]
○/+	⊖*[9)]/++	+/+	⊖*[9)]/+	○/+	○/+	○/+	+/+	+/+
befriedigend (3,4)	**befriedigend** (2,9)	**ausreichend** (3,7)	**gut** (2,4)	**ausreichend** (4,1)	**ausreichend** (3,8)	**mangelhaft** (4,7)	**mangelhaft** (4,6)	**mangelhaft** (4,6)
+	+	⊖	+	+	○	○	○	○
⊖*[7)8)]	⊖*[8)]	⊖*[8)]	○	–*[7)8)]	+	⊖[7)]	⊖[7)19)]	⊖[7)19)]
+/+	○/○	○/○	+/+	○/⊖[12)]	+/–*[15)]	○/–*[15)]	○/–*[15)]	○/–*[15)]
+	○	+	○	+	+	○	○	○
+/+	○/+	○/+	+/+	○/+	+/+	○/+	+/+	+/+
sehr gut (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,8)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,8)	**gut** (1,8)
gut (2,4)	**sehr gut** (1,0)	**befriedigend** (2,7)	**ausreichend** (4,0)*[11)]	**ausreichend** (3,7)[13)]	**mangelhaft** (4,7)*[15)]	**mangelhaft** (4,7)*[15)]	**mangelhaft** (5,0)*[15)20)]	**mangelhaft** (5,0)*[15)20)]
sehr gut (1,4)	**gut** (1,6)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,7)	**gut** (2,4)	**befriedigend** (2,9)	**gut** (2,1)	**ausreichend** (4,4)	**ausreichend** (4,5)
+/++	+/++	+/++	+/++	⊖*[14)]/++	⊖*[14)]/+	○/++	–*[21)]/–[22)]	⊖*[14)]/–[22)]
++/+	+/++	++/++	+/++	○/+	○/++	+/+	⊖[14)]/○	⊖[14)]/○
++	++	++	++	++	++	++	++	⊖[24)]
4	7	6	9	6	7	5	6	6
12,0	13,0	15,0	15,0	12,5	14,0	11,5	14,5	14,5
Manuell	Manuell	Manuell	Automatisch	Manuell	Automatisch	Per Druckknopf	Per Druckknopf	Per Druckknopf
13,99	7,17	14,99	18,45	14,99	10,33	17,92	Entfällt[23)]	Entfällt[23)]
38	65	55	61	84	84	102	229	180
□/■	□/■	■/□	■/□	■/□	■/□	■/□	■/□	■/□
1,5	1,3	1,3	1,3	1,4	1,2	1,5	1,1	1,1
0,6	0,6	0,7	0,7	0,7	0,5	0,7	0,6	0,6
42 x 8 x 20	41 x 11 x 20	47 x 9 x 20	46 x 10 x 20	41 x 9 x 17	40 x 9 x 21	43 x 12 x 18	43 x 14 x 14	41 x 13 x 14

11) Maximale Kettengeschwindigkeit war im Test etwas höher als von der zuständigen Expertengruppe der Europäischen Kommission gefordert. Es gibt bisher keine Norm, sondern nur eine „Recommendation for Use".
12) Schalter und Griffe sind wenig komfortabel, eingeschränkte Manövrierfähigkeit beim Sägen.
13) Keine Baumusterprüfbescheinigung in der Gebrauchsanleitung angegeben. Auf Nachfrage wurde sie vom Anbieter vorgelegt.
14) Ungünstiges Verhältnis von Dauerlaufzyklen zu Ladezeit.
15) Keine Griffstelle für die zweite Hand vorhanden. Zweihandbetrieb wird in der Anleitung auch nicht erläutert.
16) Preis laut Anbieter-Webseite.
17) Im Set enthalten.
18) Breitflächiges Auswerfen von Spänen beim Sägen.
19) Kettenwechsel ist sehr umständlich.
20) Da keine gültige Baumusterprüfbescheinigung vorliegt, ist das Gerät in der EU nicht verkehrsfähig.
21) Sehr ungünstiges Verhältnis von Dauerlaufzyklen zu Ladezeit.
22) Die nutzbare Akkukapazität weicht stark von den Anbieterangaben ab.
23) Beim Anbieter nicht erhältlich. Im Set ist eine Ersatzkette enthalten.
24) Inverkehrbringer sowie technische Daten sind nicht angegeben.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

NEU



KI bietet Ihnen neue Möglichkeiten, die den Alltag erleichtern und Zeit sparen. Das Buch zeigt, wie gute Prompts für Texte und Bilder formuliert werden, informiert auch über Fallstricke und erklärt, was beim Datenschutz zu beachten ist und warum ein Faktencheck wichtig ist. Mit konkreten Anleitungen, Praxistipps und zahlreichen Anwendungsbeispielen.

160 Seiten I Softcover I 16,5 × 21,5 cm

19,90 €

E-Book: 16,99 €
Best.-Nr. 2184387



Alle Förderungen für Eltern und Alleinerziehende einfach und schnell beantragen, dabei unterstützt Sie dieses Buch. Es beantwortet unter anderem folgende Fragen: Wer nimmt wann und wie lang Elternzeit? Wer bekommt wie viel Elterngeld? Lohnt sich das ElterngeldPlus? Der Ratgeber hilft auch beim Ausfüllen der Anträge und nennt Fristen und Fallstricke.

160 Seiten I Softcover I 16,5 × 21,5 cm

19,90 €

E-Book: 16,99 €
Best.-Nr. 2179377

Ab 27.02.



Mit der neuen Aktivrente bis zu 2.000 Euro monatlich steuerfrei dazuverdienen? Der Ratgeber zeigt alle Möglichkeiten, wie Sie Rente und Job geschickt miteinander verbinden: Renteneintritt verschieben, Frührente mit und ohne Abschläge, Teilzeit- oder Vollzeitarbeit, Voll- oder Teilrente? Musterrechnungen helfen, die beste Variante für sich zu finden.

160 Seiten I Softcover I 16,5 × 21,5 cm

22,90 €

Für Abonnenten: 19,99 €
E-Book: 19,99 €
Best.-Nr. 2184391

Ab 27.02.



Ein Ratgeber für alle, die ihre Finanzen verstehen und bessere Entscheidungen treffen möchten. In 18 kompakten Kapiteln werden komplexe Finanzthemen verständlich und unterhaltsam erklärt und die wichtigsten Fragen rund ums Geld beantwortet: Warum zahlen wir mit dem Euro? Wie schlimm ist Inflation wirklich? Macht Geld glücklich?

224 Seiten I Softcover I 12,6 × 19,0 cm

16,90 €

E-Book: 13,99 €
Best.-Nr. 2184383

Profitieren Sie vom Know-how unserer Experten

NEU



Dieser Ratgeber unterstützt Sie mit Checklisten bei der Organisation einer guten Pflege und bietet schnell und übersichtlich Antworten auf die wichtigsten Fragen. Mit heraustrennbaren Formularen – etwa dem Pflegeprotokoll zur Vorbereitung des Gutachterbesuchs, dem Antrag auf Pflegegrad oder dem Antrag auf Pflegezeit beim Arbeitgeber.

4., aktualisierte Auflage
144 Seiten I Softcover I 21,0 × 29,7 cm

16,90 €

E-Book: 13,99 €
Best.-Nr. 2184389

Ab 27.02.



Das ist einfacher, als Sie denken! Das Set führt Sie Schritt für Schritt durch den Prozess: von der Bestandsaufnahme über die Budgetplanung bis hin zu Ihrer ganz persönlichen Vorsorgestrategie. Egal ob Sie angestellt oder selbständig sind, gerade ins Berufsleben starten oder spät dran sind, es gibt für jeden die passende Lösung.

144 Seiten I Softcover I 21,0 × 29,7 cm

16,90 €

E-Book: 13,99 €
Best.-Nr. 2184376



Das Set bietet Orientierung in einem herausfordernden Marktumfeld und ist ein verlässlicher Begleiter auf dem Weg zur eigenen Immobilie. Alle Schritte im Kaufprozess von der Immobiliensuche bis zum Eigentumsübergang werden erläutert. Checklisten und Musterformulare machen es zu einem wertvollen Arbeitsinstrument.

144 Seiten I Softcover I 21,0 × 29,7 cm

19,90 €

E-Book: 16,99 €
Best.-Nr. 2179372

NEU



Steuererklärung leicht gemacht! Hier winkt die maximale Rückerstattung vom Finanzamt. In unserem Spezial zeigen wir, wie Sie neue Regeln clever nutzen, Ihren Bescheid gekonnt prüfen, die richtige Steuerklasse wählen und somit auch bestens ins Steuerjahr 2026 starten. Ausfüllhilfen leiten Sie zügig und verständlich durch die Formulare.

128 Seiten I Softcover I 21,0 × 28,0 cm

14,90 €

E-Book: 12,99 €
Best.-Nr. 2183568

Mit dem kostenlosen Newsletter immer aktuell informiert. Jetzt abonnieren: test.de/newsletter

Die **Versandkosten** innerhalb Deutschlands betragen bei einem Bestellwert bis 10,00 € → 2,50 €, ab 10,00 € → kostenfrei.
Wir liefern Ihre Wunschtitel schnellstens gegen Rechnung. Vorbestellte Produkte werden am Erscheinungstermin ausgeliefert. Dies gilt nur für Bestellungen innerhalb Deutschlands. Für Auslandsbestellungen wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice. Lieferung nur, solange der Vorrat reicht! Die Abonnenten-Vorteile gelten nicht für Mini-Abo-Kunden und Probe-Abonnenten.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

NEU



Verwandeln Sie Ihren Garten in ein grünes Paradies

Duftende Kräuterspiralen, ertragreiche Hochbeete, harmonische Beeteinfassungen – 16 durchdachte Gartenprojekte mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen sowie detaillierten Illustrationen und Fotos. Für Gartenneulinge und Fortgeschrittene geeignet: Jedes Projekt gelingt dank der Materiallisten, Werkzeugübersichten, Bepflanzungstipps und jeder Menge Know-how.

176 Seiten I Softcover I 19,6 × 25,0 cm

24,90 €

E-Book: 21,99 €
Best.-Nr. 2184374

Online mehr erfahren und bestellen:
test.de/buch

Oder telefonisch sichern:
030/3 46 46 50 82
Montag bis Freitag: 8:00–19:00 Uhr

NEU



Erfolgreiches Gärtnern ist eine Frage des richtigen Timings. Dieses Buch zeigt, welche Arbeiten wann anstehen. Von der ersten Aussaat bis zur letzten Ernte begleitet es Sie durch die gesamte Gartensaison. So verwandelt sich Ihre grüne Oase nach und nach in ein blühendes Paradies mit gesundem Gemüse und prächtigen Blumen.

224 Seiten I Softcover I 19,6 × 25,0 cm

29,90 €

E-Book: 26,99 €
Best.-Nr. 2184388



Erfahren Sie, wie Sie Ihren Garten in ein üppiges Blumenmeer verwandeln, das im ganzen Jahr Freude bereitet. Dieser inspirierende Ratgeber enthält alles zur Blumengarten-Praxis: vom Zusammenstellen der Beete über das Pflanzen bis zum Überwintern. Der große bebilderte Porträtteil mit Blühpflanzen kann als umfassendes Nachschlagewerk dienen.

288 Seiten I Softcover I 19,6 × 25,0 cm

29,90 €

E-Book: 26,99 €
Best.-Nr. 2171696



Dieses Standardwerk von Bestsellerautor Joachim Mayer vermittelt Selbstversorgern das komplette Wissen zum Gemüse- und Obstanbau für jede Art von Garten: vom klugen Anlegen des Nutzgartens über Pflanzpläne, die richtige Sortenauswahl, Bewässerungssysteme, Pflanzenschutz, ergiebige Hügel- und Hochbeete bis hin zur reichen Ernte.

336 Seiten I Softcover I 19,6 × 25,0 cm

29,90 €

E-Book: 26,99 €
Best.-Nr. 2171697



Blumen, Obst, Gemüse oder Salat – absolut frisch und herrlich aromatisch! Ein Gewächshaus bietet die Möglichkeit, fast das ganze Jahr aktiv zu gärtnern. Die Themenbereiche in diesem Buch reichen von ausführlichen Infos zur Vorkultur von Gemüsepflanzen oder Sommerblumen bis hin zum Unterschied zwischen Kalt- und Warmgewächshäusern.

192 Seiten I Softcover I 19,6 × 25,0 cm

24,90 €

E-Book: 19,99 €
Best.-Nr. 1575783

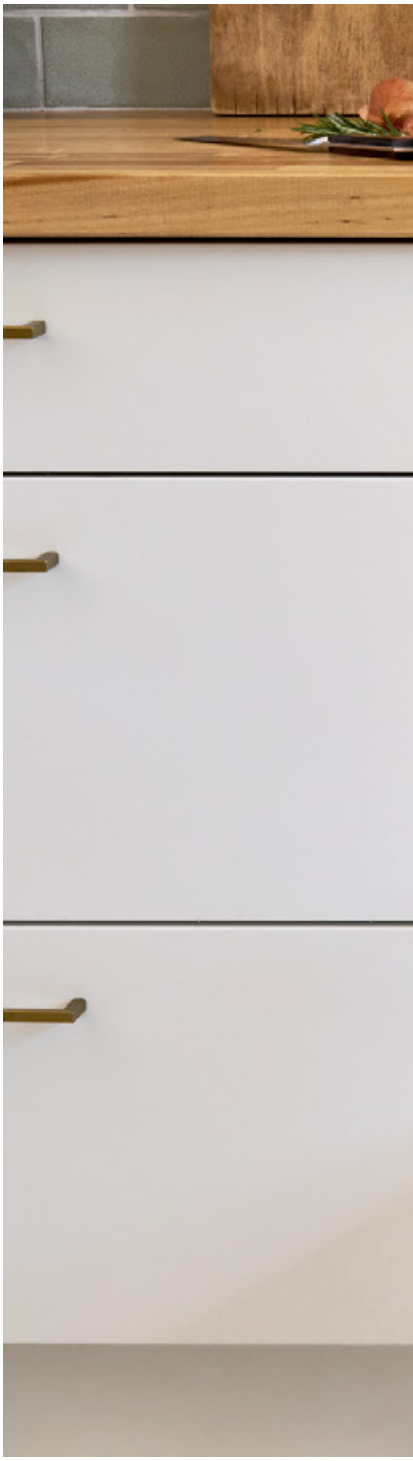
Ihre Lieferung ist bereits ab 10,00 € Bestellwert kostenfrei

Dies ist ein Angebot der Stiftung Warentest, Vorständin Julia Bönisch, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin, Telefon: 030/26 31-0, E-Mail: email@stiftung-warentest.de. Beschwerden richten Sie bitte an Stiftung Warentest, Kundenservice, 20080 Hamburg, Telefon: 030/3 46 46 50 80, Fax: 040/3 78 45 56 57, E-Mail: stiftung-warentest@dov.de. Alle Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht finden Sie auf Seite 96.

Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Alle kriegen was gebacken

Backöfen Gut backen können alle elf Geräte im Test. Mithilfe der Pyrolyse klappt die Reinigung der Backöfen besser als von Hand – manche werden dabei außen bedenklich heiß.



Es gibt Menschen, die ihren Backofen niemals benutzen. Nicht, weil sie keinen Kuchen mögen oder Lasagne verschmähen, sondern weil ihnen vorm Putzen graut. Eingebranntes Bratenfett und verkohlter Teig im Ofen gehören wohl zum frustrierendsten Schmutz in der Küche. Die Reinigung ist aufwendig, anstrengend – und nicht immer erfolgreich.

Ein Ausweg aus diesem Dilemma lautet: Pyrolyse. Alle elf Backöfen in unserem Test verfügen über diese Funktion, die übersetzt „Auflösung durch Feuer“ bedeutet. Die Pyrolyse soll Eingebranntes zu Asche verbrennen, die sich dann einfach ausfegen lässt. Dafür erhitzen sich die Backöfen auf rund 500 Grad Celsius – eine Temperatur, bei der Zink schmilzt und Schwefel verdampft.

Unser Test zeigt: Die Pyrolyse kann die Ofenreinigung tatsächlich unterstützen. Ein Wundermittel ist sie aber nicht – und sie erfordert ein paar Vorsichtsmaßnahmen (siehe Kasten auf S. 56).

Gedrängel an der Spitze

Doch nun die beste Nachricht: Alle elf Öfen im Test können gut backen. Und bis auf den von Bauknecht grillen alle sogar sehr gut. Vorn liegt der Siemens-Ofen HB774G1B1 für 899 Euro. Dicht dahinter folgen Backöfen von Bosch, Constructa, Neff und ein weiterer von Siemens.

Pyrolyse hilft beim Putzen, aber ...

Die Reinigungsergebnisse jedoch sind eher durchwachsen. Von Hand lassen sich die meisten Öfen nur schwer putzen, mit Pyrolyse besser. Beim Ausbrennen legt sich aber ein teerartiger Film auf die Innenseite der Ofentüren, der sich aus dem Beko- und dem Ikea-Ofen nur schwer entfernen ließ.

Insgesamt gut reinigen lässt sich nur der Ofen von Miele. Allerdings werden einige seiner Oberflächen während der Pyrolyse heiß: Auf 93 Grad Celsius erhitzt sich die Tür hinter dem Griff. Beim Gorenje sind es an der gleichen Stelle 92 Grad.

In diesem Test sind aber deutlich weniger Öfen mit gefährlich heißen Oberflächen während der Pyrolyse aufgefallen als im vorherigen – damals waren es sechs von elf. Ansonsten haben wir keine Sicherheitsprobleme gefunden. Weder werden die Öfen beim Backen außen zu heiß, noch lassen sie sich versehentlich einschalten.

Nur Ikea kann kein Multitasking

Fast alle Öfen, die wir geprüft haben, können Kuchen, Braten oder Aufläufe auf zwei

Unser Rat

Testsieger: An der Spitze liegt der gute Siemens-Ofen HB774G1B1 für 899 Euro.
Preistipp: Für unter 500 Euro sind die guten Öfen von Bauknecht, Beko und Ikea zu haben. Sie lassen sich aber nur schwer reinigen.
Umwelttipp: Energie können Sie sparen, indem Sie Restwärme nutzen, die Tür im Betrieb möglichst selten öffnen und die Türdichtung sauber halten. Wenn es nicht nötig ist, können Sie auch aufs Vorheizen verzichten.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Ab in die Röhre. Kuchen und viele andere Speisen gelingen in allen geprüften Öfen – hier brutzelt Gemüse im Siemens HB774G1B1.

Foto: Jule Felice Frommelt

Ebenen gleichzeitig garen. Das ist praktisch und spart Zeit, etwa vor der großen Familienfeier. Nur der gute Ikea-Ofen – der günstigste im Test – kann das nicht.

Ikea liefert auch kaum Zubehör mit. Ein Grillrost ist dabei und eine Fettpfanne – das ist ein etwas tieferes Backblech, das auch tropfendes Fett auffangen kann. Mehr ist nicht dabei. Die Konkurrenz liefert entweder noch ein zweites Blech mit oder besonderes Zubehör, teils auch beides.

Zubehör: Von Airfry-Blech bis Grillkorb

Dem Bosch, dem Constructa und dem günstigeren Siemens-Gerät etwa liegt ein Backblech mit Löchern bei, dem AEG-Ofen ein besonders engmaschiger Rost. Auf ihnen sollen etwa Pommes frites besonders knusprig werden, ähnlich wie in einer Heißluftfritteuse. Gorenje und Miele verfügen laut Gebrauchsanleitung auch ohne spezielles Zubehör über eine Airfry-Funktion. Wie gut die klappt, haben wir aber nicht untersucht.

AEG liefert als einziger in diesem Test ein Bratenthermometer mit. In das Fleisch oder den Fisch wird ein Sensor gepikst, →

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

der über ein Kabel mit einem Stecker verbunden ist. Dieser kommt in eine Buchse hinter der Ofentür – auf dem Display erscheint dann die Temperatur im Braten.

Bauknecht hat zwei Grillkörbe dabei, in denen etwa Ofengemüse, Würstchen oder Burger rundum garen können. Der Gorenje trägt schon das Wort „Pizza“ im Namen und bietet ein Pizzablech nebst Schieber (mehr zum Zubehör auf Seite 57).

Stromverbrauch: Keiner spart so richtig

Fast alle Öfen im Test rangieren in der drittbesten Energie-Effizienzklasse A+, das Ikea-Gerät liegt noch eine Klasse tiefer in A. Aufs Jahr gerechnet – inklusive aller Back-, Grill- und Garvorgänge sowie Pyrolyse und Standby – verursachen die meisten von ihnen Stromkosten zwischen 35 und 40 Euro. Unser Szenario für die Berechnung des Jahresverbrauchs steht unter der Tabelle.

Der Gorenje kommt demnach pro Jahr auf 42 Euro, die Öfen von AEG und Miele sogar auf jeweils 46 Euro. Das Trio verschlingt auch am meisten Strom für die Pyrolyse. Beim AEG-Ofen sind es mehr als acht Kilowattstunden – also mehr als drei Euro für einmal Putzhilfe. Gorenje und Miele folgen mit jeweils etwa 6,5 Kilowattstunden oder 2,50 Euro. Am sparsamsten äschern die beiden Öfen mit den schlechtesten Pyrolyse-Ergebnissen: Beko und Ikea.

Geräusch: Drei Nervensägen

Die Öfen von Beko, Gorenje und Miele machen Lärm – Gorenje und vor allem Miele hauptsächlich im Betrieb, der Beko rauscht auch anschließend noch vernehmlich, während er abkühlt. ■ →

Text: Daniel Kastner; Projektleitung: Konstantin Thurow; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens

Putztipps für den Backofen

Erst schmutzen, dann putzen

Wie Sie Ihren Ofen sauberhalten – und was die Pyrolyse bringt.

Fett, Teig, Marmelade: Eingebranntes ist hartnäckig – und je öfter es einbrennt, desto schwieriger lässt es sich entfernen. Das können Sie tun:

Schmutz vermeiden. Backpapier reduziert Rückstände auf dem Blech. Auflaufformen und Bräter sollten so groß und hoch sein, dass sie nicht überlaufen. Füllen Sie sie nicht bis zum Rand. Eine mit Wasser befüllte Fettpfanne (ein tieferes Blech) kann tropfendes Fett auffangen.

Gleich handeln. Wischen Sie leichten Schmutz weg, sobald der Ofen abgekühlt ist – je nach Verschmutzung mit einem Lappen und Spülmittel, einer Edelstahlspirale oder mit Backofenspray. Beachten Sie, was der Anbieter für die Reinigung empfiehlt. Anderenfalls könnten Sie die Oberfläche des Ofens beschädigen.

Innen putzen. Die Teleskopschienen lassen sich oft einfach herausnehmen und separat reinigen. Dasselbe gilt für die Glasscheiben der Türen – nur Neff verlangt dafür Werkzeug. Die Gebrauchsanleitungen erklären den Aus- und Einbau unterschiedlich gut.

Auf dichte Tür achten. Reinigen Sie die Dichtungen der Ofentür regelmäßig mit warmem Wasser und Neutralreiniger. Dann schließt sie besser und weniger Wärme entweicht.

Schmutz einäschern. Die Pyrolyse soll Schmutzkrusten mit hohen Temperaturen in Asche verwandeln. Tatsächlich werden viele Öfen so sauberer, als wenn Sie per Hand schrubben. Aber sie frisst viel Strom – je nach Ofen zwischen knapp vier und mehr als acht Kilowattstunden. Und sie ist nicht ganz ungefährlich.

Kinder fernhalten. Je nach Modell und Stufe kann der Ofen während der Pyrolyse um die 500 Grad Celsius heiß werden – teils über drei Stunden lang. Alle Öfen im Test verriegeln währenddessen ihre Tür. Aber auch Außenflächen können mitunter so heiß werden, dass Verbrennungsgefahr besteht. Kleine Kinder oder Haustiere sollten Sie während der Pyrolyse aus der Küche verbannen. Lüften Sie gut, auch nach der Pyrolyse. Lassen Sie den Ofen abkühlen, bevor Sie die Asche ausfegen.

Dampf machen. Einige Öfen werben mit einer anderen Reinigungsmethode: der Hydrolyse. Klingt fancy, bedeutet aber eigentlich nur, dass der Schmutz mit Wasserdampf aufgeweicht wird. Im Boden einiger Öfen ist eigens dafür eine Mulde eingelassen, in die Wasser und etwas Spülmittel eingefüllt werden sollen. Eine Schüssel mit Wasser in den Ofen zu stellen reicht aber auch. Das Wasser soll bei etwa 100 Grad verdampfen.





Drecksarbeit. Im Test lassen wir Bratensaft, Marmelade und Teig in den Öfen einbrennen.

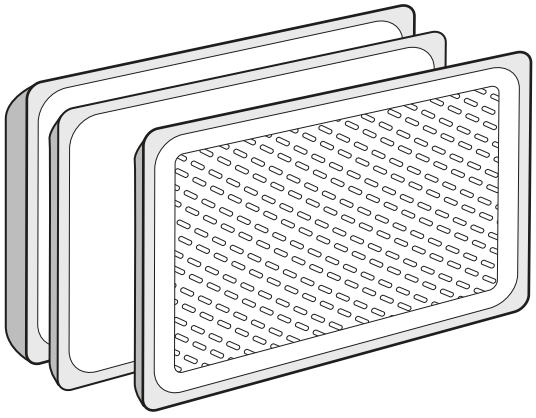
Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

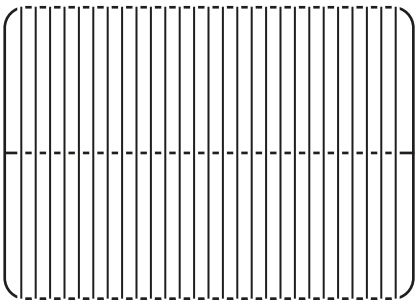
Zubehör – von Lochblech bis Grillkorb

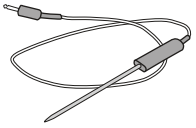
Grillrost und Backblech gehören zur Grundausstattung der Öfen. Einige haben interessantes weiteres Zubehör an Bord.

Backbleche. Es gibt sie in flach (Mitte), als tiefere Fettpfanne (hinten) oder mit Löchern (vorn) für den Airfryer-Modus.

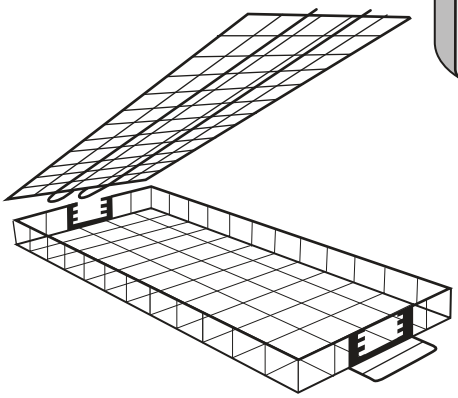


Grillrost. Liegt allen getesteten Öfen bei. Ermöglicht eine gute Luftzirkulation.

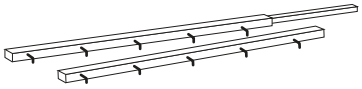




Bratenthermometer. Der Fühler steckt im Braten, der Stecker wird hinter der Ofentür eingestöpselt. Das Display zeigt dann die Temperatur im Braten.



Grillkorb. Soll Burger oder Fisch rundum garen. Lässt sich zuklappen und wenden.



Teleskopschienen. Heiße Bleche und Roste lassen sich auf ihnen weit aus dem Ofen ziehen – ohne Kippgefahr für Kuchen oder Auflauf.

