

[Direkt zum Inhalt - Navigation überspringen](#)

Suchbegriff e [suche >>](#) [Shop](#) [Home](#) [Suche](#) [Impressum](#) [Kontakt](#) [Wir über uns](#) [Sitemap](#)

[Links](#)

Sie sind hier: www.verbraucherbildung.de > [Im Brennpunkt](#) > Klima und Ernährung_Es geht auch um die Wurst



Offizielles Projekt
der Weltdekade
2009 / 2010

Klima und Ernährung: Es geht auch um die Wurst

Der Klimawandel drückt vielen Menschen auf den Magen. Da muss was passieren, finden sie, aber was kann man als Einzelner schon machen? Eine ganze Menge, sagen Verbraucherschützer. Anfangen mit der persönlichen Klimaschutzoffensive kann man fast immer und überall. Zum Beispiel bei der eigenen Ernährung. Denn was wir essen, hat ungefähr einen ebensgroßen Einfluss auf die Erderwärmung wie die Art, mit der wir uns fortbewegen. Klima- und Konsumexperten vom Verbraucherzentrale Bundesverband e.V., [vzbv](#), und den [Verbraucherzentralen](#) raten daher zur Beachtung einiger einfacher Faustregeln, mit denen jeder Mensch seine persönliche CO₂-Bilanz entlasten kann. Sie bieten gleichzeitig Chancen auf ein gesünderes Leben.

Denn wer sich ausgewogen ernährt und auf die Qualität seiner Lebensmittel achtet, schont in der Regel nicht nur das Klima, sondern auch die eigene Gesundheit. „Weniger Fleisch, mehr Obst und Gemüse, mehr saisonale, regionale und ökologisch erzeugte Lebensmittel“ – laut vzbv-Vorstand Gerd Billen ist das die Erfolgsformel für eine gesunde und klimafreundlichere Ernährung. Wissenschaftler der Deutschen Gesellschaft für Ernährung ([DGE](#)) geben ihm recht. Sie empfehlen Mahlzeiten mit viel Obst und Gemüse, Getreideprodukten und nur „moderate Mengen von Fleisch und Fleischwaren“. Moderat heißt laut DGE: etwa 300 bis 600 Gramm pro Woche.

Viele Bundesbürger sind davon noch weit entfernt. Die [Nationale Verzehrstudie](#) veranschlagt den Fleischverbrauch der Deutschen auf 1.120 Gramm pro Woche für Männer und 580 Gramm pro Woche für Frauen. Nicht nur Ärzte, auch Klima- und Umweltschützer sehen das



mit Sorge, gilt doch der weltweit zunehmende Fleischkonsum als ein Treiber der Erderwärmung. Das liegt zum einem am Klimagas Methan, das Rinder und andere Nutztiere während der Verdauung freisetzen. Zum anderen müssen Kühe, Schafe oder Schweine erst aufgezogen und verarbeitet werden. Das kostet sehr viel Energie, die sich in steigenden Treibhausgasemissionen niederschlägt.

Zu hoch: Anteil der ernährungsbedingten Klimagase

Umstritten ist noch, wie sehr die Nutztierhaltung zur Erderwärmung beiträgt. Das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Verbraucherschutz ([BMELV](#)) taxiert sämtliche durch Ernährung verursachten Emissionen auf rund zwanzig Prozent. Das entspräche dann ungefähr den Emissionen des Verkehrs in Deutschland. Weltweit wird der Anteil jedoch wesentlich höher geschätzt. So kommt ein im Herbst 2009 veröffentlichter Bericht der amerikanischen Denkfabrik [Worldwatch Institute](#) zu einem deutlich höheren Anteil. Demzufolge geht bereits die Hälfte der weltweiten Treibhausgasemissionen auf die Tierhaltung zurück. Besonders klimaschädlich wirkt sich hierbei die Rodung von Wäldern zur Nutzung für Tierhaltung und Anbau von Futtermitteln aus.



Unstrittig ist, dass auch diese Emissionen sinken müssen,

wenn die globale durchschnittliche Temperatur der Erde sich nicht über die von Wissenschaftlern empfohlene Zwei-Grad-Grenze hinaus erwärmen soll. Für den einzelnen Bundesbürger heißt das: Runter von rund elf Tonnen CO₂, die jeder Deutsche zurzeit durchschnittlich pro Jahr verursacht. Hin zu Pro-Kopf-Emissionen, die spätestens ab dem Jahr 2050 nicht über zwei Tonnen liegen dürfen. Dafür hatte sich unter anderem Bundeskanzlerin Angela Merkel mehrmals [ausgesprochen](#). Die Politik muss dafür allerdings auch den richtigen Rahmen setzen. Und auch die Verbraucher müssen ihr Leben auf den Klimaprüfstand stellen.

