

ERNÄHRUNGSFRONTEN

„Die Küche wird als Begegnungsraum von Menschen genutzt, die sich sonst nicht kennen lernen würden.“

Zu viel Fleisch

Der Fleischbedarf der Menschheit ist in den vergangenen 50 Jahren um das Vierfache auf rund 280 Millionen Tonnen gestiegen. Die Schäden an Umwelt und Tier- schutz sind empfindlich.



Zu viel Zucker

Um 1900 lag der Zuckerkonsum in Mitteleuropa bei jährlich sechs Kilogramm. Heute sind es 35. Laut Ernährungsexperten sollte man den täglichen Zuckerkonsum um 75 Prozent senken.



| Von Doris Neubauer

An der Theke wird frische Petersilie vom Markt gehackt, auf dem Herd kocht Bulgur fürs Taboulé: In der Alten Ankerbrotfabrik im 10. Wiener Gemeindebezirk wird hochkonzentriert gearbeitet. Seit November 2016 zeigt ein Team von zehn ausgebildeten Freiwilligen dreimal wöchentlich Rezepte des britischen Starkochs Jamie Oliver vor. In England und Australien laufen Kochkurse des „Ministry of Food“ der „Jamie Oliver Foundation“ seit 2008. In Kooperation mit der „Caritas Wien“ werden sie jetzt erstmals in Kontinentaleuropa implementiert. Ziel ist hier wie dort dasselbe: Menschen allen Alters und jeder Schicht in acht Einheiten gegen einen geringen Unkostenbeitrag Kochfertigkeiten und Wissen über eine ausgewogene Ernährung beizubringen. Es ist ein Ansatz, der zur Caritas Wien passt: Schon seit zwei Jahren leiten vier „Nachbarschaftsköche“ ein bis zweimal täglich 10 bis 15 Menschen im gesunden Kochen an.

Beim „Community Cooking“, das vom Fonds Gesundes Österreich und der SV Stiftung gefördert wird, treffen sozial benachteiligte Menschen aus den Gemeindebauten unter anderem auf Asylwerber, die in Flüchtlingseinrichtungen keine Kochmöglichkeit haben. „Die Küche wird als Begegnungsraum von Menschen genutzt, die sich sonst nicht kennenlernen würden“, weiß Projektleiterin Lisa Plattner.

Doch es geht nicht nur um Austausch: In Zusammenarbeit mit einer Ernährungswissenschaftlerin werden gesunde Rezepte ausgewählt und aus biologischen, fairen sowie saisonalen Lebensmittel zubereitet. „Wir wollen vor allem sozial benachteiligten Menschen, die von Kochen und Ernährung wenig Ahnung haben, auf niederschwellige Art zeigen, welche Lebensmittel in sehr guter Qualität zu niedrigem Preis erhältlich sind“, so Plattner, „wir möchten zeigen, dass man gesunde, schmackhafte Gerichte kochen kann, die kein Vermögen kosten.“

Gute Nahrung für alle – aber wie?

Wie man hochwertige Ernährung einkommensschwächeren Schichten zugänglich macht, darüber wird international unter dem Stichwort „Bio 3.0“ diskutiert. „Derzeit helfen alle steuerzahrenden Bürgerinnen mit ihren Steuerabgaben mit, die biologische Landwirtschaft zu fördern“, sieht Lothar Greger vom „Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) Österreich“ Mankos in Sachen „Umweltgerechtigkeit“, „aber ein Teil ist nicht in der Lage, sich diese Bio-Lebensmittel im Geschäft zu leisten.“

Infolgedessen greifen Menschen mit geringem Einkommen zu ungesunden, billigen Lebensmit-



Wie kann man Konsumenten davon überzeugen, dass biologisch produzierte Nahrung besser für ihre Gesundheit und für das Weltklima ist? Projekte zeigen den Weg.