So haben wir getestet

Im Test: Elf elektrische Einbaubacköfen mit Heißluft, Ober- und Unterhitze sowie Pyrolysefunktion von marktrelevanten Anbietern, darunter eine Produktgleichheit. Zehn haben die Energieeffizienzklasse A+, einer Klasse A. Alle haben eine Nischenbreite und -höhe von circa 60 Zentimetern. Wir kauften die Geräte im Juli und August 2025. Preise ohne Versandkosten erhob im Dezember 2025 Geizhals.de.

Untersuchung: Sofern vorhanden, prüften wir die Öfen mit Automatikprogrammen oder nach Anbieterangaben. Ließ sich so kein sehr gutes Back- oder Garergebnis erzielen, passten wir die Einstellungen an. Prüfungen und Ergebnisdarstellung entsprechen überwiegend dem Test in Ausgabe 3/23. Abweichungen sind im Folgenden dokumentiert. Alle Details zu den Prüfmethoden finden Sie online unter test.de/backoefen/methodik.

Backen: 35 %

Zusätzlich zum Vortest garten wir außer einem Schweinebraten auch – wenn möglich – kleine Kuchen im Normal- und im ausgewiesenen Energiesparmodus.

Abwertungen

Abwertungen bewirken, dass sich Produktmängel verstärkt auf das Qualitätsurteil der Stiftung Warentest auswirken. Sie sind in der Tabelle mit Sternchen *) gekennzeichnet. Folgende Abwertungen haben wir eingesetzt: Lautete das Urteil für heiße Oberflächen bei Pyrolyse Ausreichend, konnte das Sicherheitsurteil nicht besser sein. War die Sicherheit ausreichend, werteten wir das Qualitätsurteil um eine halbe Note ab.



Backstein. Mit einem wassergetränkten verkabelten Ziegel ermitteln wir, wie schnell ein Ofen aufheizt.

Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty; Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Siemens HB774G1B1



Bosch HBA272BB3

Backöfen: Backen können alle gut, bei der Reinigung ist noch Luft nach oben

Produkt	**Siemens** HB774G1B1	**Bosch** HBA272BB3[3)]	**Constructa** CF4M28063	**Neff** B54CR71N0	**Siemens** HB572ABS3	**AEG** TS6PB51ZAB	**Beko** BBIM17300B MPEF[4)]
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	**899**	**569**	**628**	**1051**	**560**	**600**	**429**
QUALITÄTSURTEIL **100 %**	**GUT (1,9)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**
Backen **35 %**	**gut** (1,8)	**gut** (1,9)	**gut** (1,8)	**gut** (1,8)	**gut** (1,9)	**gut** (2,0)	**gut** (2,0)
Wärmeverteilung Ober- und Unterhitze/Heißluft	+/++	+/+	++/+	+/++	+/+	++/++	++/+
Wärmeverteilung auf zwei Ebenen	++	+	+	+	+	+	+
Wärmenachschub Ober- und Unterhitze/Heißluft	+/+	+/+	++/+	+/+	+/+	+/+	+/++
Garen im Normal-/Energiesparmodus	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
Grillen **5 %**	**sehr gut** (0,7)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,7)	**sehr gut** (1,0)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,5)	**sehr gut** (0,5)
Temperaturen und Dauer **10 %**	**gut** (1,9)	**gut** (1,9)	**gut** (2,0)	**gut** (1,9)	**gut** (1,9)	**gut** (2,2)	**gut** (2,2)
Zeitbedarf zum Aufheizen/Backen	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○	○/○
Temperatur einstellen und halten	++	++	++	++	++	+	++
Handhabung **20 %**	**gut** (2,1)	**gut** (2,0)	**gut** (2,1)	**gut** (2,0)	**gut** (2,0)	**gut** (2,3)	**gut** (2,5)
Aufwand Erstinstallation	++	++	++	++	++	++	++
Gebrauchsanleitung/Bedienen	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	○/+	○/+
Reinigung **10 %**	**befriedigend** (3,2)	**befriedigend** (3,2)	**befriedigend** (3,4)	**befriedigend** (3,1)	**befriedigend** (3,2)	**befriedigend** (3,3)	**ausreichend** (4,3)
Manuell/Zusätzlich mit Pyrolyse	⊖/+	⊖/+	⊖/+	⊖/+	⊖/+	⊖/+	⊖/⊖
Sicherheit **10 %**	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (0,9)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (0,9)
Elektrische Sicherheit/Unbeabsichtigter Betrieb	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++
Stabilität Grillrost/Verarbeitung	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++
Heiße Oberflächen beim Backen/Pyrolyse	++/++	++/++	++/++	++/++	++/++	++/○	++/++
Umwelteigenschaften **10 %**	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,0)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (2,8)	**befriedigend** (3,4)	**befriedigend** (3,4)
Geräusch/Energieverbrauch	++/○	+/○	○/○	+/○	+/○	+/⊖	⊖/○
Ausstattung/Technische Merkmale							
Maximale Gesamtleistung (W)/ Energielabel laut Anbieter	3600/A+	3600/A+	3600/A+	3600/A+	3600/A+	3500/A+	3300/A+
Stromkosten pro Jahr ca. (Euro)[1)]	39	37	37	37	37	46	39
Minimale/maximale Temperatur (°C)[2)]	30/300	30/275	30/275	30/290	30/275	30/300	40/280
Maximale Temperatur Front bei 250 °C/Pyrolyse (°C)	42/54	39/48	42/51	44/57	39/48	44/78	38/54
Anzahl Backbleche/Fettpfannen	1/1	0/1	0/1	1/1	0/1	1/0	0/2
Anzahl Grillroste/Teleskopschienen	1/0	1/0	1/0	1/0	1/0	1/1	1/1
Nutzbare Höhe/Fettpfanne Breite/Tiefe (cm)	36/40/31	36/40/31	36/40/31	36/40/31	36/40/31	35/Entfällt/ Entfällt	36/42/32
Unterhitze getrennt schaltbar/Schnelles Aufheizen	■/■	□/■	□/■	■/■	□/■	■/■	■/□
Automatikprogramme/Dörren/Airfry-Funktion	■/□/□	■/□/■	■/□/■	■/□/□	■/□/■	■/□/■	□/□/□
Drehregler vorhanden/versenkbar	□/Entfällt	□/Entfällt	□/Entfällt	□/Entfällt	□/Entfällt	■/■	■/■
Sensor-/Drucktasten/Bratenthermometer	■/□/□	■/□/□	■/□/□	■/□/□	■/□/□	■/□/■	■/□/□

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).
Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

***) Führt zur Abwertung**
(siehe „So haben wir getestet" auf S. 57).
■ = Ja. □ = Nein.

1) Basierend auf einem Nutzungsprofil von je 15-mal Kleinkuchen und Biskuitboden bei Heißluft sowie Ober- und Unterhitze, 9-mal Kleinkuchen bei Heißluft auf 2 Ebenen, je 12-mal Braten im Normal- und Energiesparmodus, 12-mal Grillen, 4-mal Pyrolyse und 23,7 Stunden Standby-Betrieb pro Tag und einem Strompreis von 40 Cent/kWh.
2) Abhängig von der Betriebsart.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Constructa CF4M28063



Neff B54CR71N0



Siemens HB572ABS3

Bauknecht BBA285PU1ZK	**Ikea** Spjutbo 506.002.50	**Miele** H 2468 BP Active	**Gorenje** GO66E Pizza350C
499	**349**[5]	**1 099**	**650**
GUT (2,4)	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,9)**	**BEFRIEDIGEND (3,1)**
gut (2,4)	**gut** (2,2)	**gut** (1,9)	**gut** (2,2)
+/+	++/+	++/+	++/++
○	Entfällt[6]	+	+
○/+	○/+	○/++	+/+
+/+	+/+	+/+	+/○
gut (2,3)	**sehr gut** (0,5)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (0,5)
gut (1,9)	**befriedigend** (2,7)	**gut** (2,3)	**gut** (2,2)
+/○	○/+	○/○	○/○
++	○	++	++
gut (2,4)	**befriedigend** (3,0)	**gut** (2,1)	**gut** (2,4)
+	+	++	++
○/+	○/○	+/+	○/+
ausreichend (4,0)	**ausreichend** (4,2)	**gut** (2,3)	**befriedigend** (3,4)
⊖/○	⊖/⊖	○/+	⊖/+
sehr gut (0,9)	**sehr gut** (0,9)	**ausreichend** (3,9)*)	**ausreichend** (3,9)*)
++/++	++/++	++/++	++/++
++/++	++/++	++/++	++/++
++/++	++/++	++/⊖*)[7]	++/⊖*)[7]
befriedigend (3,2)	**befriedigend** (3,3)	**ausreichend** (4,0)	**ausreichend** (3,8)
○/○	○/○	⊖/⊖	⊖/⊖
3300/A+	2600/A	3600/A+	3500/A+
36	38	46	42
40/250	50/280	30/300	30/300
43/58	38/56	38/93	48/92
0/1	0/1	1/1	1/1
1/1	1/0	1/1	1/1
36/39/31	36/42/32	38/38/33	40/41/31
□/□	■/□	□/■	□/■
■/□/□	□/□/□	■/□/■	■/□/■
■/■	■/□	■/□	■/□
■/□/□	□/□/□	■/□/□	■/□/□

3) Laut Anbieter gleich zum getesteten Siemens HB572ABS3, wir haben das auf Plausibilität überprüft. Die Handhabung haben wir separat geprüft und bewertet.
4) Laut Anbieter Gebrauchsanleitung inzwischen geändert.
5) Preis laut Anbieter-Webseite.
6) Laut Gebrauchsanleitung ist Garen auf zwei Ebenen nicht vorgesehen.
7) Tür wird hinter dem Griff heiß.



AEG TS6PB51ZAB



Beko BBIM17300BMPEF



Bauknecht BBA285PU1ZK



Ikea Spjutbo 506.002.50



Miele H 2468 BP Active



Gorenje GO66E Pizza350C

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Auf die Plätze, fertig – Toast!

Toaster Gute Brotröster müssen nicht teuer sein. Silvercrest, einer der beiden Testsieger, kostet nur 25 Euro. Außer im Preis unterscheiden sich die Geräte in puncto Performance, Komfort und Tempo.



Sonntagsfreuden. Auf den Toast zu warten, ist fast so spannend wie Fernsehen – selbst für große Kinder.

Foto: Getty Images

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Großer Hunger, kurzer Geduldsfaden – das gilt bekanntlich für Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Damit die Liebsten das lauschige Sonntagsfrühstück bei bester Laune genießen können, sollte der Brot-Nachschub nicht allzulange auf sich warten lassen. Kein Problem mit dem richtigen Toaster: Er spuckt schon nach kurzer Zeit knusprig-duftende, krosse Buttertoasts aus.

Wir haben 30 Brotröster getestet, darunter 18 klassische Kompakttoaster für zwei Scheiben und 12 Langschlitztoaster, von denen 7 bis zu vier Scheiben rösten können (siehe Kasten rechts). Neben dem Tempo überprüften wir etwa, wie gleichmäßig und konstant der Toast gelingt und wie gut er sich entnehmen lässt. Die Geräte kosten zwischen 23 und 160 Euro.

Gute Toaster müssen nicht viel kosten

21 Toaster schneiden gut ab. Für jede Form und Vorliebe können wir mindestens zwei Modelle empfehlen, bei größeren Unterschieden in Details wie etwa der Röstdauer (siehe Tabellen ab S. 62). Krosser Toast muss nicht einmal Löcher ins Budget reißen: Den kompakten Preis-Leistungs-Sieger Silvercrest gibt es schon für 25 Euro. Für einen guten Vierer-Toaster ist allerdings mindestens doppelt so viel fällig.

Toast-Fans wissen: Im Idealfall bräunt der Toast durchgehend goldbraun. Wir experimentierten mit jedem Gerät so lange, bis wir den bestmöglichen Toast in den Händen hielten. Die meisten Toaster färbten Buttertoast in den Stufen zwei oder drei goldbraun, einzelne auf eins oder vier.

Höhere Stufe heißt nicht mehr Hitze

Die meisten Test-Geräte verfügen über sechs Reglerstufen. Die höheren Stufen toasten das Brot nicht heißer, sondern nur länger. Sie eignen sich gut für dickere, kräftigere Sorten wie Sauerteig-, Dinkel- oder Schwarzbrot. Verbrennen sollten auch sie nicht: Wird Brot zu dunkel, kann potenziell gesundheitsschädliches Acrylamid entstehen (Kasten S. 66).

Aufwärmen und Aufbacken gelingen gut

Im Herzstück der Untersuchung, dem Praxistest, toasteten wir rund 3700 Toastscheiben. Wir prüften, wie gut sich Brot bräunen, aufwärmen und auftauen ließ. Das Aufwärmen getoasteter Scheiben gelang dabei fast allen, auch beim Aufbacken gerieten nur wenige Brötchen zu dunkel.

Im Prüfpunkt „Gleichmäßigkeit der Bräunung“ (siehe unsere Toast-Farbskala auf Seite 66) überzeugten nur wenige. Für ein gutes, goldbraunes Ergebnis sollen die Heizdrähte die Hitze gleichmäßig verteilen, im besten Fall auf der ganzen Toast-Fläche bis in jede Ecke. Schlechte Exemplare zeigen charakteristische Streifen-Abdrücke, helle oder dunkle Flecken sowie ungebräunte oder verbrannte Areale.

Nur wenige Geräte bräunen gleichmäßig

Mit jedem der drei Test-Durchgänge heizte der Toaster-Innenraum zudem mehr auf, die Toasts wurden von Mal zu Mal dunkler. Bei halber Beladung kann sich dieser Effekt noch verstärken – mitunter wirkt die Hitze beider Schlitze aufs Brot. Lediglich sechs Geräte – drei Kompakte und drei Langschlitz-Modelle – schafften ein halbwegs gleich- →

Unser Rat

Testsieger: Gesamtsieger mit der Note 2,0 sind der kompakte Silvercrest (mit 25 Euro auch unser Preistipp) und der Vier-Scheiben-Langschlitztoaster von Cloer (62 Euro). Bestes Langschlitzgerät für zwei Toasts: Arendo (50 Euro). Brot lässt sich aus allen sehr gut entnehmen.
Umwelttipp: Alle geprüften Toaster haben geringe Stromkosten. Für einzelne Brötchen kann es sich lohnen, Toaster statt Ofen zu nutzen. Am sparsamsten ist der kompakte Severin (34 Euro).

Toaster-Typen

Kompakt oder länglich – das sind die Vorteile



Kompakttoaster. Klassiker, meist leicht und platzsparend. Platz für zwei Scheiben. Gute Geräte aus unserem Test gibts ab rund 25 Euro. Diese Modelle toasten im Schnitt am schnellsten.



Langschlitztoaster für zwei Toasts. Schmal, dafür länglich. Röstet auch längere Scheiben, etwa von Graubrot. Braucht oft etwas mehr Strom als andere Modelle. Gute Geräte sind ab etwa 50 Euro zu haben.



Langschlitztoaster für vier Toasts. Der Familientoaster. Toastet bis zu vier Scheiben gleichzeitig, braucht dafür meist etwas länger. Oft recht schwer. Benötigt mehr Platz. Gute Modelle gibts ab rund 50 Euro.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

mäßiges Röst-Ergebnis: die beiden Testsieger Cloer und Silvercrest, die Kompakttoaster von Braun und Smeg und die Langschlitzgeräte von Philips und Russell Hobbs. Aber auch sie sind hier nur befriedigend, alle übrigen Geräte ausreichend.

Tempo: Von ganz flott bis sehr gemütlich

Zurück zum Thema Geduld. Arendo, der beste Langschlitztoaster für zwei Scheiben, ist der schnellste: Er benötigt im Schnitt nur 80 Sekunden für zwei Scheiben Buttertoast – und verdient sich so die Note Sehr gut im Prüfpunkt Röstdauer. Ähnlich schnell ist nur der kompakte Bosch Design Line. Lebenlang, der langsamste im Wett-Toasten, braucht mit durchschnittlich über zweieinhalb Minuten beinahe doppelt so lang wie der Arendo, das ist mangelhaft.

Nicht alle Modelle im Test werfen die Scheiben hoch genug aus, um gefahrlos danach greifen zu können. Bei diesen Geräten muss der Haupthebel mechanisch etwas angehoben werden. Drastischstes Beispiel ist A Bit More, der Vier-Scheiben-Toaster von Sage: Das Brot ragt nach Röstende nur vier Millimeter aus dem Gehäuse heraus, Toast-Fans könnten sich daran verbrennen. Ein bisschen mehr dürfte es sein, selbst mit Liftfunktion sind es nur 18 Millimeter. Das gibt in diesem Punkt ein Mangelhaft.

Verschiedene Bedienkonzepte

Mal traditionell, mal modern sind die Bedienfelder gebaut. Die meisten Modelle nutzen ein Drehrad, vier lassen sich per Touch-Display steuern. Komfortabel für Ungeduldige, weil sich die Restlaufzeit ablesen lässt. Drei nutzen Schieberegler, die stufenlos zu krossem Toast führen sollen (Fotos unten). Zu besseren Röstergebnissen führte das aber nicht. Unser Rat: das Wunschgerät vor dem Kauf in Augenschein nehmen und kalt ausprobieren. ■ →

Journalistische Leitung: Christian van de Sand; Testleitung: Dr. Dorit Munzke; Marktauswahl: Yvonnne Sanguinette; Faktencheck: Annika Scheerer



Knopfgesteuert. Der kompakte Philips nutzt ein Drehrad. Funktionen wie Auftauen sind per Direkttaste anwählbar.



Touchdisplay. Der Rommelsbacher bietet eine Restlaufanzeige. Die Symbole sind wenig intuitiv.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

Langschlitz für zwei Toastbrotscheiben



Arendo
Level Touch 307199



Philips
HD2590/90
Daily Collection



WMF
Küchenminis
3200002113

Langschlitztoaster: Gute Toaster

		Langschlitz für
Produkt		**Arendo** Level Touch 307199
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)		**50**
QUALITÄTSURTEIL	**100 %**	**GUT (2,3)**
Toasten	**45 %**	**befriedigend** (2,9)*)
Bräunung einstellen		+
Gleichmäßigkeit der Bräunung		⊖*)
Konstanz des eingestellten Röstgrades		+
Aufwärmen/Auftauen		++/○
Brötchen aufbacken		+
Röstdauer		++
Halbe Beladung		○
Handhabung	**35 %**	**gut** (1,6)
Gebrauchsanleitung		+
Bedienen		++
Brot entnehmen		++
Reinigen		+
Verstaubarkeit Zuleitung		++
Sicherheit und Konstruktion	**10 %**	**sehr gut** (1,0)
Elektrische Sicherheit		++
Temperaturen berührbarer Flächen/ Verarbeitung		++/++
Stromverbrauch	**10 %**	**gut** (1,8)
Ausstattung/Technische Merkmale		
Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)		19 x 45 x 13
Gewicht ca. (kg)/Kabellänge ca. (m)		1,5/0,9
Bagelfunktion/Auftaufunktion/Pausieren		□/■/□
Brötchenaufsatz integriert/separat		■/□
Bräunungsregelung via ...		Touchdisplay
Stromkosten pro Jahr (EUR)		6,52

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Langschlitz für vier Toastbrotscheiben



Braun
PurShine HT 1610



WMF
Bueno Pro 3200000931



Severin
AT 2509



Unold
ONYX Duplex



Russell Hobbs
ColoursPlus+ Classic
21391-56



Cloer
3579



Lebenlang
LBL9899



Smeg
TSF02



Sage
A Bit More
STA730BSS2EEU1

für die Familie gibt es schon für unter 50 Euro

zwei Toastbrotscheiben				Langschlitz für vier Toastbrotscheiben						
WMF Küchenminis 3200002113	**Philips** HD2590/90 Daily Collection	**Russell Hobbs** ColoursPlus+ Classic 21391-56	**Braun** PurShine HT 1610	**Cloer** 3579	**WMF** Bueno Pro 3200000931	**Lebenlang** LBL9899	**Severin** AT 2509	**Smeg** TSF02	**Unold** ONYX Duplex	**Sage** A Bit More STA730BSS 2EEU1
76	**37**	**49**	**48**	**62**	**80**	**46**	**47**	**160**	**42**	**121**
GUT (2,4)	**BEFRIEDI-GEND (2,7)**	**BEFRIEDI-GEND (2,7)**	**BEFRIEDI-GEND (2,9)**	**GUT (2,0)**	**GUT (2,1)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,4)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDI-GEND (2,7)**	**BEFRIEDI-GEND (3,1)**
befriedigend (2,8)*)	**befriedigend** (2,8)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**gut** (2,4)	**befriedigend** (2,6)*)	**befriedigend** (2,8)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**befriedigend** (3,2)*)	**befriedigend** (3,1)*)
+	+	++	○	+	+	+	+	+	+	+
⊖*)	○	○	⊖*)	○	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)
+	+	+	+	+	+	+	+	+	○	+
+/○	+/○	Entfällt/⊖	+/○	++/○	++/○	++/○	++/○	○/○	++/○	Entfällt/○
+	○	++	○	++	++	+	○	Entfällt	+	Entfällt
○	+	○	○	+	⊖	–	⊖	○	⊖	⊖
○	○	⊖*)	○	○	○	○	○	⊖	○	○
gut (1,6)	**befried.** (2,8)	**gut** (2,2)	**befried.** (3,0)	**gut** (1,6)	**gut** (1,8)	**gut** (1,8)	**gut** (1,7)	**gut** (1,8)	**gut** (1,6)	**ausreich.** (3,8)
+	⊖*)	○	⊖*)	○	+	+	○	++	○	+
++	++	+	++	++	++	++	++	++	++	++
++	○	○	○	++	+	○	++	○	++	–*)
+	+	+	○	+	○	+	+	++	++	○
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
sehr gut (1,3)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,1)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,4)
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
++/++	++/+	+/+	++/+	++/++	++/++	+/++	++/++	+/++	+/++	+/++
befried. (2,8)	**gut** (2,1)	**befried.** (3,1)	**befried.** (2,7)	**gut** (2,0)	**gut** (2,1)	**gut** (2,5)	**gut** (1,9)	**gut** (2,3)	**gut** (2,3)	**gut** (2,5)
18 x 39 x 12	19 x 41 x 12	20 x 41 x 15	19 x 40 x 14	20 x 43 x 17	20 x 39 x 19	19 x 40 x 17	19 x 40 x 16	22 x 42 x 21	19 x 39 x 17	20 x 40 x 21
1,7/0,8	1,4/0,7	1,7/0,6	1,8/0,8	2,2/0,9	2,1/0,8	1,8/0,7	1,9/0,8	3,4/0,8	1,8/0,7	2,7/0,9
■/■/□	□/■/□	□/■/□	□/■/□	□/■/■	□/■/□	□/■/□	□/■/□	■/■/□	□/■/□	■/■/■
■/□	■/□	□/■	■/□	■/□	□/■	□/■	■/□	□/□[1)]	□/■	□/□
Schieberegler	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Touchdisplay	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Schieberegler
8,47	7,08	9,05	8,27	6,91	7,01	7,88	6,62	7,49	7,45	7,84

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet" auf S. 66).
■ = Ja. □ = Nein.

1) Als Zubehör erhältlich.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Kompakttoaster



Silvercrest
STC 850 E4



Proficook
PC-TA 1279



Severin
AT 2589



Kitchenaid
5KMT221



Blackvapor
Toaster BV10482



Russell Hobbs
Inspire 24371-56



Bosch
MyMoment TAT2M



Krups
Control Line KH442D

Kompakttoaster: Fünf glänzen in der Handhabung

	Kompakttoaster							
Produkt	**Silvercrest** STC 850 E4	**Blackvapor** Toaster BV10482	**Proficook** PC-TA 1279	**Russell Hobbs** Inspire 24371-56	**Severin** AT 2589	**Bosch** MyMoment TAT2M	**Kitchenaid** 5KMT221	**Krups** Control Line KH442D
Mittlerer Onlinepreis ca. (Euro)	**25**[1)]	**59**[1)]	**40**	**48**	**34**	**42**	**114**	**55**
QUALITÄTSURTEIL 100 %	**GUT (2,0)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,2)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**	**GUT (2,3)**
Toasten 45 %	**befriedigend** (2,6)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,6)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,8)*)
Bräunung einstellen	+	+	+	++	+	++	+	+
Gleichmäßigkeit der Bräunung	○	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)
Konstanz des eingestellten Röstgrades	+	+	+	+	+	+	+	+
Aufwärmen/Auftauen	++/○	++/○	++/○	++/○	++/○	+/○	++/○	++/○
Brötchen aufbacken	+	++	++	+	+	+	Entfällt	++
Röstdauer	○	○	+	+	+	+	○	⊖
Halbe Beladung	○	○	○	○	○	⊖	○	○
Handhabung 35 %	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,5)	**gut** (1,7)	**gut** (1,8)	**gut** (1,8)	**sehr gut** (1,3)	**gut** (1,9)	**gut** (1,6)
Gebrauchsanleitung	++	+	+	○	○	++	○	++
Bedienen	++	++	++	++	++	++	++	++
Brot entnehmen	++	++	+	+	+	++	+	+
Reinigen	+	+	+	++	+	+	+	+
Verstaubarkeit Zuleitung	++	++	++	++	++	++	++	++
Sicherheit und Konstruktion 10 %	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,1)
Elektrische Sicherheit	++	++	++	++	++	++	++	++
Temperaturen berührbarer Flächen/ Verarbeitung	++/+	+/+	+/++	++/++	++/+	++/++	+/++	++/++
Stromverbrauch 10 %	**gut** (2,2)	**gut** (2,2)	**gut** (1,7)	**gut** (2,0)	**gut** (1,6)	**gut** (2,0)	**gut** (2,4)	**befried.** (2,7)
Ausstattung/Technische Merkmale								
Höhe x Breite x Tiefe ca. (cm)	19 x 30 x 17	20 x 29 x 17	19 x 27 x 17	20 x 30 x 17	20 x 27 x 18	21 x 31 x 17	21 x 30 x 20	20 x 29 x 18
Gewicht ca. (kg)/Kabellänge ca. (m)	1,3/1,0	1,6/0,6	1,3/0,7	1,4/0,7	1,5/0,7	1,4/0,9	2,1/1,0	1,7/0,6
Bagelfunktion/Auftaufunktion/Pausieren	□/■/□	□/■/□	□/■/□	□/■/■	□/■/□	□/■/□	■/■/□	□/■/□
Brötchenaufsatz integriert/separat	■/□	□/■	□/■	□/■	■/□	■/□	□/□	■/□
Bräunungsregelung via ...	Einstellrad	Touchdisplay	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad
Stromkosten pro Jahr (EUR)	7,40	7,30	6,24	6,91	6,02	6,94	7,78	8,35

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:
++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.
***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet“ auf S. 66).