Etliche Umfragen zeigen, dass sie dazu durchaus bereit sind. Sie beklagen jedoch ein zu geringes Angebot an klimaschonenden Waren und Dienstleistungen und mangelnde Transparenz darüber, welche Produkte tatsächlich das Klima weniger belasten als andere. Das hat zuletzt eine repräsentative Befragung des Marktforschungsinstituts Prognos im Auftrag des vzbv ergeben. Um sich klimafreundlicher verhalten zu können, will der Großteil der deutschen Verbraucher praktikable Lösungen und einfache Tipps, die an ihrem Lebensalltag anknüpfen, so ein Ergebnis der [Umfrage](#). Für Nahrungsmittel gibt es zumindest Orientierungshilfen, die Verbraucher auch an der Ladentheke zu Rate ziehen können.

Gut fürs Klima: saisonales Obst und Gemüse aus der Region

Grundsätzlich gilt: Die Produktion von Fleisch, Wurst und anderen tierischen Lebensmitteln wie Milchwaren oder Eiern ist besonders energieintensiv und damit klimabelastend. Laut vzbv sind durchschnittlich sieben Kalorien in Form pflanzlicher Futtermittel notwendig, um



eine Kalorie tierischer Lebensmittel zu erzeugen. Ein Kilogramm Rindfleisch beispielsweise verursacht in der Produktion über 13 Kilogramm CO₂. Pflanzliche Nahrungsmittel, frisches Obst und Gemüse erweisen sich dagegen als CO₂-Leichtgewichte. Ein Kilo Obst belastet die persönliche Klimabilanz lediglich mit 500 Gramm CO₂. Ein Kilo frisches Gemüse bringt sogar nur 150 Gramm CO₂ auf die Waage. Frisches Obst und Gemüse sind also nicht nur für das eigene Wohlbefinden die bessere Wahl, sondern auch für das Klima.

Zunichte gemacht werden können die guten CO₂-Bilanzen von Obst und Gemüse allerdings noch durch lange Transportwege oder energieintensive Aufzucht im Treibhaus. Saisonale Lebensmittel aus der Region sind hier meist im Vorteil, da die Transportwege kurz sind und frisch geerntet wird, lange Lagerzeiten also entfallen. Unter Klimaschutzaspekten besonders problematisch sind Lebensmittel, die per Flugzeug eingeflogen werden. Chilenischer Spargel belastet die Atmosphäre nach Angaben des vzbv mehrere tausend Mal stärker als Spargel aus der Region, der per LKW transportiert wurde.

Schlecht fällt auch die Klimabilanz stark verarbeiteter Lebensmittel wie Tütensuppen oder Tiefkühlpizza aus. Bei Tütensuppen oder Kartoffelknödeln entziehen die Hersteller den Zutaten erst energieaufwändig Wasser, das später in der Küche wieder zugefügt werden muss. Tiefkühlkost wiederum muss zunächst mit hohem Energieaufwand schockgefrostet und dann zuhause gekühlt werden. Zudem darf die Kühlkette auf dem Weg zum Konsumenten nicht unterbrochen werden. Da können schnell einige hundert oder tausend Kilometer Kühlstrecke zusammenkommen – zulasten der Atmosphäre.

Um die gute CO₂-Bilanz von frischem Obst und Gemüse aus der Region nicht auf den letzten Metern zunichte zu machen, empfiehlt der vzbv den Verbrauchern, beim Einkauf möglichst

auf das Auto zu verzichten, das klimafreundlichere Rad oder den Öffentlichen Personennahverkehr zu nutzen oder zu Fuß zu gehen.

vzbv bietet Wegweiser aus dem Treibhaus

Um Verbraucher für ein klimafreundlicheres Leben zu gewinnen und ihnen dabei Orientierung zu geben, haben der vzbv und die [Verbraucherzentralen der Länder](#) im Sommer 2009 das Informations- und Beratungsportal www.verbraucherfuersklima.de ins Netz gestellt. Es leistet sachkundige Hilfestellung für den Weg in ein CO₂-ärmeres Leben in Sachen Wohnen, Verkehr und Ernährung. Hier finden sich unter anderem ausführliche Ratgeber für die Zubereitung gesunder und klimaschonender Mahlzeiten, Informationen über die Klimavorteile von Bio-Lebensmitteln und Tipps, mit denen sich neben dem Klima auch der Geldbeutel schonen lässt.

Viel Geld lässt sich zum Beispiel mit energieeffizienten Haushaltsgeräten sparen. Hier gilt: Je weniger Strom sie zum Kühlen, Kochen, Spülen verbrauchen, desto weniger belasten sie Budget und Klima. Bei der Anschaffung von neuen Haushaltsgeräten wie Gefrier- oder Kühlschränken sollten Verbraucher daher darauf achten, dass die Geräte mindestens die Energieeffizienzklasse A++ erreichen. Energieeffiziente Geräte sind zwar in der Anschaffung meist teurer. Die Mehrkosten amortisieren sich in der Regel allerdings durch den geringeren Stromverbrauch. Neue Haushaltsgeräte sollten zudem dem eigenen Bedarf entsprechen. Ein Singlehaushalt benötigt in der Regel keinen Kühlschrank mit einem Volumen von 200 Litern.



