



Der Siegeszug des Sportriegels und mittendrin: Ovo Sport

Ernährung Der Energieriegel ist zum Lifestyle-Produkt und zum Milliardenmarkt geworden: Immer mehr Menschen liefert er rasch und unkompliziert Kalorien – gerade im stressigen Alltag. Ein Berner Tausendsassa spielte eine Pionierrolle.

Christian Brünger

Die Amerikaner weisen den Weg, was auf uns Schweizer zukommen dürfte: 60 Prozent ersetzen ihren Zmorge durch einen Sportriegel. Jeder dritte Amerikaner snackt zudem regelmässig einen Riegel. Dieses veränderte Essverhalten antizipieren Coop und Migros. Sie bauen ihre Sportriegel-Linien stark aus.

Während Coop keine Zahlen nennen will, sagt die Migros immerhin, dass sich in den letzten drei Jahren der Absatz verdoppelt habe – und Energieriegel gerne von Leuten konsumiert würden, die keinen Sport betreiben, aber sie für gesünder als klassische Riegel wie Mars halten. Doch sind Sportriegel wirklich gesünder? Und wie schaffen sie es von der Nische in den Mainstream?

Die Pioniere:

Von den Indianern gelernt

Die ersten Spitzenathleten der modernen Zeit waren Abenteurer und Forscher wie der Brite Ernest Shackleton. Um ihre Parforceleistungen durch Kälte, Wind und Schnee zu bewältigen, benötigten diese Haudegen Kalorien, die rasch und unkompliziert essbar waren – auch bei extremen Temperaturen.

Zwei wichtige Energiequellen jener Pionierphase waren Pemmikan und der Kendal Mint Cake. Pemmikan geht auf die Indianer zurück und ist eine Mischung aus Dörrfleisch und

Fett, welche die Indianer als Reiseproviand und Notration verwendeten. Er ist quasi der Vorläufer heutiger Proteinriegel, die zurzeit enorme Beliebtheit erfahren.

Der Kendal Mint Cake, der im Gegensatz zum Namen aus einer Tafel besteht, ist eine Zuckerbombe, kann aber als Vorläufer der Riegel mit hohem Kohlenhydratgehalt bezeichnet werden.

Shackleton setzte ebenso auf ihn wie die Bergsteiger des frühen 20. Jahrhunderts, darunter die ersten Bezwinger des Mount Everest, Edmund Hillary und Tenzing Norgay. Der Kendal Mint Cake ist noch heute erhältlich.

Die Schweizer:

Ovo Sport und das Militär

Einen wichtigen Platz in der Geschichte des Sportriegels nimmt die Schweiz ein dank dem Berner Tausendsassa Georg Wander (der Deutscher war). Der Chemiker setzte auf Gerstenmalzextrakt. Seine Firma sollte für die Schweizer Armee eine moderne Hochgebirgszwischenverpflegung, HGZV genannt, auf der Basis seiner Entwicklung kreieren.

Zu den Vorgaben zählten: 1. Sie soll nahrhaft sein und möglichst lange sättigen. 2. Sie soll leicht verdaulich sein. 3. Sie soll möglichst trocken sein, damit sie nicht gefriert. 4. Die HGZV soll möglichst komplett sein und ein Mittagessen ersetzen können. Und: Sie soll eine gewisse Kau-

arbeit benötigen, aber nicht an den Zähnen kleben. Wie jedes Kind weiss: Die Firma Wander scheiterte an dieser Vorgabe zwar grandios, doch Ovo Sport ist seit seiner Auslieferung 1937 bis heute in vieler Schweizer Munde.

Ovo Sport darf gar als erster Sportriegel der Welt bezeichnet werden, weil er im Gegensatz zu Pemmikan und Mint Cake diese typische Riegelform besitzt. Auch das Verkleben löste die Firma ab 1948, indem sie die Stengel mit Schoggi überzog – und diese zweite Variante Choc Ovo taufte.

Diese Episode belegt: Was sich Sportriegel nennt bzw. nennen darf, ist auch Ermessenssache. Besteht ein Riegel wie ein Mars oder Snickers mehrheitlich aus



(raffiniertem) Zucker, zählt er zur Kategorie Schokoriegel – wird von Sportlern aber trotzdem gerne als rasche Energiequelle genutzt.

Der Ovo-Sport-Riegel wiederum ist all die Jahre kaum verändert worden: Wies er bei der Lancierung 62 Prozent Kohlenhydrate auf, sind es mittlerweile ein bisschen mehr – gesunken ist dafür der Fettanteil.

So beliebt Ovo Sport bis heute in der Schweiz ist – Zahlen nennt Wander keine –, ein Exportschlager war er nie. Er ist darum ein Schweizer Phänomen, das bis heute im Hauptsitz in Neuenegg bei Bern produziert wird, mehrheitlich von Maschinen und Robotern.

Längst geklärt ist auch, wie dieses damalige Wunderprodukt einzunehmen ist. Bei der Lancierung vor 83 Jahren produzierten Wander und die Schweizer Armee einen elfminütigen Lehrfilm, weil sich zeigte: Für die hungrigen Soldaten konnte es nicht schnell genug gehen.