■ = Ja. □ = Nein.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Bosch
DesignLine TAT3P420DE



AEG
T5-1-4ST



Koenic
KTO 2210



Graef
TO62



Philips
HD2637/90 Viva Collection



Rommelsbacher
TO 850



Braun
PurShine HT 1510



Smeg
TSF01



Philips
HD2581/90 Daily Collection



Tefal
Includeo TT5338

Bosch DesignLine TAT3P420DE	**Rommelsbacher** TO 850	**AEG** T5-1-4ST	**Braun** PurShine HT 1510	**Koenic** KTO 2210	**Smeg** TSF01	**Graef** TO62	**Philips** HD2581/90 Daily Collection	**Philips** HD2637/90 Viva Collection	**Tefal** Includeo TT5338
46	**58**	**70**	**35**	**23**	**136**	**61**	**29**	**45**	**58**
GUT (2,4)	**GUT (2,4)**	**GUT (2,5)**	**GUT (2,5)**	**GUT (2,5)**	**GUT (2,5)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,6)**	**BEFRIEDIGEND (2,7)**
befriedigend (3,0)*)	**befriedigend** (2,9)*)	**gut** (2,5)	**gut** (2,5)	**befriedigend** (3,0)*)	**befriedigend** (2,8)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,6)*)	**befriedigend** (2,7)*)	**befriedigend** (2,8)*)
+	+	+	○	++	++	++	+	+	+
⊖*)	⊖*)	⊖*)	○	⊖*)	○	⊖*)	⊖*)	⊖*)	⊖*)
+	+	+	+	○	+	+	+	+	+
○/○	++/○	++/○	+/○	++/○	○/○	Entfällt/○	○/○	++/○	Entfällt/○3)
+	++	++	++	○	Entfällt	++	++	++	Entfällt
++	○	○	+	+	○	+	+	+	○
⊖	⊖	○	○	○	⊖*)	⊖	○	○	○
sehr gut (1,5)	**sehr gut** (1,5)	**befried.** (2,6)	**befried.** (3,0)	**gut** (1,8)	**gut** (2,0)	**befried.** (2,6)	**befried.** (3,1)	**befried.** (2,9)	**befried.** (2,6)
+	+	⊖*)	⊖*)	+	++	+	−*)	⊖*)	−*)
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
++	++	○	○	+	○	⊖*)	○	○	+4)
+	+	+	○	+	++	+	+	○	○
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
sehr gut (1,1)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,4)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,5)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,2)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,3)	**sehr gut** (1,2)
++	++	++	++	++	++	++	++	++	++
++/++	+/++	+/++	++/+	+/○	++/++	++/+	++/+	++/++	++/++
gut (1,7)	**gut** (2,2)	**befried.** (2,9)	**gut** (2,0)	**gut** (1,6)	**befried.** (2,8)	**gut** (2,2)	**gut** (2,1)	**gut** (2,1)	**gut** (1,9)
20 x 31 x 18	19 x 27 x 17	19 x 30 x 17	19 x 27 x 17	17 x 26 x 15	20 x 33 x 20	20 x 28 x 18	19 x 28 x 16	20 x 30 x 18	19 x 28 x 19
1,5/0,8	1,4/0,8	1,3/0,9	1,4/0,9	1,0/0,8	2,4/0,8	1,5/1,0	1,1/0,7	1,5/0,7	1,3/0,6
□/■/□	□/■/■	□/■/□	□/■/□	□/■/□	■/■/□	□/■/□	□/■/□	□/■/□	□/□/□
■/□	□/■	□/■	■/□	■/□	□/□2)	■/□	■/□	■/□	□/□
Einstellrad	Touchdisplay	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Einstellrad	Schieberegler
6,32	7,20	8,63	6,85	6,12	8,56	7,37	7,09	7,16	6,62

1) Preis laut Anbieter-Webseite.
2) Als Zubehör erhältlich.
3) Das Gerät verfügt über keine Einstellung zum Auftauen von gefrorenem Toastbrot. Wir haben für die Prüfung eine entsprechende Stufe ermittelt.
4) Als Zubehör wird eine Zange mitgeliefert. Diese haben wir nicht bewertet.

→

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Acrylamid in Toast

Lieber goldbraun als braunschwarz

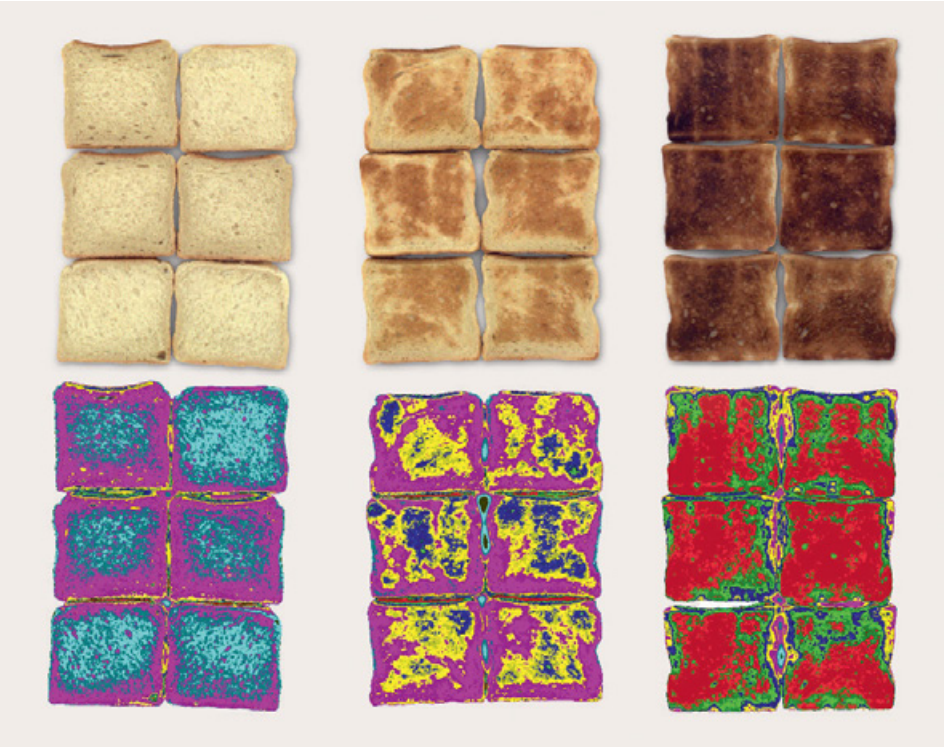
Wie Sie den Schadstoff mit einfachen Tricks reduzieren können.

Acrylamid entsteht beim Bräunen während des Backens, Frittierens oder Bratens. Wer ein paar Vorsichtsmaßnahmen beachtet, kann aber auch Toast, Pommes und Co unbesorgt genießen.

Acrylamid bildet sich beim Rösten. Der Schadstoff bildet sich besonders in stärkehaltigen Lebensmitteln wie Kartoffeln und Kartoffelgerichten, aber auch in Kaffeebohnen, Getreide, Toastbrot oder Keksen. Die Maillard-Reaktion, benannt nach einem französischen Chemiker, sorgt beim Braten, Backen oder Frittieren für Aromastoffe – aber auch für schädliches Acrylamid. Sie beginnt ab etwa 120 Grad Celsius. Je heißer und trockener die Hitze, desto mehr Schadstoff kann entstehen. Ab etwa 170 Grad Celsius steigt der Acrylamidgehalt stark an.

Möglicherweise krebserregend. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (Efsa) stufte Acrylamid 2015 als möglicherweise krebserregend ein. 2022 ergänzte die Behörde die Einschätzung um den Hinweis, dass der Stoff das Erbgut verändern kann. Weitere Hinweise unter test.de/acrylamid.

Die Gefahr lässt sich vermeiden. In unserem Toastbrot-Test (test.de/toastbrot) zeigte sich: Goldbraun ist goldrichtig. Selbst nach dem strengeren Richtwert, der für ungebräuntes Brot gilt, waren die Gehalte unkritisch. Wer einmal die richtige Einstellung für goldbraunes Brot gefunden hat, sollte sie also beibehalten. Verbrannten Toast (Foto unten) besser nicht verzehren. Auch Abkratzen hilft nur bedingt, großflächig Verbranntes besser entsorgen.



Pop-Art. Eine Software gibt den Helligkeitsstufen der Toasts Farben. So sieht man schnell, welche Scheiben gleichmäßig gebräunt sind.

So haben wir getestet

Im internationalen Gemeinschaftstest: 18 Kompakttoaster für zwei Scheiben Toast sowie 12 Langschlitz-Toaster, davon 5 für zwei sowie 7 für vier Scheiben Toast. Wir wählten absatzstarke Geräte marktbedeutender Anbieter mit vergleichbarer Wattzahl aus. Wir kauften die Produkte im Juli 2025 online ein. Die Preise ohne Versandkosten erhob das Portal Geizhals.de im Dezember 2025.

Untersuchungen: Unsere Prüfmethoden finden Sie unter test.de/toaster/methodik.

Toasten: 45 %

Bräunung einstellen: Wir bewerteten das Röstverhalten des Toasters mit Butter- und Sandwichtoast über alle Stufen hinweg. **Gleichmäßigkeit der Bräunung:** Wir überprüften, wie gleichmäßig die Scheiben in sich und untereinander bräunen. **Konstanz des eingestellten Röstgrades:** Diese überprüften wir bei drei aufeinanderfolgenden Durchgängen mit Butter- und Sandwichtoast. **Aufwärmen:** Wir bewerteten Dauer und eventuelles Nachbräunen. **Auftauen:** In drei Durchläufen mit gefrorenem Buttertoast geprüft. **Brötchen aufbacken:** Wir beurteilten das Röstergebnis. **Röstdauer:** Wir bewerteten, wie lange die drei Toast-Durchläufe dauern. **Halbe Beladung:** Wir bewerteten Gleichmäßigkeit und Konstanz der Bräunung von Buttertoast.

Handhabung: 35 %

Drei Experten bewerteten die **Gebrauchsanleitung** und beurteilten, wie gut sich etwa Griffe und Brötchenaufsatz **bedienen** lassen. Wir testeten, wie gut sich das fertige **Brot entnehmen** lässt, und prüften die Liftfunktion. **Reinigen:** Wir testeten, wie gut Schmutz und Krümel entfernbar sind. Zudem prüften wir, wie gut sich die **Zuleitung verstauen** lässt.

Sicherheit und Konstruktion: 10 %

Wir prüften die **elektrische Sicherheit**, maßen und bewerteten die **Temperaturen berührbarer Flächen** und Bedienelemente und prüften die **Verarbeitung** des Geräts.

Stromverbrauch: 10 %

Wir ermittelten den Jahresstromverbrauch für das Rösten von vier Scheiben Buttertoast pro Tag bei voller Beladung des Toasters.

Abwertungen

Ab Befriedigend für Toasten werteten wir das Qualitätsurteil ab. Je schlechter das Urteil, desto stärker der Abwertungseffekt. War Gleichmäßigkeit der Bräunung oder Halbe Beladung ausreichend oder schlechter, werteten wir Toasten in gleicher Weise ab. War die Gebrauchsanleitung ausreichend oder schlechter, werteten wir die Handhabung um eine halbe Note ab. War Brot entnehmen ausreichend oder schlechter, konnte die Handhabung maximal eine Note besser sein.

Foto: Stiftung Warentest

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Küchenkocher

Küchenmaschinen mit Kochfunktion

Zwei neue Modelle von Vorwerk und WMF sind gut – mit kleinen Schwächen. Der Testsieger aus dem vorigen Test bleibt knapp ungeschlagen.



WMF Avantgarde. Neu im Test und für gut befunden.

Thermomix TM7. Noch besser als der Vorgänger TM6.

Bosch Cookit. Nur noch ganz knapp Testsieger.

Küchenmaschinen mit Kochfunktion zeichnen sich dadurch aus, dass sie ganze Gerichte kochen. Rezepte liegen in einer Datenbank, die man an der Maschine abruft. Das Gerät sagt dann, was wann zu tun ist, und wiegt auch gleich die Zutaten ab. Wir haben Ende 2025 zwei aktuelle Modelle geprüft: Vorwerk Thermomix TM7 und WMF Avantgarde – nach den gleichen Kriterien wie sieben andere Küchenmaschinen 2023.

Thermomix TM7

Der TM7 landet mit dem Qualitätsurteil Gut (2,1) nur knapp hinter dem Testsieger des vorigen Tests, der Bosch Cookit. Zum Vergleich: Der Vorgänger Thermomix TM6 schaffte die Gesamtnote Gut (2,5). Der TM7 lässt sich noch etwas besser bedienen als der TM6 und wiegt sehr gut. Die Rezepte kocht er gut nach Anleitung: Rindergulasch glückt, ohne dass etwas anschmort, Kuvertüre schmilzt schön, Pudding und Minestrone-Gemüsesuppe gelingen. Zwiebeln, Petersilie oder Mandeln hackt der TM7 nicht so gut – wie auch einige andere Geräte im Test 2023. Was auffällt: Der neue Thermomix ist deutlich leiser als der alte. War der TM6 eines der lautesten Modelle im Test, ist der TM7 nun eines der leisesten.

WMF Avantgarde

Die Avantgarde von WMF kommt ähnlich gut durch die Funktionsprüfungen wie der neue Thermomix. Rührteig gelingt ihr etwas schlechter, Zwiebeln zerkleinert sie besser. Auch sie ist für eine Küchenmaschine leise. Die Avantgarde hat im Lieferzustand gut 300 Rezepte an Bord, der TM7 gut 380. Weitere sind über App oder Webseite abruf- oder speicherbar.

Im Test 2023 war die Lidl Silvercrest am preisgünstigsten. Sie ist zugleich die lauteste der noch erhältlichen Maschinen. ■

Foto: Stiftung Warentest

Drei gute Kocher

Küchenmaschinen mit Kochfunktion aus den Tests seit 2023, die noch im Handel sind.

Produkt	Mittlerer Online-preis ca. (Euro)	Max. Füllvo-lumen (Liter)[1]	Funk-tion 45 %	Hand-ha-bung 35 %	Umwelt und Halt-barkeit 15 %	Sicher-heit 5 %	QUALITÄTS-URTEIL 100 %	Zuerst veröf-fentlicht
Bosch Cookit	1 399[2]	3,0	+	+	+	+	**GUT (2,0)**	1/24
Vorwerk Thermomix TM7	1 708[3]	2,2	+	+	++	+	**GUT (2,1)**	**Neu**
WMF Avantgarde	1 299	3,0	+	+	+	+	**GUT (2,3)**	**Neu**
Lidl Silvercrest Monsieur Cuisine Smart SKMS 1200 A1	534[4]	3,0	○	+	○	○	**BEFRIEDI-GEND (2,8)**	1/24
Kenwood Cooking Chef XL KCL95.424SI	1 089	6,7	○	○	○	+	**BEFRIEDI-GEND (3,0)**	1/24

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse: ++ = Sehr gut (0,5–1,5). **+** = Gut (1,6–2,5). ○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5). **−** = Mangelhaft (4,6–5,5).
1) Laut Anbieter. **2)** Laut Anbieter-Webseite. **3)** Preis inklusive TM7 Gemüse Styler für 159 Euro.
4) Preis laut Anbieter-Webseite. Preis inklusive Monsieur-Cuisine-Food-Processor-Aufsatz SFMC 4 B2 für circa 35 Euro.
Das Prüfprogramm und alle Ergebnisse der Tests 2023 und 2025 finden sich unter test.de/kuechenmaschinen-mit-kochfunktion.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Interview

„Ich habe beim Haustausch für den Urlaub noch nie schlechte Erfahrungen gemacht“

Das Zuhause für Wochen mit Fremden tauschen: Verbraucherschützer Christian Rumpke erklärt, was ihn daran begeistert, und gibt Tipps.

Herr Rumpke, Sie haben schon rund 30 Urlaube in getauschten Wohnungen verbracht. Was macht diese Urlaubsform so besonders?
Sie sind sofort mittendrin im Geschehen: dort, wo die normalen Menschen leben. Außerdem sparen Sie natürlich die Unterkunftskosten. Für Familien kann es zudem ein Supervorteil sein, mit anderen Familien zu tauschen. Meine Kinder tauchten zum Beispiel oft über Tage selig in die neue Spielumgebung in den Kinderzimmern ab.



Dr. Christian A. Rumpke ist Vorstand der Verbraucherzentrale Brandenburg und erfahrener Haustauscher.

Wie kann ich vermeiden, Betrügern auf den Leim zu gehen?
Um einen ersten Eindruck zu gewinnen, finde ich Video-Chatten gut. Dabei kann man auch gleich eine kleine Wohnungsführung machen und schon einmal sehen, dass es die Wohnung wirklich gibt. Hinterher können Sie Namen und Bild der Person auch noch im Internet suchen. Schließen Sie eine Tauschvereinbarung ab. Formulare finden Sie bei den Tauschportalen. Verschicken Sie diese per Post mit der Bitte um Unterschrift und Rücksendung.

Haben Sie eigentlich auch schlechte Erfahrungen gemacht?
Nein, in all den Jahren nicht. Es ist mal was kaputtgegangen, sowohl uns als auch der Gegenseite, dann hat man sich das geschrieben und eine kleine Erstattung hinterlegt. Vertrauen zu genießen und auch selbst Menschen zu vertrauen, ist für mich einer der schönsten Aspekte dieser Urlaubsform.
Tipp: Große Tauschportale sind etwa HomeExchange, Homelink und Intervac. Wir haben sie nicht getestet. Jahresgebühren: 140 bis 175 Euro.



Authentisch. Getauschte Wohnungen sind Unikate.

25,6

Prozent der Haushalte in Deutschland besaßen 2023 ein Fitnessgerät, zum Beispiel ein Laufband. 2018 waren es 23,3 Prozent. Unsere Tests zeigen leider: Die Qualität vieler Geräte lässt zu wünschen übrig.

Quelle: Destatis. Ergebnisse unter test.de/thema/fitness-und-outdoor-ausruestung.

Reise-Entschädigungen

Viele Streitigkeiten bei Flugreisen

Reisende können bei Verspätungen oder Ausfällen Entschädigung fordern. Kommt es dabei zum Streit mit dem Transport- oder Reiseunternehmen, hilft die Schlichtungsstelle Reise & Verkehr (schlichtung-reise-und-verkehr.de). 2025 gingen dort rund 42 000 Anträge ein – das ist der zweithöchste Wert seit der Gründung des Vereins. Nur 2024 sei es aufgrund von Streiks, Extremwetter und IT-Ausfällen zu noch mehr Beschwerden gekommen, so die Schlichtungsstelle. In circa 88 Prozent der Fälle führte die Schlichtung zu einer Einigung. Rund 83 Prozent der Anträge betraf Ärger bei Flugreisen, gefolgt von Bahnfahrten (14 Prozent).

Foto: VZ Brandenburg / Karla Fritze; Getty Images / Westend61 / Nina Janeckova

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Unverzichtbar. Hunde fahren am besten in einer Box mit.

Hunde-Transportboxen im Test

Vier Boxen versagen im Crash-Test

Mangelhafte Hundeboxen sind lebensgefährlich für Tier und Mensch. Der Schweizer Touring Club hat neun Modelle getestet. Drei sind hervorragend.

Der Touring Club Schweiz (TCS) hat neun Hundeboxen getestet. Erschreckendes Ergebnis: Teilweise zersplitterten die Boxen beim Crash. Das kann zu schweren Verletzungen der Autoinsassen und des Hundes führen. Bei anderen Modellen brachen Streben oder Verbindungen. Drei erreichten aber das Gesamtergebnis Hervorragend, zwei weitere ein Sehr empfehlenswert.

Die drei hervorragenden Boxen sind auch hierzulande erhältlich. Gut für das Tier: Sie verfügen laut TCS über ein innovatives Rückwandsystem, das einen Teil der Aufprallenergie des Hundes abbaut.

Testsieger. Die Box Schmidt Fahrzeugbau Premiumkennel kostet in der getesteten Größe 3 circa 749 Euro. Sie lässt sich auf der Rückbank befestigen. In dieser Einbauart wurde die Box aktuell getestet. Alternativ kann man den Hund laut Anbieter darin auch im Kofferraum sichern.

Fast genauso gut ist vom selben Anbieter die Schmidt Fahrzeugbau Universal Selbstmontagebox Premium (787 Euro).

Preis-Leistungs-Tipp. 4Pets Pro 1 ist mit etwa 449 Euro vergleichsweise günstig. Sie wird mit einem Notausstieg ausgeliefert. Sollte nach einem Unfall der Kofferraum nicht zu öffnen sein, lässt sich der Hund so von der Rückbankseite aus bergen. Minuspunkte laut TCS: Die Pfoten könnten beim Schließen der Tür gequetscht werden. Zudem könnte die Box besser belüftet sein.

Schlusslichter. Weniger als 40 von 100 Punkten in Sachen Sicherheit erreichten die vier Boxen für unter 200 Euro: Cadoca Hundetransportbox L, Freezack Aluminium Box Rocky, Roony Hundetransportbox L und Trixie Transportbox M. Keine der vier konnte den Hunde-Dummy im Crash-Test in der Box halten, weil die Rückwände zersplitterten. Mehr Infos unter test.de/hundeboxen.

Produktwarnungen

Krebserregende Stoffe in Luftballons

Das Europäische Schnellwarnsystem für unsichere Produkte Safety Gate hat zuletzt häufig vor Luftballons gewarnt, die Nitrosamine enthalten. Nitrosamine gelten als krebserregend. Den Warnmeldungen zufolge waren die Ballons oft online verkauft worden, etwa über Amazon. Auch unsere britische Partnerorganisation Which hat im Dezember in 8 von 21 Luftballons Belastungen oberhalb des gesetzlichen Grenzwerts gefunden. Die Produkte wurden auf Online-Marktplätzen wie AliExpress, Ebay und Shein eingekauft. Nach einer Marktaufsichtsanalyse von 2024 kommen hohe Belastungen zwar auch bei im Laden gekauften Luftballons vor, aber deutlich seltener.
Tipp: Ballons möglichst im Laden kaufen und per Pumpe aufblasen.



Hoch belastet. Ballons enthalten oft Schadstoffe.

Foto: Touring Club Schweiz; Getty Images

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Naschen mit Risiko

Hundesnacks Viele der naturbelassenen Snacks im Test haben für kleinere Hunde zu viele Kalorien. Außerdem fanden wir Salmonellen, Chrom und ranziges Fett.



Foto: F1online / Science Photo Library, Stiftung Warentest (M)

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Kauen ist für Hunde ein natürliches Bedürfnis, es verspricht Belohnung und reduziert Stress. Kein Wunder also, dass Kauartikel nicht nur bei den Vierbeinern, sondern auch bei Frauchen und Herrchen beliebt sind. Der Handel setzt mit Hundesnacks mehr Geld um als mit Feucht- oder Trockenfutter. Dazu gehören auch sogenannte naturbelassene Snacks, also getrocknete Innereien oder Körperteile von Schlachtvieh und Wild (siehe Kasten rechts).

Wir haben uns 20 dieser Snacks genauer angesehen: je viermal Hühnerherzen, Kaninchenohren, Rinderpansen, Rinderkopfhaut und Schweineohren. Darunter sind Produkte von Fressnapf, Zooplus und Vitakraft. Sie kosten zwischen knapp 80 Cent und 16 Euro je 100 Gramm. Ergebnis: Nur die Hühnerherzen sind grundsätzlich für alle Hundegrößen geeignet. Alle anderen Snacks sind unzerteilt für kleine Hunde zu groß und damit zu kalorienreich. Außerdem stießen wir im Labor auf verdorbenes Fett, erhöhte Chromgehalte und in vier Produkten auf Salmonellen.

Unser Rat

Nur die Hühnerherzen sind von der Größe her grundsätzlich für alle Hunde geeignet. Am besten schneiden die Produkte von Zooplus und Yummeez ab. Unzerteilt eignen sich die Rinderkopfhäute von Fressnapf und Wow, die Rinderpansen von Zooroyal und Super Sprint sowie die Schweineohrenstix von Dibo nur für große, aktive Hunde. Für kleinere Hunde müssen sie zerteilt werden. Wichtig: Stets Hygieneregeln beachten (s. Seite 72)!

Ausgewachsene und gesunde Hunde haben mit Salmonellen meist kein Problem, die Bakterien können bei mangelnder Hygiene aber für Menschen im Haushalt gefährlich werden, insbesondere für Kleinkinder, Ältere, Schwangere und immungeschwächte Personen. Salmonellen können Durchfall, Übelkeit und Fieber verursachen.

Anbieter ruft Snack zurück

Aufgrund unseres Salmonellenfundes hat der Anbieter Happy Dog die betroffene Charge seiner Pure Snacks Rinderkopfhaut zurückgerufen. Wer naturbelassene Snacks verfüttert, sollte sich der Salmonellengefahr stets bewusst sein und grundlegende Hygieneregeln beachten (siehe S. 72).

In den Ochsenkaustangen von Edeka und den enthaarten Kaninchenohren von Dokas wiesen wir zudem auffällige Gehalte an Chrom(III) nach – deutlich mehr als in den anderen Produkten im Test. Es könnte sich um Verunreinigungen handeln. Diese können etwa entstehen, wenn Ohren und Haut in Anlagen enthaart werden, in denen auch Leder gegerbt wird. Für Hundefutter existieren keine Grenzwerte. Eine akute Gefahr besteht nicht, dennoch nehmen Hunde mit diesen Produkten pro Snackportion deutlich mehr Chrom(III) auf, als für Menschen pro Tag empfohlen wird. Wir raten vom Verfüttern ab.

So lesen Sie die Tabelle

Da es sich um Naturprodukte handelt, vergeben wir in diesem Test keine Qualitätsurteile, sondern liefern eine ernährungsphysiologische Einschätzung für die jeweilige Snackart, sowie für jedes Produkt ein individuelles Fazit. Beispiel: Hühnerherzen eignen sich grundsätzlich für Hunde →

Warenkunde

Das steckt in den Snacks

Tierische Schlachtnebenprodukte wie Ohren oder Innereien werden für die Snacks getrocknet.

Auf jemanden, der keinen Hund hält, können die naturbelassenen Snacks etwas befremdlich wirken. Doch es handelt sich dabei nicht um minderwertige Abfälle, sondern um sogenannte Schlachtnebenprodukte von Tieren, die auch für den menschlichen Verzehr geeignet sind. In unserem Test vertreten sind Innereien – Hühnerherzen und Pansen (Vormagen) vom Rind – sowie Körperteile wie Schweineohren, Kaninchenohren und Hautstreifen von Rinderköpfen.

Getrocknet und ohne Zusätze. Alle Produkte wurden getrocknet und so haltbar gemacht. Bei der Herstellung werden naturbelassene Snacks in der Regel nicht erhitzt, sie sind also roh. Die Kaninchenohren und Rinderkopfhäute wurden zum Teil enthaart. Als sogenannte Einzelfuttermittel enthalten die Snacks nur das genannte Organ oder Körperteil und viele werben damit, frei von Zusatzstoffen zu sein. Allerdings fanden wir in einigen Produkten Salzgehalte, die sich nicht mit natürlichen Gehalten erklären lassen.



Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

aller Größen. In den Herzen von Fresco fanden wir allerdings Salmonellen. Sie sind deshalb als Snack nicht geeignet.

Typisch für naturbelassene Snacks ist ihr hoher Kaloriengehalt. Im Schnitt enthalten sie je 100 Gramm sogar mehr Energie als industriell hochverarbeitete Hundesnacks (Heft 10/24). Ein Stück Rinderkopfhaut oder ein Schweineohr können mehr als ein Drittel des Tagesbedarfs eines 15-Kilo-Hundes liefern. Solche Stücke müssen entweder zerteilt werden oder sie sollten nur an große, aktive Hunde verfüttert werden.

Hauptfutter muss reduziert werden

Wer Snacks verfüttert, sollte das Hauptfutter reduzieren. Bei knapp der Hälfte der getesteten Produkte fehlt aber ein Hinweis darauf – und auch die Angabe, dass die Snacks nur unter Aufsicht gefüttert werden sollten. Das ist bei großen Stücken besonders wichtig, da sich die Hunde verschlucken könnten.