Außerdem empfehlen die Verbraucherschützer die Vorteile der Haushaltsplanung für sich und fürs Klima wiederzuentdecken. Heute, so der vzbv, landeten in jedem deutschen Haushalt jährlich Lebensmittel im Wert von fast 400 Euro ungegessen im Müll. Das sei eine sinnlose Belastung des Klimas und der eigenen Haushaltskasse. Ein persönlicher, auch ehrgeiziger Klimaschutz, so der vzbv, bedeute nicht automatisch Verzicht, sondern könne zu mehr Lebensqualität führen. Wer sich an einige Faustregeln halte – wenig Fleisch, viel frisches Obst und Gemüse, am besten aus der Saison und aus der Region und möglichst in Bio-Qualität –, tue seiner Gesundheit und dem Klima etwas Gutes. Frische, region liegen zudem beim Geschmack vorne. Das weiß, wer im Sommer geerntete Freilanderdbeeren und -tomaten mit aufgepöppelter Winterware aus dem Treibhaus vergleicht. Mehr Genuss gibt es zur persönlichen Klimaschutzoffensive also quasi gratis dazu. Und wer noch das Rad benutzt oder zu Fuß Einkaufen geht, hat gleich doppelt gut für sich gesorgt.

Stand: Januar 2010

Weiterführende Informationen

- [Verbraucher fürs Klima](#). Beratungsangebot der Kampagne "für mich. für dich. fürs klima." des Verbraucherzentrale Bundesverbands (vzbv) mit den 16 Verbraucherzentralen, dem Deutschen Mieterbund (DMB), der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO), dem Verkehrsclub Deutschland (VCD), dem VerbraucherService (VS) im Katholischen Deutschen Frauenbund und Germanwatch.
- [Nationale Verzehrstudie](#) des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.

- [Ergebnisse Verbraucherumfrage zu Ernährung und Klimaschutz](#). Mai-Juni 2009, Verbrauchermonitoring, PDF.
- Internationale Grüne Woche 2010: „Verbraucherschutz im globalen Lebensmittelmarkt: [Fünf-Punkte-Programm zur Lebensmittel- und Ernährungspolitik](#) sowie Pressemitteilung zur Internationalen Grünen Woche 2010 [„Abspecken für Klima und Gesundheit“](#)
- [Essen – eine Klimasünde?](#) Brennpunkt mit Hintergrundinformationen auf www.verbraucherbildung.de, Januar 2008.
- [Zwölf-Punkte-Programm des Verbraucherzentrale Bundesverbandes zum Klimaschutz in Landwirtschaft und Ernährung](#) anlässlich der „Internationalen Grünen Woche 2008“, 16.01.2008.
- [Internationale Grüne Woche: Mehr Klimaschutz auf Acker, Ladentheke und Küchentisch](#). Pressemitteilung des vzbv anlässlich der „Internationalen Grünen Woche“ 2008.
- [Die Klimaauswirkungen unserer Ernährung](#): Vortrag von Dr. Ulrike Eberle anlässlich des Verbraucherpolitischen Forums des Verbraucherzentrale Bundesverbandes „Essen – eine Klimasünde? Wie Ernährung und Klima zusammenhängen“, 24.01.2008.
- [Verbraucherpolitischen Forum: Essen – eine Klimasünde?](#) Statements und Powerpoint-Vorträge, 24.01.2008.
- [Ernährungsbericht 2008 der Deutschen Gesellschaft für Ernährung mit Empfehlungen für eine ausgewogene und gesunde Ernährung](#), Stand: März 2009.
- [Nachhaltigkeit konkret](#): Nachhaltigkeitskonzept des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz mit Angaben zu den ernährungsbedingten Emissionen in Deutschland, 2009.
- [Livestock's long Shadow](#). Studie der Welternährungsorganisation FAO zu den Emissionen durch Tierhaltung und Landwirtschaft, 2006.
- [Livestock and Climate Change](#). Bericht des Worldwatch Institute, Oktober 2009. Livestock Emissions: Still Grossly Underestimated? Pressemitteilung Worldwatch Institute, 20.10.2009.
- [Pendos CO₂-Zähler](#). Informationen zur Taschenbroschüre aus dem Pendos Verlag sowie Bestellmöglichkeit.
- [Verbrauchermonitoring – Perspektiven der Verbraucher zum Klimaschutz](#). Ergebnisse der Klima-Verbraucherbefragung des vzbv.

Druckversion

http://www.verbraucherbildung.de/projekt01/d/www.verbraucherbildung.de/im_brennpunkt/klima_und_ernaehrung_es_geht_auch_um_die_wurst.html?mod7_1=print&rewrite_sid=&rewrite_path=d/www.verbraucherbildung.de/im_brennpunkt/klima_und_ernaehrung_es_geht_auch_um_die_wurst.html&rewrite_values=