Wer den Riegel aber zu wenig lange im Wasser auflösen liess, erhielt nie eine schöne, cremige Masse, sondern bloss Wasser mit Klumpen. Überhaupt das Wasser: War es zu warm, zerstörte es die Vitamine.

Die Amerikaner, Teil 1:

Fliegen mit den Astronauten

Bezeichnete Wander sein Ovo Sport noch als Sport- und Trainingsnahrung, dürfte die US-Raumfahrtbehörde Nasa den Begriff «Energieriegel» erfunden haben. Da sie im Kampf der Systeme zwischen Ost und West den ersten Menschen auf den Mond bringen wollte, musste sie auch entsprechende Astronauten-Nahrung kreieren. Zusammen

mit dem Lebensmittelhersteller Pillsbury entwickelte sie den «Space Food Stick», also den Raumfahrtriegel.

Er sollte die Astronauten während der Flüge mit rascher Energie versorgen und war primär eine Süssigkeit. Rund um die Mondlandung von 1969 lancierte Pillsbury das Produkt, um von der Zugkraft dieser epochalen Ära zu profitieren. Da er nicht bröckeln durfte – es sollten schliesslich keine Krümel in die Ritzen der Geräte gelangen –, hatte er den Charme bzw. die Textur eines heutigen Minipic-Stängels (und sah ähnlich attraktiv aus). Kurz: Der Astronauten-Stick flopte, seine Produktion wurde eingestellt, ehe er nach der Jahrtausendwende von einem Fan wiederbelebt wurde.

Die Amerikaner, Teil 2: Weg aus der Nische

So richtig Fahrt nahm der Sportriegel mit dem kanadischen Läufer Brian Maxwell auf. Er gründete PowerBar und baute ab 1986 seine Riegel zum führenden Energielieferanten von Sportlern auf. Nur: Der Geschmack war sekundär, und viel ausgewogener als ein Mars waren sie auch nicht. Ihre Schalheit begann selbst die Gaumen innigster Ausdauerfreunde zu schrecken.

Gary Erickson nutzte dieses Manko ab 1990 mit seinen Riegeln und einer breiten Palette an Geschmäckern und Texturen. Seine Firma Clif Bar – nach seinem Vater Clifford benannt – ist inzwischen die globale Nummer 1 mit geschätzten Jahreseinnahmen von einer halben Milliarde Dollar. Exakte Zahlen fehlen – die Firma ist in Privatbesitz.

Erickson steht für den klassi-

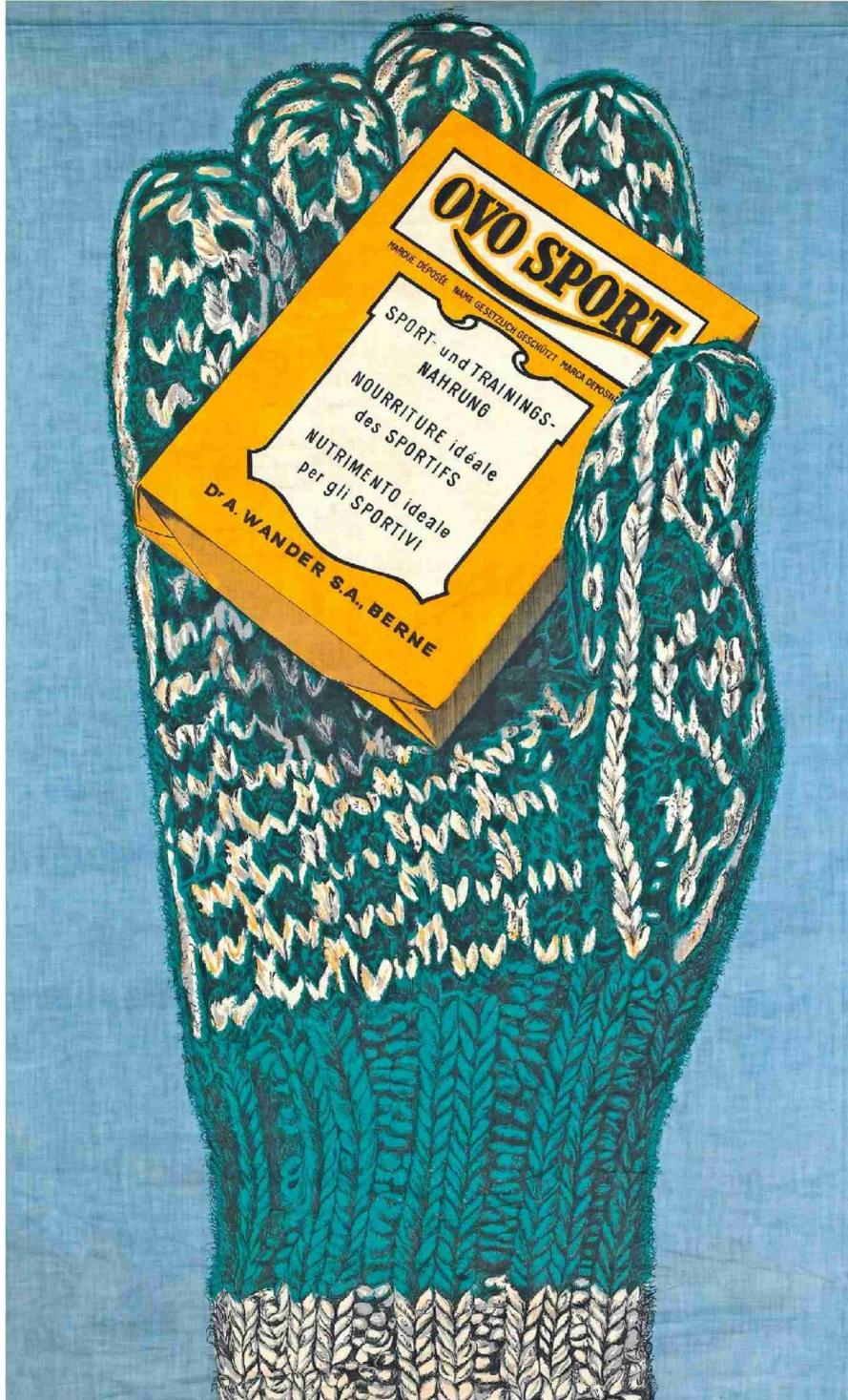
schen Weg: Unzufrieden mit den damaligen Produkten, wagte er sich nach einer langen Radfahrt in Mutters Küche an eigene Riegel. Viele Hersteller sind auf diese Weise gross geworden: Erst pröbelten sie in der eigenen Küche an Riegeln, dann begannen sie kleine Stückzahlen zu verkaufen und stetig zu wachsen.