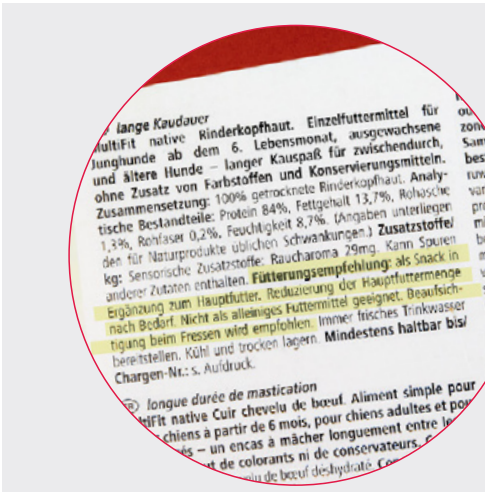
Was Hunde oft lieben und Halter akzeptieren müssen, ist der meist starke Geruch der getrockneten Snacks. Einige rochen aber deutlich bis kräftig ranzig.

Unser Labor bestätigte bei sieben Produkten fortgeschrittenen Fettverderb. Ranziges Fett kann der Leber des Hundes schaden. Wir bewerten diese Produkte deshalb als nicht geeignet.

Lieber luftdicht verpacken

Die Snacks sollten so gelagert werden, dass der Hund den Geruch nicht ständig in der Nase hat. Sonst will er womöglich mehr davon als gut für ihn ist. Ein Vorteil der naturbelassenen Snacks ist, dass die Tiere mit dem Fressen länger beschäftigt sind. Selbst große Hunde kauen an einem Schweineohr mehrere Minuten lang. ■ →

Text: Dennis Stieler; Wissenschaftliche Leitung: Dr. Ursula Loggen; Marktanalyse: Julia Leise; Leitung Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Vorbildlich. Sehr gute Fütterungsempfehlungen bietet nur Fressnapf bei allen drei Produkten im Test.



Kuschelzeit. Auf dem Sofa okay, aber nicht im Bett. Danach: Hände waschen!

Salmonellen

Diese Hygieneregeln schützen Sie vor Keimen

In naturbelassenen Snacks sollten Sie stets mit Salmonellen rechnen – und beim Füttern aufpassen, diese Bakterien nicht zu verbreiten.

Dass wir Salmonellen gefunden haben, überrascht uns nicht. Im europäischen Schnellwarnsystem für Lebens- und Futtermittel (RASFF) entfielen 2025 rund 16,5 Prozent aller Salmonellenfunde auf Kauartikel für Hunde. Salmonellen können bei Hund und Halter zu Erbrechen, Durchfall und Schmerzen führen. Auf den Produkten im Test finden sich keine Hygienehinweise.

Händewaschen ist das A und O

Jedes Mal, wenn Sie einen Hundesnack angefasst haben, sollten Sie sich gründlich die Hände waschen. Alternative: beim Füttern Einmalhandschuhe tragen. Eine Gefahr geht auch von nicht aufgefressenen Snacks aus. Diese sollten umgehend hygienisch entsorgt werden, auch damit Kinder sie nicht anfassen.

Snacks mit Gartenschere teilen

Die meisten Snacks im Test müssen für kleinere Hunde zerteilt werden. Gut gelingt das mit einer Garten- oder Geflügelschere, die Sie dann aber für keinen anderen Zweck nutzen sollten. Verarbeiten und füttern Sie die Snacks nach Möglichkeit draußen und nicht in der Wohnung, erst recht nicht in der Küche. Prinzipiell sollten die Snacks nicht mit Küchenutensilien oder anderen Futter- und Lebensmitteln in Kontakt kommen.

Napf nach dem Füttern reinigen

Wer seinem Hund naturbelassenes oder rohes Futter gibt und ihn zudem in der Küche füttert, sollte ganz besonders auf die Hygiene achten. Streicheln Sie Ihren Hund zum Beispiel nicht, während Sie Speisen zubereiten oder waschen Sie sich jedes Mal danach wieder gründlich die Hände. Grundsätzlich gilt, dass Futter- und Trinknapf stets nach Gebrauch gereinigt werden sollten. Das Wasser, das der Hund zu den trockenen Snacks braucht, regelmäßig wechseln.

Foto: EyeEm / Eva Blanco

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Checkliste

Wann Ihr Hund eine Diät braucht

Nur schlanke Hunde dürfen regelmäßig Snacks bekommen. Beachten Sie auch dann die Fütterungsempfehlungen und reduzieren Sie das Hauptfutter. So erkennen Sie, ob Ihr Hund zu dick ist:

Ideal. Das Gewicht ist im grünen Bereich, wenn sich die Rippen leicht ertasten lassen und der Bauch deutlich eingezogen ist. Schaut man von oben auf das Tier, sollte die Taille deutlich zu erkennen sein.
Übergewichtig. Etwas zu dick ist Ihr Hund, wenn sich die Rippen schwer ertasten lassen, er so gut wie keine Taille hat und sein Bauch nur leicht eingezogen ist.
Adipös. Sind die Rippen nur noch mit starkem Druck ertastbar und hängt der Bauch durch, leidet Ihr Hund unter Fettsucht. Dann sollten Sie auf das Verfüttern von Snacks ganz verzichten.

Kein Küsschen geben lassen
Streicheleinheiten sind gut für Tier und Mensch. Sie können auch so manches Belohnungsleckerli ersetzen. Allerdings gilt: danach gründlich die Hände waschen und sich vom Hund keinesfalls über das Gesicht oder offene Wunden lecken lassen. Denn über den Speichel der Tiere können Salmonellen und andere Krankheitserreger übertragen werden – und das nicht nur direkt nach dem Füttern, sondern auch noch Wochen später.

Hunde brauchen eigenen Schlafplatz
Aus hygienischen Gründen sollten Hunde – egal welcher Größe – nicht mit ins Bett genommen werden, sondern ihren eigenen Schlafplatz haben. Die Hundedecke oder das -körbchen sind kein Spielplatz für Kinder, und die Decke sollte jede Woche einmal bei mindestens 60 Grad Celsius gewaschen werden.

Foto: Adobe Stock

So haben wir getestet

Im Test: 20 naturbelassene und als Einzelfuttermittel angebotene Snacks für Hunde. Wir wählten fünf häufig gefütterte Snackarten aus und prüften jeweils pro Gruppe vier Produkte bekannter Marken. Wir kauften die Produkte im Juni und Juli 2025 ein und erfragten im November 2025 die Preise bei den Anbietern.

Untersuchungen: Details stehen unter test.de/hundesnacks-natur/methodik.

Ernährungsphysiologische Eignung

Wir bestimmten den Gehalt an Nährstoffen wie Fett und Eiweiß und berechneten daraus die umsetzbare Energie je 100 Gramm der Snacks – also die Menge Energie, die der Hund tatsächlich aus dem Futter aufnehmen kann. Dann berechneten wir mithilfe der Stückgewichte der einzelnen Produkte, ob sich die Gruppe insgesamt als Snack für kleine, mittlere oder große Hunde eignet.

Mikrobiologische Qualität

Wir bestimmten die Gesamtkeimzahl und prüften auf krankmachende Keime wie Salmonellen und Campylobacter.

Fettqualität

Wir bestimmten unter anderem die Peroxid-, Säure- und Anisidinzahl aus dem extrahierten Fett. Außerdem wurden die Produkte von drei geschulten Prüfpersonen einer einfach beschreibenden Geruchsprüfung unterzogen.

Chromgehalt

Bei Produkten, die durch einen hohen Gehalt an Kalzium auffielen oder bei denen der Natriumgehalt nicht mit dem Chloridgehalt korrelierte, haben wir den Chromgehalt für die gesamte Produktgruppe untersucht. Waren die Werte auffällig, bestimmten wir den Anteil an Chrom(III) und Chrom(VI). Chrom(VI) war nicht nachweisbar.

Fütterungsempfehlungen

Wir prüften, ob wichtige Hinweise auf den Verpackungen standen – etwa, dass das Hauptfutter reduziert werden soll oder bestimmte Snacks nur unter Aufsicht gefüttert werden sollen. Empfahl der Anbieter Portionsgrößen, überprüften wir, ob die als Tagesportion angegebenen Mengen 10 Prozent des täglichen Energiebedarfs von Hunden unterschiedlicher Gewichtsklassen nicht überschreiten.

Weitere Untersuchungen

Wir bestimmten den pH-Wert sowie die Gehalte an Natrium, Kalzium, Phosphor und Chlorid.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Naturbelassene Hundesnacks: Nur Hühnerherzen sind klein genug für alle Hunde

	Hühnerherzen				Kaninchenohren			
Produkt	**Zooplus** Wolf of Wilderness RAW Chicken Hearts[3]	**Yummeez** pure Reine Hühnerherzen gefrier-getrocknet	**Bellfor** Gesunder Leckerbissen Hühnerherzen	**Fresco** Hühnerherzen	**Das Futterhaus** Wildkind Pure Nature Kaninchenohren mit Fell[6]	**Mascota Vital** Kaninchen-Ohren mit Fell	**Dokas** Kaninchenohren kurz, getrocknet[7]	**Tackenberg** Kaninchen-Ohren mit Fell
Anteil am täglichen Energiebedarf eines 15-kg-Hundes pro Stück (Prozent)	0,6 – 1,2	0,2 – 0,3	0,5 – 1,5	1,2 – 2	7 – 9	4 – 13	2 – 3	4 – 18
Inhalt (g)/Mittlerer Preis ca. (Euro)	70/**4,29**[4]	35/**5,59**	50/**7,49**[4]	250/**6,99**[4]	100/**3,99**	100/**3,29**	70/**2,99**	200/**7,19**
Mittlerer Preis pro 100 Gramm ca. (Euro)	6,13	15,97	14,98	2,80	3,99	3,29	4,27	3,60
Stückgewicht Spanne (Gramm)	0,9 – 1,8	0,3 – 0,4	0,8 – 2,3	1,9 – 3	9,7 – 13,6	5,7 – 19,6	2,5 – 4	7,5 – 29,6
FAZIT	**GEEIGNET**	**GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**
Testkommentar	Bestes Preis-Leistungsverhältnis aller Hühnerherzen im Test. Die kleinen Stücke eignen sich auch für kleine Hunde.	Mit knapp 160 Euro pro Kilogramm der teuerste Snack im Test. Sehr kleine Stücke, daher auch für kleine Hunde geeignet. Bei den Fütterungsempfehlungen fehlen mehrere Hinweise – etwa der, das Hauptfutter zu reduzieren oder Trinkwasser bereitzustellen.	Die Analysen ergaben ranziges Fett, daher als Snack nicht geeignet. Vergleichsweise hoher Preis.	Wir fanden Salmonellen in zwei von drei Proben, daher nicht für die Fütterung geeignet.	Die Analysen wiesen auf beginnenden Fettverderb hin, daher nur mit Einschränkung als Snack geeignet. Unzerteilte Stücke nicht für kleine Hunde geeignet.	Die Analysen ergaben ranziges Fett, daher als Snack nicht geeignet. Es fehlen etliche Hinweise, etwa dass der Halter die Fütterung beaufsichtigen und das Hauptfutter reduzieren sollte.	Kleinste Portion bei den Kaninchenohren, allerdings kräftig ranzig, auch die Laboranalysen bestätigten den Fettverderb. Vergleichsweise hoher Chromgehalt. Daher als Snack nicht geeignet. Laut Anbieter nicht mehr im Handel.	Wir fanden Salmonellen in einer von drei Proben und das Fett war verdorben – daher zum Verzehr ungeeignet. Zudem fehlten etliche Hinweise für die Fütterung.
Ernährungsphysiologische Eignung	**Grundsätzlich von der Stückgröße her für alle Hundegrößen als Snack geeignet – trotz hoher Kaloriendichte. Aufgrund des geringen Gewichts liefert das größte Hühnerherz selbst für kleine Hunde (ca. 5 Kilogramm) nicht mehr als 5 Prozent des Tagesenergiebedarfs.**				**Eher für mittelgroße und größere Hunde als Snack geeignet. Für kleine Hunde sind kleinere Stücke bis 4 Gramm okay, aber die hatte nur ein Produkt im Test.**			
Mikrobiologische Qualität	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**mangelhaft**[5]	**gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**mangelhaft**[5]
Fettqualität	**sehr gut**	**sehr gut**	**mangelhaft**[5]	**sehr gut**	**ausreichend**[5]	**mangelhaft**[5]	**mangelhaft**[5]	**mangelhaft**[5]
Chromgehalt[1]	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**sehr gut**	**sehr gut**	**ausreichend**[8]	**sehr gut**
Fütterungsempfehlungen	**befriedigend**	**ausreichend**[5]	**befriedigend**	**gut**	**gut**	**ausreichend**[5]	**gut**	**ausreichend**[5]
Ausgewählte Merkmale								
Umsetzbare Energie pro 100 g (kcal)[2]	485	490	474	477	505	493	463	432
Fett-/Proteingehalt pro 100 g (Gramm)[2]	26/65	29/61	22/63	27/60	27/66	24/69	25/59	17/69
MHD laut Deklaration (MHD-Frist in Monaten laut Anbieter)	04.04.2027 (K. A.)	17.02.2027 (24)	01/2027 (K. A.)	28.02.2027 (K. A.)	31.05.2027 (24)	31.03.2027 (24)	30.09.2026 (23)	13.05.2028 (36)

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse Fazit:
Geeignet. Mit Einschränkung geeignet. Nicht geeignet.

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse Gruppenurteile:
Sehr gut. Gut. Befriedigend. Ausreichend. Mangelhaft.

Reihenfolge bei gleichem Fazit nach mikrobiologischer Qualität, Fettqualität, Chromgehalt, Fütterungsempfehlungen.
MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum.
K. A. = Keine Angabe.

1) Wir fanden auffällige Gehalte an Kalzium oder Natrium in einzelnen enthaarten Kaninchenohren und Rinderkopfhäuten. Eine mögliche Ursache könnten Gerbprozesse sein, daher haben wir in diesen beiden Produktgruppen durchgängig den Gesamtchromgehalt bestimmt, da Chrom häufig beim Gerben eingesetzt wird.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Rinderkopfhaut				**Rinderpansen**				**Schweineohren**			
Fressnapf Multifit native Rinderkopfhaut	**Wow!** Natural Chews Rinderkopfhaut[9)]	**Edeka** Premium-Snack Ochsenkaustange[10)]	**Happy Dog** Pure Snacks Rinderkopfhaut	**Zooroyal** Monoprotein Rinderpansen Sticks	**Super Sprint** Rinderpansen[12)]	**Fressnapf** Multifit native Rinderpansen	**Trixie** Natural & dried Rinder Pansen	**Dibo** Schweineohrenstix	**Fressnapf** Multifit Native Snacks Schweineohrstücke	**Topdog** Schweineohren	**Vitakraft** Natural Chews Natürliche Schweineohren
10 – 20	30 – 39	4 – 27	7 – 20	4 – 14	6 – 27	10 – 18	10 – 28	14 – 38	8 – 14	13 – 17	11 – 19
200/**5,29**	350/**12,99**	100/**2,99**	250/**7,99**	100/**1,99**	1 000/**7,98**	500/**7,99**	500/**10,99**	500/**9,79**	500/**8,99**	K. A.[13)]/**2,39**	K. A.[13)]/**3,50**
2,65	3,71	2,99	3,20	1,99	0,80	1,60	2,20	1,80	1,80	Entfällt	Entfällt
16 – 32,8	49,1 – 64,5	6,8 – 50,7	12 – 33	7 – 25,3	11,5 – 50,3	17,9 – 31,7	18,2 – 50,5	17,5 – 46,7	10,9 – 19	19,7 – 26	16,2 – 27,6
MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**MIT EINSCHRÄNKUNG GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**	**NICHT GEEIGNET**
Unzerteilt nur für große, aktive Hunde geeignet. Günstigstes Rinderkopfhaut-Produkt je 100 g im Test mit sehr guten Fütterungsempfehlungen.	Unzerteilt nur für große, aktive Hunde geeignet. Teuerste Rinderkopfhäute im Test, recht gleichmäßige Stücke. Riecht leicht ranzig.	Die Analysen wiesen auf beginnenden Fettverderb hin. Deswegen und aufgrund des hohen Chromgehalts nicht als Snack geeignet. Die Stücke sind sehr unterschiedlich groß geschnitten.	Wir fanden Salmonellen in einer von drei Proben. Der Snack ist deshalb nicht zum Verzehr geeignet. Laut Anbieter wurde die getestete Charge zurückgerufen.	Auffällig hoher Salzgehalt, daher nur mit Einschränkung geeignet. Bietet die kleinsten Rinderpansen-Stücke im Test, aber Stückgrößen variieren. Nur für aktive, große Hunde.	Auffällig hoher Salzgehalt, daher nur mit Einschränkung geeignet. Günstigste Rinderpansen im Test. Stückgrößen schwanken stark. Nur für große, aktive Hunde.	Die Analysen deuten auf beginnenden Fettverderb hin. Daher nur mit Einschränkung als Snack geeignet. Sehr gute Fütterungsempfehlungen. Unzerteilt nur für große, aktive Hunde.	Die Analysen ergaben ranziges Fett, daher als Snack nicht geeignet. Größte Rinderpansen-Stücke im Test. Es fehlen diverse Hinweise, etwa dass der Halter die Fütterung beaufsichtigen und das Hauptfutter reduzieren sollte.	Unzerteilt nur für aktive, große Hunde geeignet. Zerteilte Schweineohren in unterschiedlich großen Stücken.	Die Schweineohrenstücke riechen kräftig ranzig, auch die Analyse ergab verdorbenes Fett, daher nicht als Snack geeignet.	Die ganzen Schweineohren riechen kräftig ranzig, auch die Laboranalyse bestätigt den Fettverderb – daher nicht zum Verzehr geeignet.	Wir wiesen Salmonellen in einer von drei Proben nach. Daher nicht zum Verzehr geeignet. Außerdem wiesen die Laboranalysen auf beginnenden Fettverderb hin.
Nur für sehr aktive große Hunde mit mehr als 30 Kilogramm Gewicht als Snack geeignet. Für kleinere Rassen müssen die Stücke gedrittelt oder geviertelt werden und sollten eher selten auf dem Speiseplan landen.				**Nur für sehr aktive große Hunde mit mehr als 30 Kilogramm Gewicht als Snack geeignet. Für kleinere Rassen müssen die Stücke gedrittelt oder geviertelt werden und sollten eher selten auf dem Speiseplan landen.**				**Nur für sehr aktive große Hunde mit mehr als 30 Kilogramm Gewicht als Snack geeignet. Für kleinere Rassen müssen die Stücke gedrittelt oder geviertelt werden und sollten eher selten auf dem Speiseplan landen.**			
sehr gut	**sehr gut**	**sehr gut**	**mangelhaft**[5)]	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**mangelhaft**[5)]
sehr gut	**sehr gut**	**ausreichend**[5)]	**sehr gut**	**sehr gut**	**sehr gut**	**ausreichend**[5)]	**mangelhaft**[5)]	**sehr gut**	**mangelhaft**[5)]	**mangelhaft**[5)]	**ausreichend**[5)]
sehr gut	**sehr gut**	**mangelhaft**[11)]	**sehr gut**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**	**Nicht geprüft.**
sehr gut	**gut**	**gut**	**gut**	**gut**	**befriedigend**	**sehr gut**	**ausreichend**[5)]	**befriedigend**	**sehr gut**	**befriedigend**	**befriedigend**
443	442	381	446	390	394	418	402	583	524	483	501
10/86	9/89	5/82	7/93	13/69	17/59	18/65	13/75	40/58	31/61	21/73	25/69
02/2027 (24)	14.03.2028 (36)	30.06.2026 (24)	03/2027 (24)	04/2026 (24)	07.05.2027 (24)	01/2027 (24)	15.09.2026 (18)	18.03.2026 (K. A.)	03/2027 (24)	08.10.2026 (18)	K. A. (36)

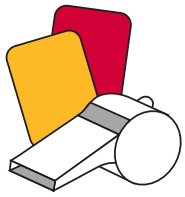
2) Laut Analyse.
3) Hergestellt von Matina.
4) Von uns bezahlter Einkaufspreis.
5) Nähere Erläuterungen siehe Testkommentar.
6) Hergestellt von Activa Heimtierprodukte.
7) Produkt laut Anbieter inzwischen nicht mehr im Handel.
8) Wir fanden erhöhte Gehalte an Chrom(III). Für Hundefutter existieren keine Grenzwerte. Eine akute Gefahr besteht nicht, dennoch nehmen Hunde mit diesen Produkten pro Snackportion deutlich mehr Chrom(III) auf, als für Menschen pro Tag empfohlen wird.
9) Etikett laut Anbieter inzwischen geändert.
10) Produktlayout und Kennzeichnung laut Anbieter inzwischen geändert.
11) Wir fanden deutlich erhöhte Gehalte an Chrom(III). Für Hundefutter existieren keine Grenzwerte. Eine akute Gefahr besteht nicht, dennoch nehmen Hunde mit diesen Produkten pro Snackportion deutlich mehr Chrom(III) auf, als für Menschen pro Tag empfohlen wird.
12) Kennzeichnung laut Anbieter inzwischen geändert.
13) Als Inhalt sind zwei Stück angegeben. Nach unseren Analysen entspricht das einer Menge von circa 40 bis 50 Gramm.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Online-Einkauf

Kein Gutschein nach Widerruf

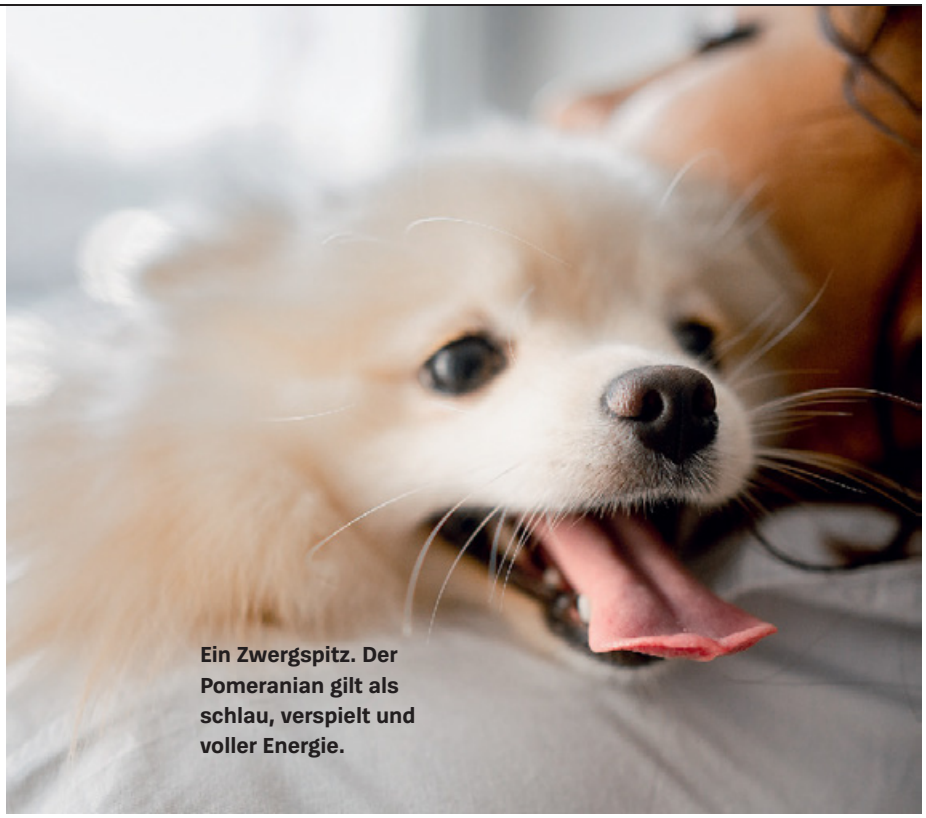
Ein Online-Kauf lässt sich innerhalb von 14 Tagen nach Lieferung widerrufen. Nach Widerruf und Rücksendung der Ware muss der Käufer sein Geld zurückerhalten. Ein Gutschein in Höhe des Warenwerts statt einer Rückerstattung ist nicht zulässig, so das Landgericht Bochum (Az. I-13 O 72/25). Das Urteil hat die Verbraucherzentrale Baden-Württemberg gegen die Händlerin Asyaa Dress erstritten, die über ihre Webseite Kleider verkauft.



Arbeitsrecht

Linienrichter ist Freiberufler

Schiedsrichter im Profi-Fußball sind keine Arbeitnehmer, sondern Freiberufler – mit allen arbeits- und sozialrechtlichen Folgen. Das hat das Bundesarbeitsgericht entschieden (Az. 9 AZB 18/25). Geklagt hatte ein damals 28-Jähriger. Er war als Schiedsrichter-Assistent von der Regionalliga in die 3. Liga aufgestiegen. Weil ihm das zuständige Tochterunternehmen des Deutschen Fußballbunds dort keine Einsätze zuwies, forderte er vor dem Arbeitsgericht Bonn Schadenersatz wegen Altersdiskriminierung. Pro Einsatz hätte er bis zu 675 Euro erhalten. Nachdem nun feststeht, dass er kein Arbeitnehmer ist, kann er vor ordentlichen Gerichten versuchen, die Entschädigung einzuklagen.



Ein Zwergspitz. Der Pomeranian gilt als schlau, verspielt und voller Energie.

Tierhaltung

Streit um einen Zwergspitz

Auch wenn Hundehalter ihr Tier nur vorübergehend anderen übergeben, können sich die Eigentumsverhältnisse verschieben. Ein aktuelles Urteil.

Tiere werden laut Bürgerlichem Gesetzbuch nach den für Sachen geltenden Vorschriften behandelt. Das heißt: Bei Eigentumsfragen gelten für Tiere im Prinzip dieselben juristischen Regeln wie für ein Auto oder einen Kühlschrank. Allerdings kann auch die Betreuung des Tieres bei einer juristischen Entscheidung eine Rolle spielen.

Der Fall. Weil sich eine Hundehalterin wegen einer Risikoschwangerschaft nicht genug um ihren Hund der Rasse Pomeranian kümmern konnte, gab sie ihn im August 2022 zu einer Freundin. Was als vorübergehende Lösung gedacht war, wurde zu einer dauerhaften. Die Freundschaft der beiden kriselte. Im März 2023 meldete die Freundin den Zwergspitz auf ihren Namen um und zahlte Hundesteuer. Ab Juni 2024 forderte die ursprüngliche Eigentümerin den Hund mit mehreren außergerichtlichen Anwaltsschreiben zurück. Vergeblich. Im Dezember 2024 klagte die Frau auf Herausgabe des Hundes.

Vor Gericht. Die Klägerin argumentierte, sie habe den Hund nur vorübergehend in Obhut geben wollen, bis sich ihre Gesundheit nach der Geburt stabilisiert hat. Dem folgte das Amtsgericht Leverkusen nicht. Die Frau sei zwar Eigentümerin des Hundes gewesen, ihr Eigentum sei aber aufgrund der langen Betreuung durch ihre Freundin auf diese übergegangen (Az. 21 C 2/25). Entscheidend für das Urteil war auch, dass die Freundin den Hund umgemeldet und sämtliche Kosten für die Hundehaltung getragen hatte. Die Klägerin wollte in Berufung gehen und dafür Prozesskostenhilfe beantragen, das Landgericht Köln lehnte dies jedoch ab (Beschluss, Az. 6 S 117/25).

Tipp: Wenn Sie Ihr Tier vorübergehend in Obhut geben möchten, können Sie vorab bei einem Anwalt einen Pflege- oder Verwahrungsvertrag aufsetzen. Das Dokument sollte Verantwortlichkeiten rund um die Übergabe und den Aufenthalt regeln und auch Haftungsfragen klären.

Foto: Westend61 / Anastasiya Amraeva; Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Urteile

Hunde-Zuchterlaubnis entzogen
Das Verwaltungsgericht Osnabrück hat einer Hundezüchterin die Zuchterlaubnis entzogen. Der Versuch der Frau, dagegen vorzugehen, blieb erfolglos. Die Frau hatte ohne Genehmigung gewerbsmäßig mit Hunden gehandelt, ihr Bestandsbuch nicht ordnungsgemäß geführt und mehr als 30 Welpen im Kofferraum transportiert. Das Gericht sah eine tierschutzrechtliche Unzuverlässigkeit als gegeben an (Az. 2 A 241/24, nicht rechtskräftig).

Chefs dürfen nicht alles sehen
Wegen illegaler Videoüberwachung erhält ein Stahlarbeiter aus dem Raum Dortmund eine Entschädigung von 15 000 Euro nach der Datenschutz-Grundverordnung. Insgesamt 34 Kameras in Produktionshalle, Lager und Büros des Stahlwerks hatten den Mann und seine Kollegen praktisch lückenlos im Blick. Das sei eine schwere Verletzung des Persönlichkeitsrechts, urteilte das Landesarbeitsgericht in Hamm (Az. 18 SLa 959/24).

Eigenbedarf nur mit Begründung
Möchte ein Vermieter Eigenbedarf geltend machen und seinem Mieter deswegen kündigen, muss er dafür eine substanzielle Begründung liefern. Pauschale Floskeln wie die Nennung seines Alters, seiner Wohnsituation und einer Trennungssituation reichten nicht aus, um sein berechtigtes Interesse darzulegen, urteilte das Landgericht Heilbronn (Az. I 3 S 12/25). Der Eigentümer hätte nachvollziehbar darstellen müssen, warum er gerade die streitgegenständliche Wohnung benötigt und warum seine aktuelle Wohnsituation den Eigenbedarf „unumgänglich“ mache.

Arbeitsrecht

Wer die Arbeitszeit falsch meldet, riskiert Rauswurf

Bei der Arbeitszeit zu schummeln, rechtfertigt die sofortige Kündigung - auch ohne eine vorherige Abmahnung. Das Landesarbeitsgericht Mecklenburg-Vorpommern bestätigte die Kündigung einer 57-jährigen Sachbearbeiterin (Az. 5 SLa 9/25). Bei einem Außentermin hatte die Diplom-Ingenieurin eine halbe Stunde später mit der Arbeit begonnen und war früher gegangen als jeweils angegeben. „Der Arbeitgeber muss auf eine korrekte Dokumentation der Arbeitszeit seiner Arbeitnehmer vertrauen können“, heißt es im Urteil. Die Zeiten bewusst falsch anzugeben, sei ein „schwerer Vertrauensbruch“. Die Frau war in einer Behörde im Einsatz. Ein Pförtner hatte notiert, wann sie kam und wieder ging. Ein nachgewiesener Verstoß reichte für den Rauswurf.



Arbeitszeit. Wer weniger arbeitet als er angibt, muss mit Konsequenzen rechnen.

E-Auto

Steuerbefreiung bis Ende 2035 möglich

Die Steuervorteile für E-Autos wurden verlängert. Elektroautos sind demnach weiterhin bis zu zehn Jahre von der Kfz-Steuer befreit. Der Zeitraum für die Steuerbefreiung wurde aber verlängert – von Ende 2030 auf Ende 2035. Dies gilt auch rückwirkend. Ein Beispiel: Wer Anfang 2025 ein E-Auto gekauft hat, profitiert jetzt auch zehn Jahre lang von dem Steuervorteil. Das sind fünf Jahre länger als bisher. Zudem gilt die Steuerbefreiung nun auch für E-Autos, die ab dem Jahr 2026 zugelassen werden, allerdings ebenfalls höchstens bis Ende 2035. Beispiel: Wer Anfang 2028 ein E-Auto kauft, zahlt sieben Jahre keine Kfz-Steuer. Um von den Vorteilen zu profitieren, muss das Auto aber spätestens bis Ende 2030 zugelassen werden. Wichtig zu wissen: Wechselt das E-Auto die Halterin oder den Halter, wird auch die Steuerbefreiung weitergereicht. Der Bund hat im Jahr 2024 durch die Kfz-Steuer 9,7 Milliarden Euro eingenommen.



Anreiz. Wer ein E-Auto kauft, zahlt bis zu zehn Jahre keine Kfz-Steuer.

Foto: Westend61 / Uwe Umstätter, INIMAGES

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Lufthansa. Die Kranich-Airline muss ihre Vertragsklauseln nachbessern.

Vielflieger

Nachentgelt für ungenutzten Flug

Die Lufthansa darf kein Nachentgelt mehr von Fluggästen fordern, die aus gutem Grund eine Teilstrecke ihrer Flugreise mit Umstieg verfallen lassen. So urteilte der Bundesgerichtshof (BGH, Az. X ZR 110/24). Hintergrund: Eine Umsteigeverbindung kann billiger sein als ein Teilflug der Strecke – und daher Geld sparen. Beispiel: Ein Berliner hat geschäftlich in Oslo, dann in New York zu tun. Von Oslo bucht er ein Hin- und Rückflugticket über Frankfurt nach New York, obwohl er nicht nach Oslo zurück will. Auf der Heimreise fliegt er ab Frankfurt mit separat gebuchtem Billigticket nach Berlin – sein Flug nach Oslo verfällt. Den Airlines sind solche Sparfuchs-Buchungen ein Dorn im Auge. Die Lufthansa behielt sich daher vor, von Fluggästen ein Nachentgelt zu fordern, wenn sie Teilstrecken verfallen lassen. Das geht laut BGH zu weit. Liegen unvorhersehbare Gründe wie eine Krankheit vor, dürfe kein Nachentgelt erhoben werden.

Gute Katzen-OP-Policen

Müssen Katzen operiert werden, kann das teuer werden. Für Operationen mit Klinikaufenthalt werden womöglich Tausende Euro fällig. Vor solchen finanziellen Belastungen schützen Katzen-Operationskostenversicherungen. Im Ernstfall übernehmen die Anbieter die versicherten Operationskosten bis zur vereinbarten Höhe.

Wir haben 53 Angebote von 23 Tierversicherern untersucht. Die Tabelle zeigt die besten Tarife bis Note 1,7 ohne Selbstbeteiligung. Es ist empfehlenswert, bereits junge Katzen zu versichern, da viele Versicherer Policen nur bis zu einem festgelegten Alter aufnehmen. Alle Ergebnisse des Tests unter test.de/katzen-op-versicherung.

Anbieter (Risikoträger)	Tarif	QUALITÄTS-URTEIL	Höchstalter des Tieres beim Eintritt (Jahre)	Eintrittsbeiträge für Beispielkatzen (Jahresbeitrag)		Ohne planmäßige Beitragserhöhung
				Mischlingskatze, 6 Monate alt, ohne Freigang (Euro)	Mischlingskatze, 7 Jahre alt, mit Freigang (Euro)	
Lassie (HDI)	OP-Schutz	**SEHR GUT (1,5)**	Ohne	105	178	☐[1]
Barmenia	Premium-Plus OP[2]	**GUT (1,6)**	5[3]	262	–	☐[4]
LVM	MeinPremium, VS unbegrenzt	**GUT (1,7)**	8	180	203	☐[5]
Barmenia	Premium OP[2]	**GUT (1,7)**	5[3]	201	–	☐[4]
Petprotect (Barmenia)	Exklusiv Plus	**GUT (1,7)**	5[3]	259	–	☐[4]
Cleos (Uelzener)	Rundum Plus	**GUT (1,7)**	8[6]	276	324	■

Bewertung: Sehr gut (0,5–1,5). Gut (1,6–2,5). **Sortierung nach Qualitätsurteil. Bei gleichem Qualitätsurteil nach Eintrittsbeitrag für Mischlingskatze, 6 Monate alt, ohne Freigang.** Alle Eintrittsbeiträge (Jahresbeiträge) für Beispielkatzen sind kaufmännisch gerundet. ■ = Ja. ☐ = Nein. – = Entfällt, da kein Angebot.
1) Altersabhängig. Anbieter machte keine weiteren Angaben. **2)** Gleicher Tarif erhältlich bei: Adcuri, Catcare24, Catprotect24, Die Bayerische. **3)** Ab dem 6. Geburtstag nur noch Variante mit Selbstbehalt abschließbar. **4)** Erhöhung ab Alter von 3, 5, 7, 9 Jahren. **5)** Jährliche Erhöhung um 4 Prozent ab einem Alter von 4 Jahren. **6)** Inklusive 9. Geburtstag. **Stand:** 1. Dezember 2025.

Inside Stiftung Warentest

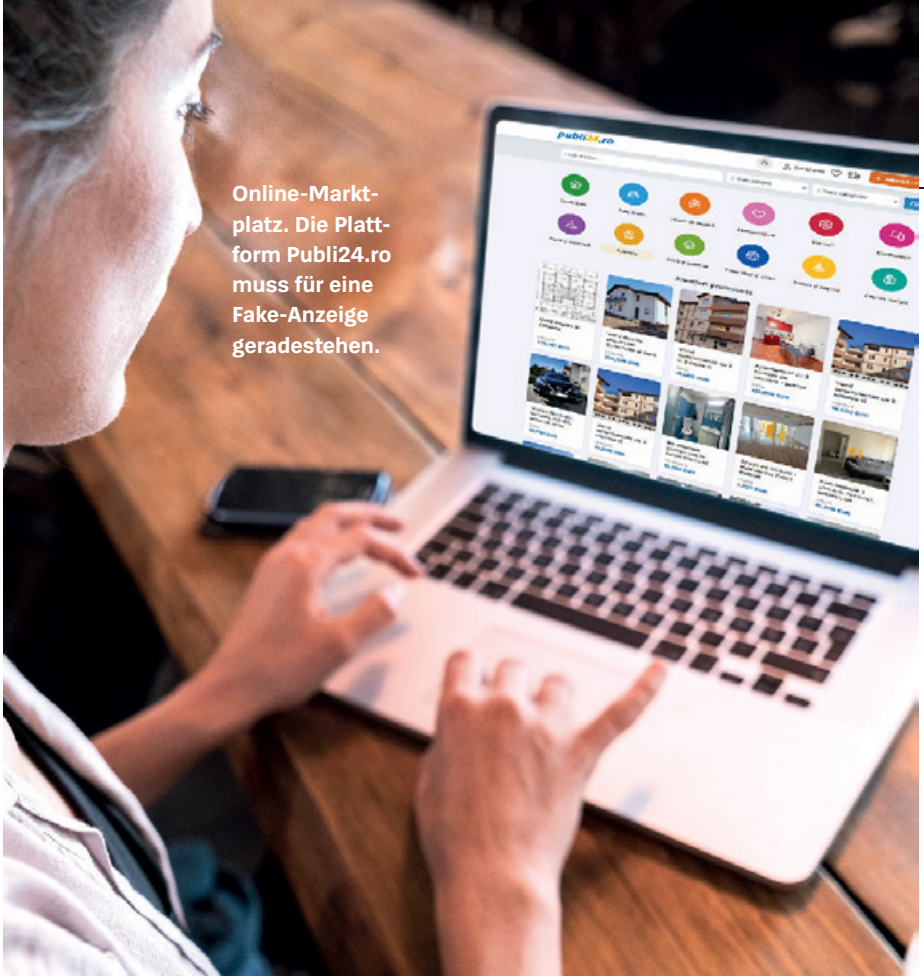
Für alle, die es besser wissen wollen: Profitieren Sie vom exklusiven Wissen unserer Chefredakteure und erhalten Sie wertvolle Tipps direkt in Ihr Postfach – wöchentlich und kostenlos.

Jetzt anmelden: test.de/newsletter



Foto: picture alliance / NurPhoto

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Online-Marktplatz. Die Plattform Publi24.ro muss für eine Fake-Anzeige geradestehen.

Fake-Veröffentlichungen

Online-Plattformen haften

Einer auf einem Online-Marktplatz als Prostituierte verunglimpften Rumänin steht laut EuGH Schadenersatz zu. Das hat Folgen für alle soziale Medien.

Immer noch erscheint Ioana (Name geändert) an zahlreichen Stellen im Internet als Prostituierte. Zumindest eine Entschädigung steht ihr zu, obwohl sich nicht klären ließ, wer im August 2018 eine Anzeige auf dem Online-Marktplatz Publi24.ro veröffentlichte, in der die Rumänin angeblich Sex für Geld anbot, samt Telefonnummer und Fotos. Das Unternehmen hinter der Webseite ist verpflichtet, der Frau Schadenersatz zu zahlen, urteilte der Europäische Gerichtshof (EuGH) in Luxemburg.

Löschung kam zu spät. Ioana hatte protestiert, als sie von der Anzeige erfuhr. Innerhalb einer Stunde verschwand die Anzeige wieder. Doch zu spät: Die Daten befanden sich bereits auf zahlreichen anderen Webseiten; sie blieben dort verfügbar, auch nachdem das Original gelöscht war.

Haftung ohne Verschulden. Die rumänischen Gerichte waren sich nicht einig. Das Gericht erster Instanz verurteilte den Online-Marktplatz dazu, 7000 Euro Schmerzensgeld an Ioana zu zahlen. Doch das in zweiter Instanz zuständige Fachgericht hob die Verurteilung auf und wies die Klage ab. Auf Ioanas Berufung hin beschloss die rumänische Justiz, beim EuGH in Luxemburg nachzufragen. Der urteilte jetzt: Online-Marktplätze müssen sicherstellen, dass heikle Daten zu einer Person nur mit deren Einverständnis erscheinen.

Weniger Fake News. Das Urteil hat nach Ansicht von Rechtsexperten der Stiftung Warentest Folgen nicht nur für Online-Marktplätze, sondern für alle sozialen Medien. Sie müssen Anzeigen und Beiträge sehr viel genauer prüfen als bisher. Geht es um personenbezogene Daten, sind sie nun von Anfang an in der Pflicht und müssen einen möglichen Missbrauch durch geeignete Kontrollen von vornherein verhindern. Rutscht ihnen etwa eine Fake-Anzeige wie die von Ioana durch, tragen sie die volle Verantwortung. Bisher mussten sie erst etwas unternehmen, wenn Betroffene eine Rechtsverletzung entdeckten und rügten.



Stiftung Warentest warnt

Falsche Anrufe vom Sperr-Notruf

Unter der Nummer 116 116 lassen sich etwa Girocards, Sim-Karten oder die elektronischen Funktionen des Personalausweises sperren. Die Sperr-Notruf-Nummer kennen viele – und viele vertrauen ihr. Das nutzen Kriminelle aus.

Anrufe mit falscher Anzeige. Die Masche ist perfide: Betrüger manipulieren die Rufnummernanzeige, sodass die Angerufenen auf dem Display die 116 116 sehen. Im Gespräch geben sich die Betrüger als Mitarbeiter des Sperr-Notrufs aus, berichten von Sicherheitsproblemen rund ums Bankkonto und erfragen vertrauliche Daten wie Pin-Nummern. Der Sperr-Notruf warnt vor dieser Masche und betont in einer Presseerklärung, dass seine Mitarbeiter niemals von der Nummer 116 116 aus anrufen würden.

Einfache Manipulation. Für Kriminelle ist es einfach, eine Rufnummernanzeige zu verändern. Die Methode nennt sich auch Call-ID-Spoofing. Sie ermöglicht auch etwa Anrufe unter der 110 oder mit der Nummer einer Bank.

Tipp: Vertrauen Sie nicht gleich der Nummer auf Ihrem Display. Wenn die 116 116 anruft, gehen Sie nicht ran. Seien Sie skeptisch, wenn vermeintlich offizielle Stellen vertrauliche Daten erfragen.

Foto: Westend61, Stiftung Warentest (M); Illustration: Kati Szilagyi

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Früher in Rente gehen

Schwerbehinderung Menschen mit Schwerbehinderung können weit vor der regulären Altersgrenze die Rente beziehen. Je früher sie gehen, desto niedriger fällt sie aber aus. Wir rechnen vor.

In Deutschland leben rund acht Millionen Menschen mit Schwerbehinderung. Als schwerbehindert gilt, wer einen Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50 hat. Der Grad gibt an, wie stark die Behinderung eine Teilhabe an der Gesellschaft beeinträchtigt. Die Skala reicht dabei in Zehnerschritten von 20 (geringe Beeinträchtigung) bis 100 (schwerste Beeinträchtigung). 91 Prozent der schweren Behinderungen mit GdB 50 und höher werden durch Krankheit verursacht, so das Statistische Bundesamt im Juli 2024.

Früherer Ruhestand möglich

Rund eine Million der schwerbehinderten Menschen in Deutschland sind Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Für sie gibt es eine eigene Rente: die „Altersrente für Menschen mit Schwerbehinderung“. Sie ermöglicht einen früheren Start in den Ruhestand. Das ist aber kein Muss: Schwerbehinderte, die das wollen, können auch bis zur regulären Altersgrenze oder länger arbeiten.



Blutzuckermessung. Diabetes kann eine Schwerbehinderung sein. Für Beschäftigte gelten dann spezielle Rentenregeln.

Foto: Getty Images / Maskot

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Die spezielle Altersrente ermöglicht es Versicherten mit Schwerbehinderung, bis zu zwei Jahre vor der regulären Altersgrenze eine abschlagsfreie Rente zu beziehen. Abschläge sind prozentuale Kürzungen, die bei vorzeitigem Rentenbezug oft fällig sind. Nehmen Schwerbehinderte solche Abschläge in Kauf, können sie die Rente bis zu fünf Jahre vor der Regelaltersgrenze erhalten.

Mit oder ohne Abschläge in Rente

Alle ab 1964 geborenen Beschäftigten mit Schwerbehinderung können ab 65 Jahre ohne Abschläge in Rente gehen, mit Abschlägen ab 62 Jahre. Für Ältere ist der Rentenstart je nach Jahrgang schon etwas früher möglich (siehe Tabellen S. 82).

Wie sich ein frühzeitiger Ruhestand bei Durchschnittsverdienenden nach derzeitigen Werten auswirkt, haben wir an einem Beispielfall für fünf verschiedene Szenarien durchgerechnet (siehe unten).

Weniger Rente bei früherem Ruhestand

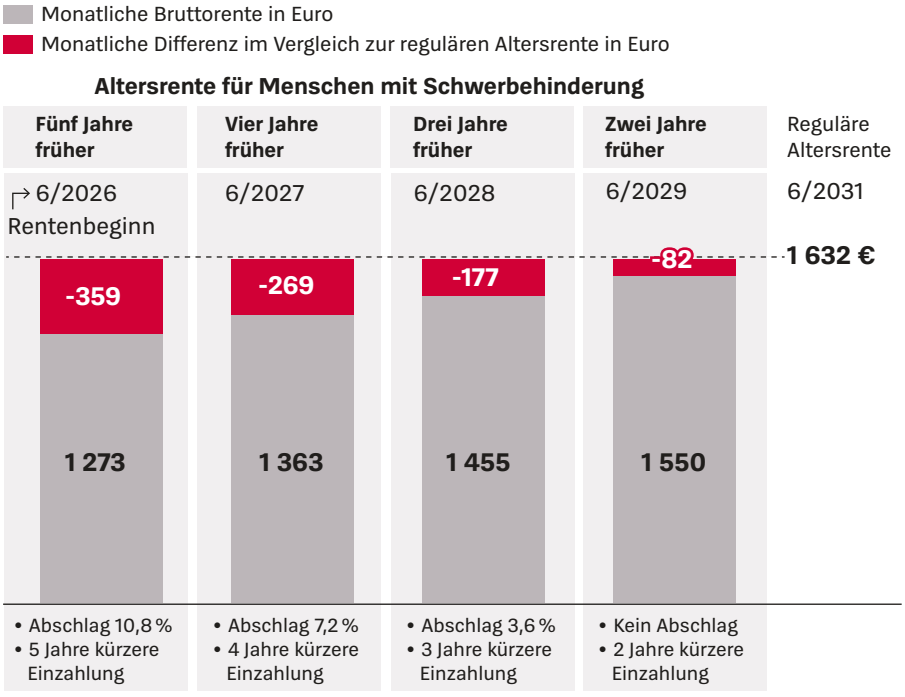
Die frühzeitige Altersrente ist immer niedriger als die reguläre Altersrente. Das hat zwei Ursachen. Zum einen zahlen die Versicherten kürzer ein. Selbst Beschäftigte, die ihre Rente mit 65 Jahren abschlagsfrei beziehen, zahlen im Vergleich zu Versicherten, die mit 67 in Rente gehen, zwei Jahre weniger ein. Das mindert die Rentenhöhe. In unserer Beispielrechnung machen die zwei Jahre ein Minus von 82 Euro brutto im Monat aus. Für Versicherte, die mehr als zwei Jahre vor der Regelaltersgrenze in Rente gehen, kommen Abschläge hinzu. Sie verringern die Rente neben der kürzeren Dauer der Einzahlung zusätzlich.

Abschläge von bis zu 10,8 Prozent

Für jeden Monat, den Versicherte ihre Rente früher als zwei Jahre vor der Regelaltersgrenze erhalten, zieht die Rentenversicherung 0,3 Prozent von der eigentlichen →

Wie sich ein früher Rentenstart auswirkt

Menschen mit Schwerbehinderung können ohne Abschläge zwei Jahre vor der regulären Altersgrenze in Rente gehen, mit Abschlägen bis zu fünf Jahre früher. Wir haben ausgerechnet, welche finanziellen Auswirkungen das für Durchschnittsverdienende hat.



Beispielfall: Geboren am 15.5.1964. Bei regulärem Rentenstart käme der Versicherte auf 40 Versicherungsjahre und 40 Entgeltpunkte. Er verdient durchschnittlich, 2026 entspricht das 51 944 Euro im Jahr (vorläufig). Aktueller Rentenwert: 40,79 Euro. Werte kaufmännisch gerundet auf volle Euro. Quelle: Stiftung Warentest, Stand: Januar 2026.

Infografik: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

Anlaufstellen

Hier erhalten Sie Rat und Hilfe

Wichtigste Anlaufstellen bei einem früheren Rentenbeginn sind Versorgungsamt und Rentenversicherung.

Schwerbehinderung: Bei Rentenbeginn müssen Sie Ihre Schwerbehinderung mit einem Schwerbehindertenausweis nachweisen. Diesen stellen Versorgungsämter aus. Sie beraten auch zu Fragen rund um die Schwerbehinderung. In einigen Bundesländern heißen die Ämter anders. Fragen Sie bei Ihrer Stadt- oder Kreisverwaltung nach.

Rente: Um Ihre Rente optimal zu gestalten, sollten Sie möglichst schon einige Jahre vor dem gewünschten Rentenbeginn Kontakt zur Rentenversicherung suchen (deutsche-rentenversicherung.de).

Bei Problemen: Sozialverbände wie VdK (vdk.de) oder SoVD (sovd.de), Rentenberater oder Sozialrechtsanwälte helfen bei Problemen weiter. Fragen Sie vorher nach den Kosten.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Rente ab. Beim frühestmöglichen Rentenbezug betragen die Abschläge insgesamt 10,8 Prozent. Weniger Beitragszahlung plus Abschläge verringern bei unserem Beispielfall die Rente insgesamt um 359 Euro brutto im Monat.

Frühe Rente kein Verlustgeschäft

Wichtig für den Hinterkopf: Eine niedrigere Rente durch frühen Rentenbeginn heißt nicht zwangsläufig, dass Versicherte langfristig auch Rentenverluste haben. Fünf Jahre früher in Rente heißt schließlich auch, dass sie fünf Jahre länger Rente beziehen.

In den fünf Jahren zwischen regulärem und frühestmöglichem Rentenbeginn würden sich die Werte in unserer Beispielrechnung derzeit auf mehr als 76 000 Euro Rente brutto summieren. Rentensteigerungen sind dabei nicht einmal eingerechnet. Die gibt es aber in der Regel jedes Jahr. Es würde viele Jahre dauern, bevor Versicherte diese 76 000 Euro durch die höhere Monatsrate wieder drin hätten, die sie mit einem regulären Rentenstart ab 67 erhalten würden.

Wenig bringen solche Überlegungen allerdings all denjenigen, die mit einer um fast 360 Euro niedrigeren Bruttorente im Monat nicht über die Runden kommen.

Voraussetzungen erfüllen

Zum Rentenbeginn müssen Versicherte ihre Schwerbehinderung anhand eines Schwerbehindertenausweises nachweisen (siehe „Anlaufstellen“, S. 81). Außerdem müssen sie zum Rentenstart auf mindestens 35 Versicherungsjahre kommen. Das hört sich erst einmal viel an. Ist aber oft zu schaffen, da neben Zeiten aus sozialversicherungspflichtiger Beschäftigung viele andere mitzählen wie Krankengeldbezug, Studium, Kindererziehung oder Angehörigenpflege.

Tipp: Zu jung für die Altersrente, aber nicht mehr fit genug für einen Job? Erkundigen Sie sich zu Reha und Erwerbsminderungsrente: test.de/erwerbsminderung. ■

Text: Katharina Henrich;
Projektleitung: Dr. Bernd Brückmann

Rente ohne Abschlag

Schwerbehinderte Menschen können mit 65 abschlagsfrei in Rente gehen, Jahrgänge vor 1964 schon etwas früher.

Jahrgang	**Alter** (Jahre plus Monate)	**Rentenstart im Zeitraum** (Monat/Jahr)
1961	64 + 6	7/25–7/26
1962	64 + 8	9/26–9/27
1963	64 + 10	11/27–11/28
Ab 1964	65	Ab 1/29; immer nach Vollendung des 65. Lebensjahres

Rente mit Abschlag

Nehmen sie Rentenabschläge in Kauf, können Menschen mit Schwerbehinderung schon ab 62 – also bis zu fünf Jahre vor der Regelaltersgrenze – Rente beziehen. Drei Beispiele.

Jahrgang	**Alter** (Jahre plus Monate)	**Rentenstart im Zeitraum** (Monat/Jahr)
Drei Jahre früher – Rentenabschlag 3,6 Prozent		
1962	63 + 8	9/25–9/26
1963	63 + 10	11/26–11/27
1964	64	1/28–1/29
Vier Jahre früher – Rentenabschlag 7,2 Prozent		
1963	62 + 10	11/25–11/26
1964	63	1/27–1/28
Fünf Jahre früher – Rentenabschlag 10,8 Prozent		
Ab 1964	62	Ab 1/26, immer nach Vollendung des 62. Lebensjahres



Abwägen. Bei einem frühen Start in den Ruhestand fällt die Rente niedriger aus. Dafür hat man länger was davon.

Foto: EyeEm / Westend61

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Diesen Monat in **Stiftung Warentest Finanzen**

Jetzt im Handel: **Heft 2/2026**



Titel: Depot krisenfest machen

An den Börsen läufts gut. Die Frage ist, wie lange noch. Die Angst vor einer KI-Blase wächst. Zudem können geopolitische Risiken die Märkte beeinträchtigen. Wir haben vier Strategien getestet, mit denen Sie Ihr Depot stabilisieren können – und sagen, welche hilft, wenn es kracht.

Weitere interessante Themen

Mehr Netto 2026. Wir zeigen anhand konkreter Beispiele, wie Sie mit Freibeträgen, Extras zum Gehalt oder einem Steuerklassenwechsel mehr rausholen – und wie viel vom Nebenjob bleibt.

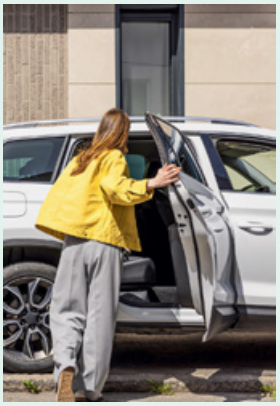
Hass und Hetze im Netz. Gegen Hassreden und Beleidigungen im Internet lässt sich etwas tun. Wie Sie sich wehren können.