Erickson zählt aus einem zweiten Grund zu den Pionieren: Er wollte mehr als nur Sportler mit seinen Riegeln erreichen – und damit die Nische verlassen. Also baute er aus. 1999 gründete er eine Firma, die sich auf Riegel für Frauen konzentriert.

Die Konkurrenten reagierten mit Linien für Kinder, Abnehmwillige, Proteinliebhaber, Senioren oder Mahlzeitenersetzer. Kurz: Sie segmentierten und erschufen immer neue Märkte und Bedürfnisse.

Trifft dann ein Unternehmer wie der Amerikaner Peter Rahal den Zeitgeist, werden Start-ups zu Riesen. Rahal antizipierte einen aktuellen Trend, der zum Lifestyle wurde und Clean Eating genannt wird. Man will möglichst naturbelassene Produkte zu sich nehmen. Auf die Packung seiner Riegel liess Rahal die zentralen Inhalte drucken: 3 Eiweiss, 6 Mandeln, 4 Cashewnüsse, 2 Datteln, keine Zusatzstoffe.

Sechs Jahre nach der Gründung verkauften Rahal und sein Partner die Firma für 600 Millionen Dollar an Kellogg. (Sport-)Riegel sind darum längst viel mehr als schnelle Kalorien. Sie spiegeln, wie wir mit dem Thema Essen umgehen – und wie wir immer mehr zu einer Gesellschaft von Snackern wurden.



Power im handlichen Format: Wander wirbt 1949 für Ovo Sport. Foto: Wander

In Zahlen

5

Milliarden Dollar soll der Umsatz mit Sportriegeln pro Jahr weltweit betragen. Exakte Zahlen gibts keine.

1

Hersteller produziert seine Sportriegel in der Schweiz: Wander. Die Firma gehört Briten.

200

bis 300 Kalorien vereint ein Sportriegel im Schnitt und wiegt zwischen 45 und 80 Gramm.

Der Riegel zum Selbermachen

Energieriegel aus der eigenen Küche? Leicht gemacht. Die Vorgehensweise – es dauert keine fünf Minuten – ist grosso modo immer dieselbe: Cerealien und Dörrfrüchte werden mit einem Süßmittel vermischt. Im Backofen wird die Masse angetrocknet und in Portionen geschnitten.

– eine Handvoll gemischte Dörrfrüchte (z.B. Aprikosen, Rosinen)

– eine Handvoll gemischte Nüsse (z.B. Mandeln, Haselnüsse)

Im Mixer klein machen; je grösser die Nüsse sind, desto weniger kompakt werden die Riegel.

– 3 Esslöffel Honig (oder Ahornsirup)

– 2 Esslöffel Haferflocken (oder Hirseflocken)

– 2 Esslöffel Sesamsamen (oder Chiasamen)

Hinzufügen und kurz mixen. Die Masse zwischen zwei Lagen Backpapier auf ca. 8 mm Dicke ausstreichen. Bei ca. 150 Grad für eine Viertelstunde in den Backofen geben. Vorsicht: Zu dunkel darf die Mischung nicht werden, sonst schmeckt sie bitter! In Portionen schneiden und über Nacht offen trocknen lassen. Vielleicht muss man ein-, zweimal ausprobieren, bis man die optimale Mischung findet. Hat man sie, kann auch die doppelte Menge zubereitet werden.

Daniel Böniger