Hilfe für Hinterbliebene. Wenn der Partner stirbt, sorgt die Rentenkasse für finanzielle Sicherheit. Wir zeigen, womit Sie rechnen können.



Katzen-OP-Versicherung

Diagnostik, Operation, Nachbehandlung: Die Behandlung der Vierbeiner kann locker Tausende Euro kosten. Unser Test zeigt 173 Tarif-Varianten für junge und alte Kätzchen. Einer ist sehr gut.



Gebrauchtes Auto verkaufen

Wir zeigen in sieben Schritten, wie Sie beim Verkauf den besten Preis rausholen und sich gegen Gewährleistungsansprüche des Käufers absichern. Plus: Extra Tipps für alte Elektrische.

Foto: Stocksy / Iuliia Versta; Stocksy / Studio Firma

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Flug abgesagt oder viel zu spät? So kommen Sie an Ihre Entschädigung

Nicht nur die Bahn fährt enorme Verspätungen ein, auch an vielen Flughäfen läuft es nicht rund. Schlechtes Wetter, Streik, verspätete Crews – es gibt viele Gründe, warum Flüge viel zu spät landen oder ganz abgesagt werden. Für Urlauber kann das ärgerlich und teuer sein. Häufiger als viele denken, können sie eine Entschädigung bekommen – auch wenn die Fluglinie sich querstellt.





Ulrike Sosalla
ist stellvertretende Chefredakteurin von Stiftung Warentest Finanzen und damit ausgewiesene Fachfrau für Finanzfragen. Ihre Kolumnen erscheinen regelmäßig auf web.de.

Kürzlich habe ich Urlaubsgeld noch nach dem Urlaub bekommen – nicht von meinem Arbeitgeber, sondern von der portugiesischen Fluggesellschaft Tap. Gut, es war kein Urlaubsgeld, sondern die Entschädigung für sieben Stunden Verspätung beim Rückflug aus unserem Sommerurlaub, für drei Personen immerhin mehrere Hundert Euro.

Gefreut habe ich mich nicht nur über das Geld, sondern auch über mich selbst: darüber, dass ich überhaupt auf die Idee gekommen bin, die Entschädigung einzufordern. Die Fluglinie hat uns jedenfalls nicht darauf aufmerksam gemacht, sondern uns beim Umsteigestopp einfach neue Bordkarten und einen Gutschein in die Hand gedrückt, sobald klar war, dass der Anschlussflug weg ist: 15 Euro pro Person für ein Flughafenrestaurant. Wer die Preise an Flughäfen kennt, weiß, dass wir dafür gerade mal ein trockenes Sandwich plus Getränk bekommen haben. Aber das nur nebenbei.

Ohne meinen Job hätte ich vielleicht gar nicht gewusst, dass in unserem Fall eine Entschädigung möglich ist. Denn: Der ursprüngliche Flug vom Urlaubsort bis zum Zwischenstopp hatte nur eine Stunde Verspätung, eigentlich nicht weiter dramatisch. Aber dann ging es los: Der Anschlussflug war knapp kalkuliert und daher weg.

Illustration: Kati Szilagyi; Foto: Max Lautenschläger

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Wir wurden umgebucht auf einen anderen Flug, aber nicht direkt nach Berlin, sondern über Frankfurt. Dort gab es einen Anschlussflug mit einer anderen Fluglinie, doch die Crew verspätete sich. Eine harte Nervenprobe, denn in Berlin dürfen ab Mitternacht keine Flieger mehr landen. Am Ende flogen wir 15 Minuten vor dem Zapfenstreich gerade noch so ein – insgesamt sieben Stunden später als geplant.

Seit das Geld auf meinem Konto ist, sehe ich die ganze Sache in einem freundlicheren Licht. Zumal ich überhaupt nicht damit gerechnet hatte, dass ich so einfach an die Entschädigung kommen würde. Immer wieder hört man, dass viele Fluglinien versuchen, Kunden abzuwimmeln. Wie also geht man bei einer Verspätung am besten vor?



Schritt 1: Prüfen, ob ein Fall für eine Entschädigung vorliegt

Prinzipiell gilt: Kommen Fluggäste mit einer Verspätung von drei Stunden oder mehr am Zielort an, haben sie Anrecht auf eine Entschädigung. Die Höhe hängt von der Länge der Flugstrecke ab:

- 250 Euro pro Person gibt es für Kurzstrecken (bis 1500 Kilometer Fluglinie).
- 400 Euro sind es für Strecken bis 3500 Kilometer.
- 600 Euro gibt es für Langstrecken.

Tipp: Sehr hilfreich ist der Flugärger-Rechner der Verbraucherzentrale NRW (vz-nrw.de/flugaerger).



Allerdings gibt es ein paar Einschränkungen: Die Regel gilt nur, wenn der Flug innerhalb der EU beginnt oder wenn die Fluglinie ihren Hauptsitz in der EU hat. Keine Entschädigung gibt es bei außergewöhnlichen Ereignissen wie Schneesturm am Flughafen, Terroranschlag oder Streik des Bodenpersonals. Streiken aber die Mitarbeiter der Fluglinie selbst (etwa Flugbegleiter oder Piloten), gibt es Entschädigung bei Ausfällen oder Verspätungen.

Schritt 2: Antrag bei der Fluglinie einreichen

Damit die Entschädigungsforderung schnell bearbeitet werden kann, nutzen Sie am besten Serviceformulare auf der Webseite der jeweiligen Fluggesellschaft. Viele große Airlines stellen diese bereit. Falls nicht, schicken Sie Ihre Forderung mit Kopien der Bordkarten und genauer Angabe von Datum, Uhrzeiten und Flugnummern per E-Mail.

Schritt 3: Nachhaken

Falls sich nach vier bis sechs Wochen nichts tut: Haken Sie freundlich, aber bestimmt nach.

Schritt 4: Auf Anforderung weitere Dokumente einreichen

Teilweise fordern die Airlines weitere Dokumente an, etwa Buchungsbelege oder – so bei uns – die Geburtsurkunde des Kindes, um sicherzugehen, dass wir als Eltern ein Recht auf die Entschädigung haben.

Schritt 5: Falls nichts geschieht – Schlichtungsstelle einschalten

Meldet sich die Fluggesellschaft trotz Nachhakens nicht oder lehnt Ihren Anspruch ab, gibt es mehrere Möglichkeiten. Die preisgünstigste ist, sich an eine Schlichtungsstelle zu wenden. Zuständig ist die Schlichtungsstelle Reise und Verkehr, ehemals Söp. Sie vermittelt bei Streit zwischen Passagier und Fluggesellschaft. Die Schlichtung ist für Verbraucher stets kostenfrei, auch bei erfolglosem Verfahren.

Eine andere Möglichkeit ist, sich an ein Inkasso-Portal oder einen Sofort-Entschädiger zu wenden (mehr Infos unter test.de/fluggastrechte). Diese fordern die Entschädigung ein – verlangen dafür aber einen Anteil von 24 bis 50 Prozent des ausgezahlten Geldes.

So weit musste ich glücklicherweise nicht gehen, alles lief einwandfrei. Der nächste Urlaub kann kommen – diesmal allerdings mit der Bahn. Es wird also wieder spannend. ■

Illustration: Kati Szilagyi

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Wieder nah. Eine Therapie kann Konflikte lösen.

Paartherapie

Die Beziehung retten

Dauerstreit mit Partner oder Partnerin? Eine Paartherapie kann helfen. Wann Sie sich Hilfe suchen sollten und wie sich gute Therapeuten finden lassen.

In Deutschland geht etwa jede zweite Ehe entzwei, rund 130 000 Ehepaare lassen sich jedes Jahr scheiden. Studien zeigen, dass eine Paartherapie Trennungen entgegenwirken kann. Eine Erhebung der katholischen Hochschule Freiburg ergab, dass es der Hälfte der Paare nach einer Therapie deutlich besser miteinander geht als zuvor.

Lieber zu früh als zu spät starten. Paare sollten sich rechtzeitig Hilfe suchen – zum Beispiel, wenn es nicht mehr gelingt, Konflikte gemeinsam zu lösen, Streits und Verletzungen heftiger werden. Je tiefer die Konflikte sitzen und je mehr Verletzungen es gab, desto schwieriger sind die Gräben zwischen den Partnern zu schließen.

Erfolgreicher Ansatz aus Kanada. Als besonders effektiv gilt die emotionsfokussierte Paartherapie aus Kanada. Sie analysiert, wie Bindungsbedürfnisse der Partner die Beziehung beeinflussen. In Studien gaben drei von vier Paaren an, nach dieser Therapie befreit von ihren Paarproblemen zu sein. Wichtiger Erfolgsfaktor ist, wenn Paartherapeuten die wahren Gründe der Probleme herausfinden. Hinter Sätzen wie „Ständig bist du mit Freundinnen unterwegs“ oder „Nie räumst du die Wäsche weg“ stecken oft Gefühle von mangelnder Liebe und Anerkennung oder Unsicherheit.

Den richtigen Therapeuten finden. Der Begriff Paartherapeut ist nicht geschützt. Eine qualifizierte Person sollte ein sozialwissenschaftliches Studium absolviert haben – etwa Psychologie, Sozialpädagogik oder Pädagogik – und über Ausbildungszertifikate zur Paartherapie verfügen. Mit dem Suchwort „Paartherapie“ lässt sich auf der Webseite der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung (dptv.de) suchen.

Kosten. Eine Sitzung bei niedergelassenen Therapeutinnen oder Therapeuten kostet in der Regel zwischen 90 und 200 Euro und dauert 60 bis 90 Minuten. Oft braucht eine Therapie 10 bis 20 Termine. Gesetzliche und private Krankenkassen zahlen sie nicht.

Parasiten

Infektionsgefahr durch Waschbären

Der Waschbärspulwurm breitet sich in Europa aus. Er kann auch Menschen infizieren und gefährliche Krankheiten wie Hirnhautentzündung verursachen. Der Parasit ist schon in neun Ländern Europas etabliert. Ein Forschungsteam der Goethe-Universität Frankfurt hat 146 Waschbären in Deutschland untersucht. Zwei Drittel der Tiere waren befallen. Über ihren Kot geraten Wurmeier in die Umwelt. Vor allem Kleinkinder könnten sie in Gärten und Sandkästen berühren und so verschlucken. **Tipp:** Halten Sie sich fern von Tierkot. Entfernen Sie Kot in Ihrem Garten, der nicht von Ihrem Haustier stammt, mit Einmalhandschuhen und Mundschutz.

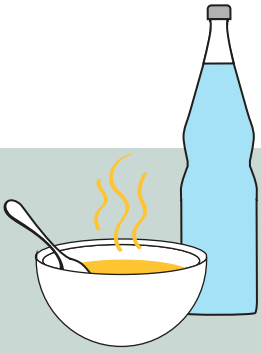
Kiffen

Cannabispsychosen nehmen stark zu

Die Zahl der cannabisbedingten Psychosen in Deutschland steigt, seit der Besitz und der Konsum von Cannabis am 1. April 2024 legalisiert wurden. Das zeigt eine Studie im Deutschen Ärzteblatt, die auf Daten von Krankenhauseinweisungen in die Bezirkskliniken Schwaben beruht. Betrachtet wurde der Zeitraum vom 1. April 2022 bis zum 31. März 2025. Nach der Legalisierung verdoppelten sich dort nahezu die Diagnosen von Psychosen im Zusammenhang mit Cannabiskonsum. Vorher kamen deswegen im Schnitt 17 erwachsene Patienten pro eine Million Einwohner im Quartal in die Klinik, danach waren es 30 Patienten.

Foto: Westend61 / Joseffson

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Abgeklopft

Lässt sich der Körper entschlacken?

Nein. Laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung ist noch nicht einmal die Existenz von Schlacken belegt. Die Idee des Entschlackens leitet sich unter anderem vom klassischen Heilfasten ab, moderne Detox-Konzepte haben sie aufgegriffen. Demnach sollen durch Umweltschadstoffe, Fleisch und hoch verarbeitete Lebensmittel giftige Schlacken entstehen, vornehmlich im Darm. Darmentleerungen und tagelange Trinkkuren sollen sie hinausbefördern. Doch der Körper braucht das nicht – er kann sich sehr gut selbst reinigen. Dafür sorgen unter anderem die Leber sowie die Nieren. Was mehr bringt als Entschlacken: sich regelmäßig und dauerhaft gemüse- und vollkornbetont zu ernähren und dabei die Kalorien im Blick zu behalten.

Fit im Alter

Klavierspielen hält das Gehirn jung

Tanzen, Malen, Musizieren: Wer kreative Fertigkeiten lange Zeit trainiert, kann das Altern des Gehirns verlangsamen. Das legt eine Studie von Teams aus 13 Ländern nahe, erschienen im Fachmedium Nature Communications. Die Forschenden ermittelten etwa per Magnet-Enzephalografie die Gehirnaktivität von 232 Menschen, die sich regelmäßig kreativ betätigten. Sie bestimmten die Vernetzung von deren Hirnarealen und kalkulierten so das Gehirnalter. Fazit: Bei Musizierenden war das biologische Gehirnalter um 5,4 Jahre zurückgedreht, bei Kunstmalern um 6,2 Jahre und bei Profi-Tangotänzern um 7,1 Jahre. Je geübter die Probanden, umso stärker war der positive Effekt auf die Vernetzung ihres Gehirns.



Üben, üben, üben. Die geistige Gesundheit dankt's.

Gebärmutterhalskrebs

HPV-Impfung schützt sehr gut

Neue Zahlen belegen: Die Impfung gegen Humane Papillomviren, kurz HPV, beugt sehr wirksam Gebärmutterhalskrebs vor. Vor allem jüngere Frauen profitieren, darauf weist das Robert-Koch-Institut hin. Dennoch bleiben die Impfzahlen gering. Nur etwa die Hälfte der 15-jährigen Mädchen und rund ein Drittel der Jungen sind komplett geimpft. HPV gehören zu den häufigsten sexuell übertragbaren Erregern, fast alle Menschen stecken sich im Laufe ihres Lebens mit ihnen an. Sie können Krebs auslösen, meist am Gebärmutterhals, aber auch an After und Penis, im Mund und im Rachen. Die gute Nachricht: Die Impfung gegen HPV bietet einen sehr hohen Schutz dagegen. Eine große aktuelle Untersuchung der Cochrane Collaboration belegt, dass die Impfung vor dem 16. Lebensjahr besonders wirksam ist. Bis zum 14. Lebensjahr brauchen Kinder nur zwei Impfdosen, danach drei, um ausreichend geschützt zu sein.



Krebsvorsorge. Die höchste Wirkung hat die HPV-Impfung in jungen Jahren.

Foto: Westend61 / Marco Govel; mauritius images / imageBROKER / Ute Grabowsky; Illustration: Stiftung Warentest / Isabella Galanty

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Neue Phase, neue Kraft

Wechseljahre Hormonpräparate können leidgeprüften Frauen helfen, zeigt unser Test. Was ist wichtig für ihren sicheren Einsatz? Und was hilft sonst noch? Ein Wegweiser.

Wir müssen darüber reden! Das sagen derzeit Aktivistinnen, Medizinerinnen, Politikerinnen. Allzu lang hätten die Wechseljahre ein Dasein in der Tabuzone gefristet: als Phase, die Frauen still erdulden. Dabei gebe es Hilfe – Hormonpräparate etwa. Auch Ärzteschaft und Unternehmen seien für das Thema zu sensibilisieren.

Ja, ein offener Umgang sei wichtig, sagen Kritikerinnen – mahnen aber zur Vorsicht. Schließlich handle es sich nicht um eine Krankheit. Und: Die Industrie habe durchaus Interesse an dem Thema, biete es mit vielen Millionen von Betroffenen doch einen lukrativen Markt. Man dürfe Risiken von Medikamenten nicht herunterspielen.

Foto: Stocksy

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Zusammenhalt. Kontakte und vertrauensvoller Austausch tun vielen Frauen in den Wechseljahren gut.

Illustration: Getty Images

Was also tun? Um ratsuchenden Frauen in dieser vertrackten Gemengelage zu helfen, haben wir 57 Medikamente gegen Wechseljahresbeschwerden getestet (siehe Tabellen ab S. 92). Dafür begutachteten unabhängige Expertinnen und Experten die Studienlage. Fazit: Rezeptpflichtige Hormonpräparate bekommen das Urteil Geeignet – und sind damit besser bewertet als das nicht-hormonelle Mittel Veoza und rezeptfreie, selbst zu bezahlende pflanzliche Präparate.

Dem Nutzen der Hormone stehen gewisse Risiken gegenüber. Daher sollten Ärztin und Patientin den Einsatz gut abwägen und individuelle Beschwerden und Vorerkrankungen bedenken (siehe Kasten S. 91). Im Folgenden beantworten wir zudem wichtige Fragen zu den Medikamenten und geben allgemeine Tipps, die in den Wechseljahren helfen können (siehe S. 95).

Welche Hormone sind in den Hormonpräparaten enthalten?

Die Mittel enthalten weibliche Geschlechtshormone, deren körpereigene Produktion in den Wechseljahren sinkt. Dabei gelten Östrogene als Helfer gegen typische Wechseljahresbeschwerden. Gestagene wiederum sollen in erster Linie verhindern, dass die Gebärmutterschleimhaut infolge der Östrogene unkontrolliert wächst und auf diese Weise womöglich Krebs entsteht.

Bei welchen Wechseljahresbeschwerden eignen sich Hormonpräparate?

Belegt ist der Nutzen bei typischen Symptomen wie Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Teils kommen Hormone auch bei weiteren Leiden wie Schlafstörungen oder psychischen Beschwerden zum Einsatz. „Dann sollten Behandelnde die Symptome zunächst genau abklären – und gegebenenfalls den Erfolg der Hormonbehandlung nach einigen Wochen im Gespräch →

Unser Rat

Hormonpräparate können Wechseljahresbeschwerden nachweislich lindern (siehe Tabellen ab S. 92). Ärztin und Patientin sollten den Einsatz individuell abwägen und regelmäßig prüfen, ob er noch nötig ist. Vor allem bei erhöhtem Thromboserisiko sind Pflaster, Spray oder Gel Tabletten vorzuziehen – und speziell bei Scheidenbeschwerden vaginale Mittel mit Estriol. Werden die getesteten Hormonpräparate verordnet, erstatten Krankenkassen die Kosten.



Wechseljahre

Typische Symptome und ihre Ursachen

Etwa mit 50 Jahren, teils schon viel früher oder später, haben Frauen ihre letzte Regelblutung. Die Jahre davor und danach werden Wechseljahre genannt. In dieser Zeit kommt es zu hormonellen Veränderungen. Vor allem die Östrogen- und Gestagen-Spiegel im Blut schwanken dann oft stark, bis sie schließlich dauerhaft fallen.

Nicht jede Frau ist betroffen. Wie lange die Wechseljahre dauern – also etwa weniger als fünf oder mehr als zehn Jahre – und wie sie sich auswirken, ist individuell verschieden. Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit schreibt: Je ungefähr ein Drittel der Frauen spürt stark belastende, leichte oder gar keine Beschwerden.

Eindeutige Anzeichen. Bei diesen Symptomen besteht ein klarer Zusammenhang mit den Wechseljahren:
- Zyklusschwankungen (wie unregelmäßige, sehr starke oder schwache Monatsblutungen),
- Hitzewallungen, Schweißausbrüche,
- Scheidentrockenheit mit Folgen wie Jucken, Brennen, Schmerzen (kann erst nach den Wechseljahren auftreten).

Weitere Beschwerden. Auch die folgenden Beschwerden könnten an den Wechseljahren liegen, hier ist der Zusammenhang aber laut der medizinischen Leitlinie zum Thema nicht eindeutig nachgewiesen. Dazu zählen:
- Schlafstörungen,
- Gelenkschmerzen,
- Stimmungsschwankungen,
- innere Unruhe, Reizbarkeit.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Vielfältig. Hormone gibt es etwa als Tabletten, aber auch als Pflaster, Spray oder Gel.

mit der Patientin überprüfen“, sagt Professor Olaf Ortmann. Er ist Ärztlicher Direktor der Klinik für Frauenheilkunde der Uni Regensburg am Caritas-Krankenhaus St. Josef und hat die deutsche medizinische Leitlinie zum Thema Wechseljahre federführend mit erarbeitet. Speziell bei Schlafstörungen sei eine Therapie denkbar, die nur auf Gestagen-Tabletten setze. Teils gebe es da „durchaus positive Effekte“.

Welche Risiken sind zu bedenken?

Lange galten Hormonpräparate als gut für die Frauengesundheit und sollten vor Alterserkrankungen schützen. Doch 2002 zeigte die Women’s Health Initiative (WHI) Studie, dass die damals untersuchten Mittel das Risiko für Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall erhöhen. In der Folge gingen Verordnungen enorm zurück.

Inzwischen gibt es weitere Untersuchungen sowie Neubewertungen der WHI-Studie. Eine 2024 aktualisierte britische Leitlinie fasst die Datenlage zusammen. Demzufolge besteht heutzutage bei der kombinierten Therapie aus Östrogen und Gestagen vor allem ein erhöhtes Risiko für Thrombose und langfristig für Brustkrebs.

Aber: „Insgesamt überwiegt der Nutzen der Mittel in der Therapie von Wechseljahresbeschwerden die Risiken“, kommentiert Ortmann die Studienlage. Und: Manche Gefahren ließen sich durch die Wahl der Präparate senken (siehe folgende Fragen). Zudem helfe es, wenn Arzt und Patientin eine möglichst niedrige Dosis finden, die die Beschwerden individuell lindert, und regelmäßig prüfen, ob die Therapie noch nötig ist.

„Eine langfristige Hormontherapie zum Vorbeugen vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen wird heute nicht mehr empfohlen“, sagt Ortmann. Denkbar sei sie höchstens zum Schutz vor Knochenbrüchen – aber nur in ärztlicher Abstimmung für Frauen mit hohem Osteoporoserisiko, die keine anderen Medikamente nehmen könnten.

Zuerst pflanzliche Mittel probieren?

Das ist eine Option. Die getesteten Mittel wirken indes schwächer als Hormonpräparate – könnten also bei starken Beschwerden nicht reichen. Da es kaum Daten zur Langzeitanwendung gibt und die Inhaltsstoffe womöglich ähnliche negative Effekte haben wie Östrogene: Die Mittel ohne ärztlichen Rat nur einige Monate verwenden!

Vorsicht gilt bei Präparaten mit hormonartig wirkenden Isoflavonen, etwa aus Soja oder Rotklee. Da sie rechtlich als Nahrungsergänzungsmittel gelten, bezogen wir sie nicht ein. Doch Klartext Nahrungsergänzung, ein Infoportal der Verbraucherzentralen, teilte im März 2025 mit: Es mangelt an Belegen für die Wirksamkeit und Sicherheit der Produkte für Frauen in den Wechseljahren. Wenn überhaupt, sind sie am ehesten nach ärztlicher Beratung zu verwenden.

Wann ist Veoza zu empfehlen?

Das rezeptpflichtige Mittel mit dem Wirkstoff Fezolinetant kam 2024 auf den deutschen Markt, wirkt nicht-hormonell und hilft nachweislich gegen Hitzewallungen und Schweißausbrüche. „Allerdings liegen erst wenig Daten zur langfristigen Sicherheit vor“, sagt Ortmann. Infrage komme Veoza vor allem, wenn Frauen Hormontherapien nicht wünschen oder bekommen dürfen. Bei Veoza seien jedoch Leberschäden als seltenes Risiko zu bedenken.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser

Lindernd. Vaginalzäpfchen oder -cremes helfen lokal gegen Scheidentrockenheit in und nach den Wechseljahren.



© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.



Pflanzlich. Entsprechende Mittel im Test, etwa mit Extrakt aus Traubensilberkerze, sind als Tabletten erhältlich.

Foto: Stiftung Warentest / Ralph Kaiser; Illustration: Getty Images

Tablette, Pflaster, Gel – was nehme ich?

„Standard bei den Östrogenen sind inzwischen Pflaster, Gel oder Spray“, sagt Ortmann. „Durch die Gabe über die Haut lässt sich das Thromboserisiko gegenüber einer Hormonbehandlung mit Tabletten senken.“

Oft seien aber auch Tabletten denkbar – und Gestagene vor allem in dieser Form verfügbar. Daher verwenden manche Frauen ein Östrogen über die Haut plus ein Gestagen zum Schlucken. Oder sie entscheiden sich für ein Kombimittel mit Östrogen und Gestagen als Tabletten oder Pflaster.

Wichtig: Beachten Sie bei allen Mitteln die Anwendungshinweise im Beipackzettel.



Was tun bei vaginalen Problemen?

Manche Frauen leiden in und nach den Wechseljahren an einer trockenen Scheide. Gegen Folgen wie Juckreiz und Schmerzen helfen lokal angewandte Östrogenpräparate, vorzugsweise mit Estriol Sie wirken vor allem vaginal – was das Risiko für Nebenwirkungen senkt.

Was bringen bioidentische Hormone?

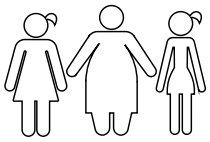
Der Begriff meint Hormone, die den körpereigenen entsprechen. Alle Östrogen-Präparate im Test enthalten bioidentische Hormone als Wirkform – die meisten Estradiol. Unter den Gestagen-Präparaten sind solche mit bioidentischem Progesteron oder Gestagene mit abweichender Struktur. Welches am besten ist, lässt sich laut unserer Auswertung nicht eindeutig sagen – die Auswahl individuell mit der Ärztin klären.

Neben industriellen Mitteln mit bioidentischen Hormonen gibt es auch entsprechende Rezepturen, die Apotheken auf Rezept selbst anfertigen. Davon rät Ortmann ab: „Es fehlen klare Standards zur Herstellung.“

Wie lange sollte ich Hormone nehmen?

Ortmann empfiehlt, jährlich in Rücksprache mit Frauenarzt oder -ärztin die Dosis zu verringern. „So lässt sich erkennen, ob noch belastende Beschwerden vorliegen oder nicht.“ Denn: Selbst die längsten Wechseljahre dauern nicht ewig. ■ →

Text: Dr. Bettina Sauer; Testleitung: Dr. Claudia Michael; Produktauswahl: Marianne Bernhart; Faktencheck: Dr. Claudia Behrens



Risikogruppen

Vorerkrankung? Das sollten Sie beachten

Ob Hormone infrage kommen (und wenn ja: welche), hängt von individuellen Voraussetzungen ab – etwa davon, ob eine Frau Vorerkrankungen hat. Ein paar wichtige Hinweise:

Nach Entfernung der Gebärmutter. Bei Frauen ohne Gebärmutter reicht es, wenn sie Östrogene verwenden. Frauen mit intakter Gebärmutter jedoch sollten eine Kombination aus Östrogenen und Gestagenen bekommen.

Nach Brust- oder Gebärmutterkrebs. Keine Hormone einsetzen – oder wenn, dann nur nach besonders gründlicher ärztlicher Abwägung. Auch vor Einnahme pflanzlicher Mittel mit möglichen hormonartigen Wirkungen wie Rhapontikrhabarber sicherheitshalber mit Arzt oder Ärztin sprechen. Bei vaginalen Beschwerden zuerst ein Gleitgel oder Befeuchtungsmittel probieren.

Nach Herzinfarkt, Schlaganfall oder Thrombose. Keine Hormone einsetzen – oder wenn, dann nur nach besonders gründlicher ärztlicher Abwägung. Gegebenenfalls transdermale Östrogen-Präparate wie Pflaster, Gel, Spray wählen.

Bei erhöhtem Thromboserisiko (etwa durch starkes Übergewicht, Rauchen oder Diabetes). Gründlich abwägen, ob eine Hormonbehandlung möglich ist. Gegebenenfalls Pflaster, Gel oder Spray wählen.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Hormonelle Monopräparate gegen Wechseljahresbeschwerden

Die Mittel enthalten Östrogene oder Gestagene und sind rezeptpflichtig.

Präparat	Wirkstoff, Dosis	Inhalt	Preis (Euro)	Bewertung	Erläuterungen
Östrogen-Monopräparate zur oralen Anwendung					
Estradiol 2- 1A Pharma	Estradiol, 2 mg/Tablette	30 Stück	17,17	**Geeignet** in Kombination mit einem Gestagen bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen, für Frauen mit Gebärmutter. Frauen ohne Gebärmutter benötigen kein Gestagen. Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)2)]	Die Mittel enthalten Estradiol – ein natürliches Östrogen, wie es der Körper selbst produziert. **Wichtig:** Die zusätzliche Einnahme eines Gestagen-Präparats schützt Frauen mit Gebärmutter davor, dass die Gebärmutterschleimhaut infolge der Östrogene unkontrolliert wächst und auf diese Weise womöglich Krebs entsteht. Je nach Anwendungsschema lässt sich steuern, ob noch Monatsblutungen stattfinden oder nicht.
Estrifam 1 mg	Estradiol, 1 mg/Tablette	3 x 28 Stück	18,55		
Estrifam 2 mg	Estradiol, 2 mg/Tablette	3 x 28 Stück	23,99		
Progynova 21	Estradiolvalerat, 2 mg/Tablette	21 Stück	16,17		
Progynova 21 Mite	Estradiolvalerat, 1 mg/Tablette	3 x 21 Stück	19,18		
Östrogen-Monopräparate zur transdermalen Anwendung					
Estramon 25 µg/24 Stunden	Estradiol, 2 mg/Pflaster[3)]	6 Stück	14,72	**Geeignet** in Kombination mit einem Gestagen bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen, für Frauen mit Gebärmutter. Frauen ohne Gebärmutter benötigen kein Gestagen. Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)2)]	Estradiol – ein natürliches Östrogen – lässt sich transdermal als Gel, Pflaster oder Spray anwenden. Die Aufnahme über die Haut umgeht den Abbau von Wirkstoffen in der Leber, wodurch geringere Dosierungen wirksam sind. Studien legen nahe, dass die transdermalen Mittel – anders als Tabletten – das Thromboserisiko nicht erhöhen. Daher sind sie bevorzugt zu verwenden bei Frauen, die ein erhöhtes Thromboserisiko haben, etwa durch Übergewicht oder Diabetes. Allerdings gilt: Bei sehr hohen Dosierungen der transdermalen Mittel ist nicht sicher nachgewiesen, dass zusätzlich eingesetztes Gestagen die Gebärmutterschleimhaut ausreichend vor Krebs schützt. Daher empfiehlt es sich, zunächst mit einer niedrigen Dosis zu starten – bei Gels und Sprays laut Beipackzettel, bei Pflastern etwa mit 25 oder 50 Mikrogramm Estradiol pro 24 Stunden. Wenn dies nicht reicht, um Beschwerden zu lindern, ist eine höhere Dosis in ärztlicher Rücksprache denkbar.
Estramon 37,5 µg/24 Stunden	Estradiol, 3 mg/Pflaster[3)]	6 Stück	15,60		
Estramon 50 µg/24 Stunden	Estradiol, 4 mg/Pflaster[3)]	6 Stück	16,20		
Estramon 75 µg/24 Stunden	Estradiol, 6 mg/Pflaster[3)]	24 Stück	29,81		
Estramon 100 µg/24 Stunden	Estradiol, 8 mg/Pflaster[3)]	24 Stück	32,55		
Estramon Uno 50 µg/24 Stunden	Estradiol, 4 mg/Pflaster[3)]	12 Stück	26,54		
Estramon Uno 75 µg/24 Stunden	Estradiol, 6 mg/Pflaster[3)]	12 Stück	29,81		
Estramon Uno 100 µg/24 Stunden	Estradiol, 8 mg/Pflaster[3)]	12 Stück	32,55		
Estreva	Estradiol, 1 mg/g Gel	50 g	20,73		
Gynokadin Dosiergel	Estradiol, 0,6 mg/g Gel	80 g	23,11		
Lenzetto Spray	Estradiol, 1,5 mg/Sprühstoß	6,5 ml	22,00		
Sisare Gel Mono 0,5 mg	Estradiol, 0,5 mg/g Gel	91 x 0,5 g	34,76		
Sisare Gel Mono 1 mg	Estradiol, 1 mg/g Gel	91 x 1,0 g	37,88		
Gestagen-Präparate zur oralen Anwendung					
Chlormadinon 2 mg Fem	Chlormadinonacetat, 2 mg/Tablette	36 Stück	22,93	**Geeignet** als notwendige Ergänzung zum Estradiol bei Wechseljahresbeschwerden für Frauen mit Gebärmutter. Frauen ohne Gebärmutter benötigen kein Gestagen. Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[2)4)]	Gestagene sind wichtig, um bei einer Östrogenbehandlung das Risiko für Gebärmutterkrebs zu verringern. Der Gestagenzusatz ist nicht notwendig, wenn die Gebärmutter entfernt wurde oder wenn nur niedrig dosierte vaginale Mittel mit dem Östrogen Estriol zum Einsatz kommen. Welches Gestagen am besten ist, lässt sich aufgrund der Studienlage nicht eindeutig sagen. Sie werden als Progesteron, wie es der Körper selbst produziert, oder als Gestagene mit abweichender Struktur eingesetzt. Frauen sollten die Auswahl individuell mit Arzt oder Ärztin besprechen.
Duphaston	Dydrogesteron, 10 mg/Tablette	28 Stück	17,97		
Famenita 100 mg	Progesteron, 100 mg/Kapsel	30 Stück	16,84		
Famenita 200 mg	Progesteron, 200 mg/Kapsel	30 Stück	33,36		
MPA Gyn	Medroxyprogesteron, 5 mg/Tablette	30 Stück	23,99		
Progestan 100 mg	Progesteron, 100 mg/Kapsel	30 Stück	17,89		
Utrogest 100 mg	Progesteron, 100 mg/Kapsel	30 Stück	21,49		
Utrogest 200 mg	Progesteron, 200 mg/Kapsel	30 Stück	33,36		

Das sind unsere Bewertungsstufen:
Geeignet, Auch geeignet, Mit Einschränkung geeignet, Wenig geeignet.

Auswahl, Preise und Bewertung:
Siehe „So haben wir getestet“ auf S. 95.

Bei gleicher Bewertung Reihenfolge alphabetisch.

1) Die Wirksamkeit ist vor allem bei Hitzewallungen und Schweißausbrüchen nachgewiesen. Ob ein Therapieversuch hingegen sinnvoll ist, wenn ausschließlich unspezifische Beschwerden wie Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen oder Gelenkschmerzen vorliegen, sollten Betroffene mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.

2) Gilt für grundsätzlich gesunde Frauen (Hinweise für besondere Frauengruppen siehe Kasten S. 91).

3) Setzt die im Präparate-Namen genannte Wirkstoffmenge innerhalb von 24 Stunden frei.

4) Durch die kontinuierliche Anwendung eines Gestagens wird eine Blutungsfreiheit angestrebt, bei einer sogenannten sequenziellen Anwendung (Gabe eines Gestagens täglich in der zweiten Zyklushälfte) treten periodenähnliche Blutungen auf.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Hormonelle Kombipräparate gegen Wechseljahresbeschwerden

Die Mittel enthalten Östrogene und Gestagene und sind rezeptpflichtig.

Präparat	Wirkstoff, Dosis	Inhalt	Preis (Euro)	Bewertung	Erläuterungen
Östrogen-Gestagen-Kombinationsmittel (sequenzielle Präparate) zur oralen Anwendung					
Cyclo Progynova N	Estradiolvalerat, 2 mg/Tablette, jede braune Tablette zusätzlich Levonorgestrel, 0,15 mg/Tablette	21 Stück	21,91	**Geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen, für Frauen mit Gebärmutter (enthält das notwendige Gestagen). Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)2)]	Die Mittel enthalten Estradiol – ein natürliches Östrogen, wie es der Körper selbst produziert – und zusätzlich ein Gestagen. Letzteres ist bei Frauen mit Gebärmutter zum Schutz vor Gebärmutterkrebs notwendig. Die Dosierung eines oder beider Hormone wechselt innerhalb eines Zyklus. Diese sogenannte sequenzielle Behandlung sorgt dafür, dass weiterhin periodenähnliche Blutungen auftreten. Sie eignet sich besonders für die frühe Phase der Menopause.
Femoston 1/10 mg	Estradiol, 1 mg/Tablette, jede graue Tablette zusätzlich Dydrogesteron, 10 mg/Tablette	28 Stück	22,10		
Östrogen-Gestagen-Kombinationsmittel (kontinuierliche Präparate) zur oralen Anwendung					
Activelle	Estradiol, 1 mg + Norethisteron, 0,5 mg/Tablette	28 Stück[3)]	21,09	**Geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen, für Frauen mit Gebärmutter (enthält das notwendige Gestagen). Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)2)]	Die Mittel enthalten Estradiol – ein natürliches Östrogen, wie es der Körper selbst produziert – sowie ein Gestagen zum Schutz der Gebärmutter in fester Kombination. Sie werden kontinuierlich jeden Tag eingenommen und eignen sich besonders für Frauen, die schon längere Zeit keine Blutungen mehr hatten und diese nicht mehr wünschen. Allerdings kann es, besonders zu Beginn der Behandlung, zu Zwischenblutungen kommen. Bei den eingesetzten Gestagenen handelt es sich nur beim Präparat Bijuva um Progesteron, wie es der Körper selbst produziert, bei den anderen um Gestagene mit abweichender Struktur. Welches Gestagen am besten ist, lässt sich aufgrund der Studienlage nicht eindeutig sagen. Frauen sollten die Auswahl individuell mit Arzt oder Ärztin besprechen.
Ariora	Estradiolvalerat, 1 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	18,90		
Bijuva	Estradiol, 1 mg + Progesteron, 100 mg/Kapsel	28 Stück	23,85		
Cliovelle	Estradiolvalerat, 1 mg + Norethisteron, 0,5 mg/Tablette	28 Stück	21,09		
Estramon comp 1 mg/0,5 mg	Estradiol, 1 mg + Norethisteron, 0,5 mg/Tablette	28 Stück	21,09		
Estramon comp 2 mg/1 mg	Estradiol, 2 mg + Norethisteron, 1 mg/Tablette	28 Stück	20,30		
Estramon plus Dienogest	Estradiolvalerat, 1 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	20,02		
Femoston Conti	Estradiol, 1 mg + Dydrogesteron, 5 mg/Tablette	28 Stück	22,10		
Femoston Mini	Estradiol, 0,5 mg + Dydrogesteron, 2,5 mg/Tablette	28 Stück	21,09		
Ladivella	Estradiolvalerat, 1 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	19,47		
Lafamme 1/2 mg	Estradiolvalerat, 1 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	21,09		
Lafamme 2/2 mg	Estradiolvalerat, 2 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	22,56		
Velbienne	Estradiolvalerat, 1 mg + Dienogest, 2 mg/Tablette	28 Stück	20,02		
Wellnara	Estradiol, 1 mg + Levonorgestrel, 0,04 mg/Tablette	28 Stück	24,05		
Östrogen-Gestagen-Kombinationsmittel (kontinuierliche Präparate) zur transdermalen Anwendung					
Estramon Conti 30/95 µg/ 24 Stunden	Estradiol, 3,2 mg + Norethisteron, 16 mg/Pflaster[4)]	8 Stück	35,37	**Geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen, für Frauen mit Gebärmutter (enthält das notwendige Gestagen). Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)2)]	Es gibt Pflaster, die Estradiol und Gestagene kombinieren. Die Behandlung entspricht der kontinuierlichen Einnahme von Tabletten, allerdings können die Hormone in Pflastern geringer dosiert werden. Studien legen nahe, dass die transdermalen Mittel – anders als Tabletten – das Thromboserisiko nicht erhöhen. Daher sind sie bevorzugt zu verwenden bei Frauen, die ein erhöhtes Thromboserisiko haben, etwa durch Übergewicht oder Diabetes.
Estramon Conti 40/130 µg/ 24 Stunden	Estradiol, 4,3 mg + Norethisteron, 21,6 mg/Pflaster[4)]	8 Stück	38,14		
Fem7 Conti 50/7 µg/ 24 Stunden	Estradiol-Hemihydrat, 1,5 mg + Levonorgestrel, 0,5 mg/Pflaster[4)]	4 Stück	24,43		

Das sind unsere Bewertungsstufen:
Geeignet, Auch geeignet, Mit Einschränkung geeignet, Wenig geeignet.

Auswahl, Preise und Bewertung:
Siehe „So haben wir getestet“ auf S. 95.

Bei gleicher Bewertung Reihenfolge alphabetisch.

1) Die Wirksamkeit ist vor allem bei Hitzewallungen und Schweißausbrüchen nachgewiesen. Ob ein Therapieversuch hingegen sinnvoll ist, wenn ausschließlich unspezifische Beschwerden wie Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen oder Gelenkschmerzen vorliegen, sollten Betroffene mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt besprechen.

2) Gilt für grundsätzlich gesunde Frauen (Hinweise für besondere Frauengruppen siehe Kasten S. 91).

3) Laut Lauer-Taxe ist die Packung 1 x 28 Tabletten nicht mehr im Handel. Das Mittel ist in der Packung 3 x 28 Tabletten weiterhin verfügbar.

4) Setzt die im Präparate-Namen genannte Wirkstoffmenge innerhalb von 24 Stunden frei.

→

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Pflanzliche und nicht-hormonelle Mittel gegen Wechseljahresbeschwerden

Die pflanzlichen Mittel sind rezeptfrei, das nicht-hormonelle ist rezeptpflichtig.

Präparat	Wirkstoff, Dosis	Inhalt	Preis (Euro)	Bewertung	Erläuterungen
Rezeptfreie pflanzliche Arzneimittel zur oralen Anwendung					
Femiloges	Rhapontikrhabarberwurzel, 4 mg/Tablette	30 Stück	20,44	**Mit Einschränkung geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Eine Wirksamkeit ist möglich, aber eher schwächer als bei einer Hormonersatztherapie. Das Mittel kann eingesetzt werden, wenn eine Hormonersatztherapie nicht infrage kommt oder abgelehnt wird.[1)]	Die Hormonwirkung des sibirischen Rhabarbers ähnelt der eines synthetischen Östrogens. Die Datenlage zu Wirksamkeit und Risiken bei Langzeitanwendung ist bislang unzureichend. Maximal 4 Monate ohne ärztlichen Rat anwenden.
Klimadynon	Traubensilberkerze-Wurzelstock, 2,8 mg/Tablette	90 Stück	18,14	**Mit Einschränkung geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Eine Wirksamkeit ist möglich, aber eher schwächer als bei einer Hormonersatztherapie. Das Mittel kann eingesetzt werden, wenn eine Hormonersatztherapie nicht infrage kommt oder abgelehnt wird.[1)]	Die genaue Wirkweise ist nicht ausreichend geklärt. Die Datenlage zu Wirksamkeit und Risiken bei Langzeitanwendung ist bislang unzureichend. Maximal 6 Monate ohne ärztlichen Rat anwenden.
Remifemin	Traubensilberkerze-Wurzelstock, 2,5 mg/Tablette	60 Stück	17,29		
Remifemin Mono	Traubensilberkerze-Wurzelstock, 5 mg/Tablette	30 Stück	19,99		
Remifemin Plus Johanniskraut	Traubensilberkerze-Wurzelstock, 3,8 mg + Johanniskraut, 70 mg/Tablette	60 Stück	27,10	**Mit Einschränkung geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Eine Wirksamkeit ist möglich, aber eher schwächer als bei einer Hormonersatztherapie. Das Mittel kann eingesetzt werden, wenn eine Hormonersatztherapie nicht infrage kommt oder abgelehnt wird und Stimmungsbeschwerden vorliegen.[1)]	Die Kombination zielt auf eine doppelte Wirkung ab: Linderung von Wechseljahresbeschwerden und Stimmungsaufhellung. Bei Anwendung von Johanniskraut sind teils ernste Wechselwirkungen möglich, etwa mit manchen HIV- und Krebsmitteln. Die Datenlage zu Wirksamkeit und Risiken bei Langzeitanwendung ist bislang unzureichend. Maximal 6 Monate ohne ärztlichen Rat anwenden.
Rezeptpflichtiges nicht-hormonelles Arzneimittel zur oralen Anwendung					
Veoza	Fezolinetant, 45 mg/Tablette	30 Stück	72,04	**Mit Einschränkung geeignet** bei belastenden Wechseljahresbeschwerden, vor allem Hitzewallungen und Schweißausbrüchen. Eine Überlegenheit des Wirkstoffs gegenüber der Hormonersatztherapie ist nicht nachgewiesen, zudem besteht ein erhöhtes Risiko für schwerwiegende Leberschädigungen. Das Mittel kann eingesetzt werden, wenn eine Hormonersatztherapie nicht infrage kommt oder abgelehnt wird.[1)]	Fezolinetant bietet Frauen mit Wechseljahresbeschwerden eine nicht-hormonelle Behandlungsoption, die gezielt am Temperaturregulationszentrum im Gehirn ansetzt. Trotz des Risikos schwerwiegender Leberschädigungen kann der Einsatz unter bestimmten Bedingungen gerechtfertigt sein, sofern keine Lebererkrankungen bestehen und die Leberfunktion engmaschig kontrolliert wird.

Das sind unsere Bewertungsstufen: Geeignet, Auch geeignet, Mit Einschränkung geeignet, Wenig geeignet.

Auswahl, Preise und Bewertung: Siehe „So haben wir getestet" auf S. 95. **Bei gleicher Bewertung Reihenfolge alphabetisch.**

1) Gilt für grundsätzlich gesunde Frauen (Hinweise für besondere Frauengruppen siehe Kasten S. 91).

Mittel gegen vaginale Wechseljahresbeschwerden

Die Mittel sollen gezielt in der Scheide wirken und sind rezeptpflichtig.

Präparat	Wirkstoff, Dosis	Inhalt	Preis (Euro)	Bewertung	Erläuterungen
Östrogen-Präparate zur vaginalen Anwendung					
Estriol Wolff	Estriol, 0,5 mg/g Vaginalcreme	50 g	18,99	**Geeignet** bei Scheidentrockenheit und damit verbundenen Beschwerden wie Juckreiz oder Schmerzen in und nach den Wechseljahren. Die Therapie sollte auf die erforderliche Dauer beschränkt werden, um Risiken einer Langzeitanwendung zu verringern.[1)]	Estriol ist das schwächste körpereigene Östrogen. Vaginale Estriol-Präparate lindern hormonmangelbedingte Beschwerden wie Trockenheit, Juckreiz, Brennen oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr. Bereits sehr niedrig dosierte Mittel (wie Oekolp Ovula 0,03 mg) können zu guten Therapieerfolgen führen. Bei vaginaler Estriol-Anwendung ist kein zusätzliches Gestagen erforderlich. Vaginale Östrogene sind vermutlich etwas wirksamer, aber auch etwas risikoreicher als nicht-hormonelle Befeuchtungs- und Gleitmittel. Sie können mit diesen kombiniert werden. Alternativ können Frauen zunächst die alleinige Anwendung nicht-hormoneller Befeuchtungs- und Gleitmittel versuchen.
Oekolp Ovula 0,03 mg	Estriol, 0,03 mg/ Vaginalzäpfchen	10 Stück	15,55		
Oekolp-Creme	Estriol, 1 mg/g Vaginalcreme	25 g	18,99		
Ovestin Creme	Estriol, 1 mg/g Vaginalcreme	50 g	22,69		
Ovestin Ovula	Estriol, 0,5 mg/ Vaginalzäpfchen	15 Stück	17,65		
Linoladiol N	Estradiol, 0,1 mg/g Vaginalcreme	25 g	18,04	**Auch geeignet** bei Scheidentrockenheit und damit verbundenen Beschwerden wie Juckreiz oder Schmerzen in und nach den Wechseljahren. Risiken sind höher als bei Estriol. Anwendung maximal 4 Wochen.[1)]	Estradiol wirkt stärker als das üblicherweise eingesetzte Estriol. Blutuntersuchungen zeigen, dass bei Anwendung einer estradiol-haltigen Vaginalcreme relevante Mengen an Östrogenen ins Blut gelangen. Bei hoher Dosierung und Langzeitanwendung können daher die gleichen unerwünschten Wirkungen wie bei Hormontabletten auftreten.

Das sind unsere Bewertungsstufen: Geeignet, Auch geeignet, Mit Einschränkung geeignet, Wenig geeignet.

Auswahl, Preise und Bewertung: Siehe „So haben wir getestet" auf S. 95. **Bei gleicher Bewertung Reihenfolge alphabetisch.**

1) Gilt für grundsätzlich gesunde Frauen (Hinweise für besondere Frauengruppen siehe Kasten S. 91).

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Von Bewegung bis Verhaltenstherapie

Nicht nur Medikamente helfen in den Wechseljahren

Auch eine Änderung des Lebensstils kann Frauen in den Wechseljahren stärken: Sie fühlen sich dann weniger belastet, und sogar konkrete Beschwerden lassen sich oft lindern, zeigt eine Studienauswertung im Fachjournal Climacteric aus dem Jahr 2025.

Kühlen. Fenster öffnen, Ventilator oder Fächer nutzen, kaltes Wasser über die Handgelenke laufen lassen – das alles kann Hitzewallungen mildern. Hilfreich ist auch das Zwiebelprinzip: Tragen Sie Kleidung aus mehreren Schichten, um bei Bedarf leicht etwas ablegen zu können. Teils lassen sich individuelle Hitze-Auslöser wie Alkohol, heiße Getränke, scharfes Essen finden und vermeiden.

Gut ernähren. Ab den Wechseljahren braucht der Körper weniger Energie – Frauen nehmen leichter zu. Bewusste Ernährung hilft, das zu vermeiden: viel Gemüse, Obst, Seefisch, Nüsse, Vollkorn, gesunde Fette wie Oliven- oder Rapsöl. Mäßigung ist bei Fleisch, Süß- und Knabberkram angesagt. Zudem steigt nach den Wechseljahren das Osteoporose-Risiko. Stärken können Sie die Knochen etwa durch Milchprodukte oder kalziumreiches Mineralwasser.

Viel bewegen. Sport tut in den Wechseljahren enorm gut. Er hält schlank, beugt Erkrankungen wie Osteoporose vor, stärkt Psyche und Körpergefühl. Ideal: eine Kombi von Ausdauer- und Kraftsport. Für Ausdauer sorgen etwa Joggen, Zumba, Radfahren oder Schwimmen – Kraft gewinnen Sie beispielsweise durch Kniebeugen, Liegestütz, Hanteln oder Dehnbänder. Machen Sie am besten mehrmals die Woche Sport und probieren Sie als Anfängerin ruhig verschiedene Sportarten aus. Nicht übertreiben, steigern Sie langsam das Pensum.

Ruhe finden. Viele Frauen schlafen in den Wechseljahren schlecht, als Folge der hormonellen Veränderungen oder nächtlicher Schweißattacken. Gegen letztere kann etwa Nacht- und Bettwäsche aus atmungsaktiven Stoffen wie Baumwolle helfen – und nach Möglichkeit ein kühles Raumklima. Das wirkt insgesamt schlaffördernd, genau wie weitere Tipps, darunter: leichte Mahlzeiten am Abend, im Bett nicht mehr auf Bildschirme schauen und sich tagsüber Bewegung gönnen (siehe voriger Punkt).

Bewusst entspannen. Wenn Sie sich oft gestresst fühlen – was womöglich unruhige Nächte oder Hitzewallungen fördert –, können gezielte Entspannungsübungen helfen. Viele entsprechende Kurse sowie allgemeine Kurse zur Stressbewältigung werden von Krankenkassen bezuschusst.

Tipp: Einen ganzheitlichen Ansatz ohne Medikamente und damit verbundene Risiken bietet die kognitive Verhaltenstherapie. Sie hilft nachweislich bei Hitzewallungen und anderen Wechseljahresbeschwerden – etwa indem Sie Wege zur Bewältigung entwickeln. Aber: Solche Angebote zu finden, ist derzeit schwierig. Künftig sollen in Deutschland entsprechende digitale Gesundheitsanwendungen (Diga) kommen, die Krankenkassen auf Rezept erstatten.



Kraftsport. Er stärkt auch die Knochen – gut gegen Osteoporose.

So haben wir getestet

Im Test: 57 Arzneimittel gegen Wechseljahresbeschwerden, die ausschließlich in Apotheken erhältlich sind – 5 davon rezeptfrei, die übrigen rezeptpflichtig. Von den rezeptpflichtigen Präparaten wählten wir diejenigen aus, die laut Arzneiverordnungsreport 2024 am häufigsten verordnet wurden – jeweils in allen erhältlichen Wirkstärken und der kleinsten Normpackungsgröße. Sie dienen zur Behandlung von Wechseljahresbeschwerden, indem sie dem Körper Östrogen zuführen, sowie zur ergänzenden Gestagen-Therapie. Zusätzlich bezogen wir ein neues rezeptpflichtiges nicht-hormonelles Mittel mit Fezolinetant ein, ferner alle rezeptfreien pflanzlichen Arzneimittel, die für Wechseljahresbeschwerden zugelassen sind und im Einkaufszeitraum in Apotheken erhältlich waren. Wir kauften die Produkte von Januar bis Juli 2025 ein.
Preise: Für die Arzneimittel ermittelten wir die Preise – relevant insbesondere bei den rezeptfreien Mitteln – auf Basis der Lauer-Taxe (Stand: 1. Dezember 2025).

Bewertung

Die Beurteilung erfolgte auf der Basis von wissenschaftlicher Literatur, die dem aktuellen Wissensstand entspricht. Ein Gutachter und eine Gutachterin suchten nach Leitlinien und veröffentlichten Studien und prüften, ob die Wirksamkeit der Mittel belegt ist und der Nutzen die Risiken überwiegt. Ein Facharzt für Frauenheilkunde nahm die Schlussbegutachtung aus klinischer Sicht vor. Unser Vorgehen orientiert sich an den Grundsätzen der evidenzbasierten Medizin.

Foto: Adobe Stock / Lev Dolgachov

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Widerrufsrecht
Sie haben das Recht, den mit uns geschlossenen Abonnementvertrag beziehungsweise den Vertrag über den Buchkauf binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag, an dem Sie oder ein von Ihnen benannter Dritter, der nicht der Beförderer ist, die erste Ware in Besitz genommen haben beziehungsweise hat. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns, Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, Tel. 0 30/3 46 46 50 80, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de mittels eindeutiger Erklärung (zum Beispiel ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Sie können das Muster-Widerrufsformular oder eine andere eindeutige Erklärung auch auf unserer Webseite test.de/widerrufsformular elektronisch ausfüllen und übermitteln. Machen Sie von dieser Möglichkeit Gebrauch, so werden wir Ihnen unverzüglich (zum Beispiel per E-Mail) eine Bestätigung über den Eingang eines solchen Widerrufs übermitteln. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs
Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstige Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich, spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben. Es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Wir können die Rückzahlung verweigern, bis wir die Waren wieder zurückerhalten haben oder Sie uns den Nachweis erbracht haben, dass Sie die Waren zurückgesandt haben – je nachdem, welches der frühere Zeitpunkt ist. Sie haben die Waren unverzüglich und in jedem Fall spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag, an dem Sie uns über den Widerruf dieses Vertrags unterrichten, an uns oder an die Ohl Connect GmbH & Co. KG, Merkurring 60–62, 22143 Hamburg zurückzusenden oder zu übergeben. Die Frist ist gewahrt, wenn Sie die Waren vor Ablauf der Frist von 14 Tagen absenden. Wir tragen die Kosten der Rücksendung der Waren. Sie müssen für einen etwaigen Wertverlust der Waren nur aufkommen, wenn dieser Wertverlust auf einen zur Prüfung der Beschaffenheit, Eigenschaften und Funktionsweise der Waren nicht notwendigen Umgang mit ihnen zurückzuführen ist.

Das Widerrufsrecht besteht nicht bei versiegelten Datenträgern, wenn die Versiegelung nach der Lieferung entfernt wurde.

Muster-Widerrufsformular
Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück an: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, E-Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir* den von mir/uns* abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Ware(n):

_____

bestellt am: _____ erhalten am*: _____

Name des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

Anschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

Unterschrift des/der Verbraucher(s)/der Verbraucherin: _____

(nur bei Mitteilung auf Papier)

Datum: _____ * Unzutreffendes streichen.

Im Falle eines Widerrufs Ihres Vertrags können Sie die Ware an folgende Anschrift senden: Ohl Connect GmbH & Co. KG, Merkurring 60–62, 22143 Hamburg. Bitte legen Sie der Rücksendung entweder einen Rücklieferschein oder den Originallieferschein bei. Dies ist jedoch nicht Bedingung für die Rücksendung. Es gilt das gesetzliche Mängelhaftungsrecht.

Informationen zum Datenschutz: Verantwortlicher ist die Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin. Die Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt zum Zwecke der Erfüllung des zwischen Ihnen und der Stiftung Warentest geschlossenen Abonnementvertrags. Dies gilt auch im Falle von Probeabonnements. Darüber hinaus nutzen wir Ihre Daten, um Ihnen von Zeit zu Zeit interessante Angebote der Stiftung per Post zu übersenden. Das berechtigte Interesse unsererseits, Ihnen postalisch Angebote der Stiftung zu übersenden, besteht darin, Sie über unser Programm zu informieren. Produktinformationen per E-Mail erhalten Sie selbstverständlich nur dann, wenn Sie vorher ausdrücklich eingewilligt haben. Die Verwendung von Daten für andere Zwecke ist ausgeschlossen, wenn Sie nicht zuvor ausdrücklich Ihre Einwilligung dazu erklärt haben. Der Verarbeitung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit gegenüber der Stiftung Warentest als Verantwortlichem widersprechen. Wir sind berechtigt, Ihre Daten nach den Vorschriften des Art. 6 Abs. 1 Satz 1 b) (Vertragserfüllung) und f) (Werbung) der Datenschutz-Grundverordnung zu verarbeiten. Darüber hinaus speichern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Vorschriften, wie beispielsweise handels- oder steuerrechtlicher Aufbewahrungspflichten. Die Rechtsgrundlage für diese Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Satz 1 c) der Datenschutz-Grundverordnung. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Empfänger der Daten sind lediglich die von der Stiftung Warentest beauftragten Dienstleister.

Bei Bücherkäufen und Zeitschriftenabonnements werden die Daten bei dieser Bestellung im Auftrag der Stiftung Warentest von der DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Koreastraße 7, 20457 Hamburg, verarbeitet. DPV vertreibt sämtliche gedruckten Publikationen im Auftrag der Stiftung Warentest. Eine Übermittlung ins Ausland, insbesondere in ein Drittland außerhalb der EU, erfolgt nicht.

Die Datenschutzbeauftragte der Stiftung Warentest erreichen Sie unter der folgenden E-Mail-Adresse: datenschutzbeauftragte@stiftung-warentest.de. Weitere Informationen zum Datenschutz erhalten Sie unter test.de/abo/datenschutz.

Themen 2/25 – 1/26

Die Beiträge sind nach Ressorts geordnet, die Zahlen am Ende nennen Veröffentlichungsmonat und -jahr. Bei Interesse können Sie das jeweilige Heft über die Telefonnummer 0 30/3 46 46 50 80 oder unter test.de/shop bestellen. Zudem können Sie auf test.de einzelne Artikel herunterladen. **Abkürzungen: R** = Report, **T** = Test.

Ernährung und Kosmetik

- **B**B-Creams (T) 10/25
- **D**eos für Männer (T) 6/25
- Diätshakes (T) 1/26
- **E**rdbeeren, Arbeitsbedingungen (R) 7/25
- Erdbeeren, Pestizid-Check (T) 7/25
- **F**ettleber, Ernährung (R) 1/26
- **G**rillkäse (T) 6/25
- **H**andcremes (T) 2/25
- Honig (T) 4/25
- **J**oghurt, veganer (T) 3/25
- Joghurtbecher richtig entsorgen (R) 3/25
- **K**affeekapseln (T) 9/25
- Kakaoanbau, Nachhaltigkeit (R) 12/25
- **L**imonaden (T) 8/25
- **M**ülltrennung (R) 9/25
- Mundspüllösungen (T) 3/25
- **O**livenöl (T) 2/25
- **P**flanzenöle, Vergleich (R) 2/25
- Pre-Nahrung für Säuglinge (T) 10/25
- Putenfleisch, Haltungsbedingungen (T) 11/25
- Putenschnitzel (T) 11/25
- **S**chlagsahne (T) 7/25
- Schokolade, Dubai- (T) 4/25
- Schokolade, Milch- (T) 12/25
- Sonnenschutzmittel (T) 7/25
- Sonnenschutzmittel fürs Gesicht (T) 4/25
- Süßstoffe (R) 8/25
- **T**oastbrot (T) 5/25
- Trinkmahlzeiten (T) 12/25
- **Z**ahnbürsten, elektr. (T) 12/25
- Zahnpasta, Weißmacher- (T) 9/25

Multimedia

- **A**ntivirenprogramme (T) 3/25
- Apps, alternative Quellen (R) 2/25
- **B**luetooth-Tracker (T) 1/26
- **D**rucker, Laser- (T) 10/25
- Drucker, Tinten- (T) 6/25
  - *Drucker Korrektur (T) 7/25*
- **e**Book oder gedrucktes Buch, Ökobilanz (T) 7/25
- eBook-Reader (T) 7/25
- **F**ernseher, die besten (T) 1/26
- Fernseher, kleine (T) 8/25
- Fernseher (T) 4/25
- **K**opfhörer (T) 11/25
- Kopfhörer (T) 3/25
- **L**aptops (T) 9/25
- Laptops, refurbished Shops für (T) 9/25
- Laptops (T) 1/26
- Laptops (T) 5/25
- Lautsprecher, Bluetooth-, WLan- (T) 2/25
- Lautsprecher, Party- (T) 8/25
- **O**nline-Marktplätze, Temu und Shein (T) 12/25
- Online-Marktplätze (T) 3/25
- **S**mart-Home-Systeme (T) 8/25
- Smartphones (T) 12/25
- Smartphones (T) 7/25
- Smartphones, KI-Funktionen für (R) 7/25
- Smartphones, Bedienhilfen (R) 2/25
- Smart-Ringe (T) 6/25
- Smartwatches (T) 1/26
- Smartwatches (T) 12/25
- Smartwatches und Fitnesstracker (T) 6/25
- Soundbars (T) 11/25
- Spiele-Controller (T) 11/25
- Streaming und KI, Energieverbrauch (R) 10/25
- **T**ablets (T) 12/25
- Tablets (T) 8/25
- TV-Streaming-Boxen und -Sticks (T) 5/25
  - *Korrektur (T) 6/25*
- **V**ideostreaming (R) 5/25
- **W**indows, Alternativen (R) 9/25

Haushalt und Garten

- **A**kku-Saug-Wischer (T) 7/25
- **B**alkonkraftwerke (T) 6/25
- **D**ampfglätter (T) 4/25
- Dunstabzugshauben (T) 3/25
- **E**inbruchschutz (R) 10/25
- **F**enstersicherungen (T) 10/25
- **G**efriergeräte (T) 2/25
- Geschirrspüler (T) 4/25
- Grills, Elektro- (T) 5/25
- Indoor-Gärten, smarte (T) 4/25
- **K**affeevollautomaten (T) 12/25
- Klimageräte (T) 6/25
- Kochfelder (T) 11/25
- Küchenmaschinen ohne Kochfunktion (T) 12/25
- Kühlschränke (T) 8/25
  - *Korrektur (T) 11/25 Kühlschränke 7/24*
- **L**uftbefeuchter (T) 10/25
- **M**atratzen (T) 10/25
- Matratzen (T) 3/25
- **N**ackenkissen (T) 9/25
- **R**asenmäher (T) 4/25
- **S**aug- und Saug-Wisch-Roboter (T) 1/26
- Schlagbohrer, Akku- (T) 6/25
  - *Korrektur (T) 8/25*
- Staubsauger, Akku- (T) 2/25
- Staubsauger, Kabel- (T) 9/25
- Stromtarife, dynamische (R) 2/25
- **T**hermomix (T) 12/25
- **Ü**berwachungskameras (T) 10/25
- **V**ollwaschmittel (T) 4/25
- **W**ärmepumpen (T) 10/25
- Wäschetrockner (T) 9/25
- Waschmaschinen (T) 11/25
- Wasserkocher (T) 3/25
  - *Korrektur (T) 4/25*
- Wassersprudler (T) 7/25
- WC-Reiniger (T) 8/25
- Wollwaschmittel (T) 1/26

Freizeit und Verkehr

- **A**utokindersitze (T) 12/25
- Autokindersitze (T) 6/25
- **E**-Scooter (T) 8/25
- **F**ahrradkindersitze (T) 4/25
- Fahrradschlösser (T) 3/25
- **H**otels, Nachhaltigkeitssiegel für (T) 5/25
- Hundefutter (T) 8/25
- **K**inderreisebetten (T) 11/25
- Kinderwagen, Kombi- (T) 7/25
- **L**aufbänder (T) 1/26
- **N**achhilfeportale (T) 2/25
- Nachtzüge (R) 10/25
- **R**ollatoren T) 9/25
- **S**exspielzeug (T) 11/25
- Ski-, Snowboardhelme (T) 12/25
- Stand-up-Paddle-Boards (T) 6/25
- **T**rampoline (T) 5/25

Geld und Recht

- **A**nlagetipps, betrügerische (R) 1/26
- Arbeitsleben, Diskriminierung im (R) 7/25
- Auslandskrankenversicherung (R) 8/25
- **B**ankbetrug (R) 10/25
- **D**eutsche Aktien (R) 1/26
- **E**nterben, Anghörige (R) 11/25
- Erwerbsminderungsrente (R) 8/25
- **F**inanzen ordnen (R) 3/25
- Finfluencer (R) 2/25
- Frührente (R) 10/25
- **G**old kaufen (R) 2/25
- **H**omeoffice, Rechte und Pflichten (R) 4/25
- **M**ieterhöhung (R) 12/25
- **O**nline-Shopping, Fallen beim (T) 12/25
- **P**rivatverkauf im Web (R) 6/25
- **R**echtsschutzversicherung (R) 5/25
- Rechtsstreit, Anwalt finden (R) 9/25
- **S**chufa-Score (R) 7/25
- **T**estament machen, Gründe dafür (R) 6/25
- **U**mgang mit Geld, wie Kinder ihn lernen (R) 4/25
- **V**ersicherungs-Check (R) 9/25
- Vorsorgevollmacht (R) 3/25
- **W**ohngebäudeversicherung (R) 11/25
- **Z**insanlagen (R) 5/25

Gesundheit

- **D**urchfall, Medikamente bei (T) 7/25
- **E**isen-Präparate (T) 6/25
- **H**ustenstiller (T) 11/25
- Insektenstichheiler (T) 5/25
- **K**iefergelenkproblem CMD (R) 10/25
- Kniearthrose (R) 8/25
- **M**elatonin-Mittel für Kinder (T) 7/25
- Mücken und Zecken, Mittel gegen (T) 5/25
- **N**ahrungsergänzungsmittel für Kinder (T) 4/25
- **O**steoporose (T) 1/26
- **R**eiseimpfungen (R) 5/25
  - *Korrektur (R) 7/25*
- **S**ymptom-Checker (T) 3/25
- **T**ageslichtlampen (T) 12/25
- Tinnitus-Apps (T) 9/25
- **Ü**bergewicht abbauen (R) 2/25
- **V**erschwörungsdenken, Umgang mit (R) 9/25
  - *Korrektur (R) 10/25*
- Vitamin-D-Präparate (T) 1/26
- Vitamine in der Erkältungszeit (R) 2/25
- **W**interdepression (R) 12/25

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Kontakt

Leserservice
Sie haben inhaltliche Fragen zum Heft? Anfragen, die über die Informationen in den Publikationen der Stiftung Warentest hinausgehen, können wir leider nicht beantworten.
Internet: test.de/kontakt
Mail: leserservice@stiftung-warentest.de

Abo-Hotline
Sie möchten sich Ihr Heft an eine neue Adresse liefern lassen? Bitte geben Sie Ihre Abonummer an.
Tel. 030/346465080
(Mo bis Fr 8–19 Uhr)
Mail: stiftung-warentest@dpv.de
Internet: test.de/abo

Bestell-Hotline
Sie möchten Bücher und Hefte der Stiftung Warentest bestellen?
Tel. 030/346465082
(Mo bis Fr 8–19 Uhr)
Internet: test.de/shop

Soziale Netzwerke
facebook.com/stiftungwarentest
youtube.com/stiftungwarentest
instagram.com/stiftungwarentest
instagram.com/stiftungwarentest-finanzen
tiktok.com/@stiftungwarentest
x.com/warentest

So testen wir



Foto: Sven Wied

Der Aufwand für unsere Tests ist enorm. Von der Idee bis zur Veröffentlichung vergehen Monate. Ein typischer Test-Ablauf im Video: test.de/testablauf.

Prüfinstitute
Die Stiftung Warentest bietet unabhängigen Instituten an, Prüfaufträge zu übernehmen. Details unter test.de/pruefinstitute.

Stiftung Warentest

Herausgeber und Verlag
Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin, Postfach 30 41 41, 10724 Berlin,
Telefon 0 30/26 31–0, Mail: Leserservice@stiftung-warentest.de, Internet: test.de
USt-IdNr.: DE 1367 25570

Verwaltungsrat
Prof. Dr. Barbara Brandstetter (Vorsitzende), Dieter Lehmann, Ramona Pop, Prof. Dr. Tanjev Schultz, Matthias Spielkamp, Dr. Michael Stephan

Kuratorium
Lukas Siebenkotten (Vorsitzender), Christian Bock, Prof. Dr. Gaby-Fleur Böl, Dr. Diedrich Harms, Gabriele Hässig, Prof. Dr. Dominik Herrmann, Dr. Inga Jensen, Dr. Barbara Keck, Petra Kristandt, Dr. Thorsten Maier, Dr. Bettina Rechenberg, Dr. Ulrike Regele, Dr. Christian A. Rumpke, Michaela Schröder, Wolfgang Schuldzinski, Dirk Stein, Christoph Wendker

Vorständin
Julia Bönisch

Weitere Mitglieder der Geschäftsleitung
Dr. Holger Brackemann, Daniel Gläser, Dr. Birger Venn-Hein

Bereich Untersuchungen
Dr. Holger Brackemann (Bereichsleiter)
Dr. Johannes Stiller (Stellv. Bereichsleiter)

Preiserhebungen: Johanna Hinzke, Diana Senger
Prüfmustereinkauf: Mirko Zimmermann (Leiter)

Verifikation
Dr. Claudia Behrens (Leiterin), Claudia Gaca, Dr. Andrea Goldenbaum, Dr. Julia Krapf, Susanne Neunzerling, Janine Nord, Sibylle Schalock, Hartmut Schäfer, Annika Scheerer, Sabine Vogt

Digitales und Technik
Dr. Markus Bieletzki (Wissenschaftlicher Leiter);
Projektleitung: Benjamin Barkmeyer, Robert Brandt, Jenny Braune, Mark Jeschke, Dr. Florian Ostermann, Simone Vintz, Dr. Kirstin Wethekam; Marktanalyse und Projektassistenz: Heike Clemens, Philipp Dammschneider, Thomas Grund, Danielle Leven, Dr. Ulrike Vollstädt;
Teamassistenz: Daniela Helmerich, Daria Sprick

Georg Dahm (Journalistischer Leiter);
Redaktion: Hannes A. Czerulla, Ronald Dammschneider, Martin Gobbin, Sandra Schwarz, Dennis Stieler, Henning Withöft, Michael Wolf

Haus, Energie, Freizeit und Verkehr
Dr. Axel Neisser (Wissenschaftlicher Leiter), Dr. Dirk Lorenz (Stellv.);
Projektleitung: Christiane Böttcher-Tiedemann, Renate Ehrnsperger, Ralf Gaida, Marius Gemmel, Nico Langenbeck, Simone Lindemann, Michael Morys, Dr. Dorit Munzke, Anke Scheiber, Dr. Peter Schick, Konstantin Thurow, Sarah Vasconi, Dr. Sara Wagner-Leifhelm; Marktanalyse und Projektassistenz: Yvonne Gramsch, Toralf Hainsch, Yvonne Sanguinette, Eva-Maria Schnaus, Diana Senger, Michael Vogt;
Teamassistenz: Marlies Brandtner, Monique Schneider, Grit Schulze

Christian van de Sand (Journalistischer Leiter);
Redaktion: Daniel Kastner, Anne Mandt, Reiner Metzger, Cecilia Meusel, Meike Rix, Stephan Scherfenberg, Roman Schukies, Kerstin Singer, Claudia Till

Ernährung, Kosmetik und Gesundheit
Dr. Ursula Loggen (Wissenschaftliche Leiterin);
Projektleitung: Katrin Andruschow, Charlotte Granobs, Dr. Thomas Koppmann, Dr. Claudia Michael, Yvonne Neidhardt, Tim Quinders, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan, Julia Schwietering, Dr. Jochen Wettach; Marktanalyse und Projektassistenz: Michaela Backhus, Maria Anna Bernhart, Sylvia Keske-Fouda, Julia Leise, Nada Quenzel;
Teamassistenz: Beate Engler, Karin Falkenthal

Nicole Merbach (Journalistische Leiterin); Redaktion: Ina Bockholt, Vera Denkhaus, Heike Dierbach, Christiane Hefendehl, Lea Sophie Lukas, Dr. Bettina Sauer, Sara Waldau, Swantje Waterstraat;
Teamassistenz: Ulrike Guth

Geldanlage, Altersvorsorge, Kredite und Steuern
Stephan Kühnlenz (Wissenschaftlicher Leiter);
Projektleitung: Dr. Bernd Brückmann, Kathy Elmenthaler, Stefan Fischer, Anne Hausdörfer, Stefan Hüllen, Boštjan Krisper, Thomas Krüger, Gabriele Langfermann, Heike Nicodemus, Stephanie Pallasch, Yann Stoffel, Rainer Zuppe;
Projektassistenz: Christian Bothfeld, Viviane Hamann, Stefanie Kreisel, Beatrix Lemke, Sina Schmidt-Kunter, Alexander Zabel;
Teamassistenz: Magdalena Krause

Michael Beumer (Journalistischer Leiter); Redaktion: Kerstin Backofen, Karin Baur, Renate Daum, Metin Gülmen, Katharina Henrich, Alrun Jappe, Robin Knies, Fatima Krumm, Theodor Pischke, Daniel Pöhler, Isabell Pohlmann, Kai Schlieter, Max Schmutzer;
Teamassistenz: Annette Eßelborn

Versicherungen, Recht, Energieverträge
Julian Chudoba (Wissenschaftlicher Leiter);
Projektleitung: Sabine Baierl-Johna, Claudia Bassarak, Beate-Kathrin Bextermöller, Birgit Brümmel, Dr. Sebastian Gehrmann, Maria Hartwig, Karin Kuchelmeister, Michael Nischalke, Alica Verwiebe;
Projektassistenz: Romy Philipp, Achim Pieritz, Nicole Rau, Dana Soete, Marcia Vargas Canales; Teamassistenz: Ina Schiemann

Susanne Meunier (Journalistische Leiterin); Redaktion: Barbara Bückmann, Philip Chorzelewski, Christoph Herrmann, Alisa Kostenow, Sophie Mecchia, Kirsten Schiekiera, Lena Sington, Michael Sittig, Ulrike Steckkönig, Simone Weidner, Marion Weitemeier, Eugénie Zobel-Varga; Teamassistenz: Annette Eßelborn

Marketing und Vertrieb
Dorothea Kern (Leiterin)

Vertrieb Abonnement und Direktverkauf:
DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, dpv.de
Kundenservice: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg
Tel. 030/346465080, Fax 040/378455657,
Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Vertrieb Einzelhandel: DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG, Meßberg 1, 20086 Hamburg, dermedienvertrieb.de

Kommunikation
Björn Köllen-Steiner (Leiter); Claudia Brause, Bettina Dingler, Wolfgang Hestermann, Ron Koch, Christiane Lang, Sabine Möhr, Martin Sattler

Redaktion Stiftung Warentest

Chefredakteurin
Isabella Eigner (verantwortlich)

Stellvertretender Chefredakteur, Stellvertretende Chefredakteurin
Werner Hinzpeter, Julia Witt

Projektredakteur der Chefredaktion
Thierry Backes

Textchefs
Sebastian Bröder, Axel Henrici, Daniel Kastner, Thomas Müller

Redaktionsassistenz
Christine Jannack, Britta Ossig-Moll

Creative Director
Nina Mascher

Grafik
Karen Adams (Leiterin); Isabella Galanty, Katja Späth, Beate Theill

Bildredaktion
Laura Schierholz (Leiterin); Hendrik Rauch, Annette Zidek; Ralph Kaiser (Fotograf)

Produktion
Alfred Trinnes (Leiter); Gabriele Meja, Yuen Men Nguyen, Martin Schmidt

Verlagsherstellung
Rita Brosius (Leiterin); Romy Alig, Susanne Beeh

Weitere Mitarbeit an dieser Ausgabe
Ulrike Sosalla Serodio, Pia Voigt

Litho tiff.any GmbH Berlin

Druck Stark Medien GmbH, Pforzheim
Innenteil und Bestellkarte gedruckt auf Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen „Der Blaue Engel"

Preise Jahresabonnement Print Inland: 85,20 Euro, Österreich: 87,60 Euro, Schweiz 100,40 sFr., restl. Ausland: 87,60 Euro. Kombi-Abo Inland: 120,60 Euro (85,20 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Österreich: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate), Schweiz: 151,40 sFr. (100,40 sFr. für Stiftung Warentest + 51,00 sFr. für die Stiftung Warentest Flatrate), restl. Ausland: 123,00 Euro (87,60 Euro für Stiftung Warentest + 35,40 Euro für die Stiftung Warentest Flatrate) (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten Österreich: 0,60 Euro, Schweiz: 1,20 sFr., rest. Ausland: 2,00 Euro pro Ausgabe). Digitales Zeitschriften-Abo In- und Ausland: 76,80 Euro, Schweiz 89,99 sFr. Einzelheft Print Deutschland: 7,90 Euro, Ausland: 8,10 Euro, Schweiz: 9,40 sFr. (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten).

ISSN 0040–3946

Rechte Alle in Stiftung Warentest veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Reproduktion – ganz oder in Teilen – bedarf ungeachtet des Mediums der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags. Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.

Die Stiftung Warentest behält sich eine Nutzung dieses Werks für das Text- und Data-Mining nach § 44b UrhG ausdrücklich vor. Jede Nutzung nach § 44b UrhG bedarf der vorherigen ausdrücklichen Zustimmung der Stiftung Warentest. Die Rechte aus § 60d UrhG bleiben unberührt.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Wundersames aus dem Prüflabor. Folge 25

Schweißfänger



„Vor ein paar Jahren war unklar, ob aluminiumhaltige Deos ein Gesundheitsrisiko sind. Heute wissen wir es besser und können entwarnen."

Dr. Thomas Koppmann, Projektleiter des Tests von Antitranspirantien

Star dieser Testsache ist ein Streifen Baumwollvlies: fusselfrei, reißfest, sehr weich, stark saugend, Hautverträglichkeit dermatologisch bestätigt. Eltern verwenden diese Pads zur Pflege von Baby-Pos, Fotografen zum Reinigen von Objektiven, Bestatter zur Leichenwäsche. Und wir? Wir finden mit den Stoffstreifen heraus, wie viel ein Mensch schwitzt – aufs Milligramm genau.

Das interessiert uns, wenn wir Antitranspirantien testen, also aluminiumhaltige Deos, die die Produktion von Schweiß reduzieren sollen. Wir wiegen die Pads, kleben sie mit Pflaster in die Achseln von Testpersonen und bringen diese ins Schwitzen. Danach lösen wir die Pads und wiegen sie erneut. Sie haben nun so viel an Gewicht zugelegt, wie die Testperson geschwitzt hat. Auf dem Foto macht rotes Licht den Schweiß besser sichtbar.

Von jedem Probanden erheben wir acht Schweißmengen: zunächst jeweils nach zwei 20-minütigen Sitzungen in einem Klimaraum bei 38 Grad und 35 Prozent Luftfeuchtigkeit, unter beiden Armen ohne Antitranspirant. Vier Tage später wiederholen wir die Prozedur – mit dem Unterschied, dass die Probanden in diesen vier Tagen unter einer Achsel das zu testende Antitranspirant benutzt haben. Am Ende stehen acht Zahlen. Sie liefern uns die nackte Wahrheit über die Wirksamkeit der Deos.

Text: Sebastian Bröder



Aufnahmeprüfung. In jeder Achselhöhle des Probanden wird ein stark saugendes Pad fixiert. Danach gehts in den Schwitzraum.

Foto: Studio Likeness; Pablo Castagnola; Sandra Kühnapfel

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Baumwollpads

Einsatz für: Tests von Antitranspirantien
Material: 100 Prozent Baumwolle (Vliesform)
Preis: 0,45 Euro/Stück
Bedarf: 280 (für einen kompletten Testdurchgang mit 35 Probanden)



© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.

Stiftung Warentest

test.de/flatrate-aktion

Alle Testergebnisse

– überall, wo Sie sie brauchen

Aktion!
Flatrate
~~5,90 €~~ **3,90 €***
pro Monat

- ✓ **Online-Zugriff auf 9 000+ Tests, Tipps und Finanzanalysen** – alle Inhalte der letzten Jahre
- ✓ **Täglich neue Artikel zu aktuellen Themen** – Geldanlage, Gesundheit, Ernährung, Verbraucherschutz u. v. m.
- ✓ **Umfangreiche Fondsdatenbank** – stets aktuelle Informationen zu rund 23 000 Fonds & ETF
- ✓ **Werbefrei & unabhängig** – wie Sie es von uns gewohnt sind



Nur bis 11. Februar: Aktionspreis sichern

test.de/flatrate-aktion

Foto: Mockupnest

* Sie erhalten die Jahresflatrate im ersten Jahr für nur 3,90 €/Monat (entspricht 46,80 €/Jahr). Im Folgejahr zahlen Sie 5,90 €/Monat (entspricht 70,80 €/Jahr). Die Abrechnung erfolgt jeweils jährlich. Nach dem ersten Jahr können Sie jederzeit zum Monatsende kündigen. Die Aktion gilt bis zum 11. Februar 2026 und nur für Neukunden.

© Stiftung Warentest, 2026
Nur zur persönlichen Nutzung. Keine Weitergabe.