Schwere Kost für MUTTER ERDE

teln, um sich „Gutes zu tun“ und das „Gefühl zu haben, am Konsumreigen teilnehmen zu können“. Der Schuss geht in mehrfacher Hinsicht nach hinten los. Eine Ernährung mit mehr Bio-Obst und Gemüse, dafür weniger Fleisch und Fertiggerichten wird nämlich nicht nur für die Gesundheit empfohlen, sondern entpuppt

hingegen, die durch ernährungsbedingte Krankheiten und den Einsatz nicht nachhaltiger landwirtschaftlicher Praktiken entstehen, seien höher. „Der Preis von Lebensmitteln klammert derzeit aus, dass die konventionelle Landwirtschaft Folgekosten aufwirft, die die Kommunen, also wir, zahlen müssen. Grundwasser et-

wa muss aufbereitet werden, weil es durch den Einsatz von Stickstoffdünger mit Nitrat kontaminiert ist“, fordert Gregers Kollegin Theres Rathmanner von FiBL dementsprechend eine Verbilligung der Bio-Lebensmittel.

Durch neue Steuermodelle „würden die Lebensmittelpreise alle diese Kosten integrieren, kämen

Bio-Produkte wesentlich günstiger weg.“ Mit 20 bis 23 Prozent der CO2-Emissionen zählt unsere Ernährung zu den entscheidendsten Treibern des Klimawandels. Mehr als 2500 Kilogramm Treibhausgas-Äquivalente pro Jahr verursacht jeder hierzulande – und das sind nur die direkten Ausstöße, die durch Landwirtschaft, Herstellung und Transport entstehen. Das hat die Studie „Achtung heiß und fetig: Klima & Ernährung in Österreich“ der Umweltschutzorganisation WWF in Zusammenarbeit mit der Wirtschaftsuniversität Wien 2015 ergeben.

Hausgemachter CO2-Ausstoß

Dabei spielt nicht der Transport von Rindfleisch aus Argentinien oder Orangen aus Südafrika die größte Rolle. Mit mehr als 50 Prozent hat die konventionelle Landwirtschaft den höchsten Anteil am CO2-Ausstoß. Kartoffeln und Tomaten aus biologischem Anbau etwa verursachen fast 30 Prozent weniger Treibhausgas-Emissionen als ihre konventionellen Artgenossen; Rindfleisch aus ökologischer Haltung um 15 Prozent weniger.

Das liegt daran, weil die ökologische Landwirtschaft auf Stickstoffdünger, Pflanzenschutz- sowie Futtermittel verzichtet. Klimatechnisch ins Gewicht fallen vor allem Fleisch- und Milchproduktion: Sie stellen 23 Prozent des Konsumvolumens der Nahrungsmittel dar, verursachen jedoch 67 Prozent der

„Der Preis von Lebensmitteln klammert derzeit aus, dass die konventionelle Landwirtschaft Folgekosten aufwirft, die die Kommunen, also wir, zahlen müssen.“

sich außerdem als kostengünstiger.

Letzteres hat 2014 eine Studie des deutschen Öko-Instituts e.V. ergeben: Eine Umstellung des „durchschnittlichen Ernährungsstiles in Deutschland“ kompensiert die Mehrkosten durch den Kauf von bio und fair gehandelten Produkten weitgehend. Die Kosten



Foto: Caritas Wien (2)

Produktion

Fleisch und Importe aus Übersee schlagen auf die Klimabilanz. Die Produktionsmethoden gerade im Sektor der Massentierhaltung und bei industrieller Agrarwirtschaft sind speziell klimaintensiv.

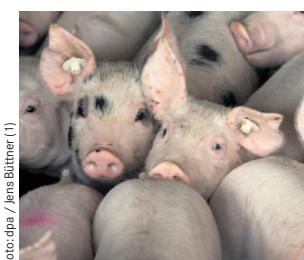


Foto: dpa / Jens Büttner (1)

Gesundheit

Der Mensch leidet an den schädlichen Dingen, die er isst und trinkt. Eine Umstellung auf gesunde Ernährung verbessert das Befinden. Schlechte Gewohnheit kostet Gesundheit und Lebensjahre.



nahrungsmittelbedingten Treibhausgas-Emissionen. Fleisch ist hier eindeutig der größte Faktor: Nur 9 Prozent des konsumierten Volumens verursachen 43 Prozent des CO2-Ausstoßes. „Für die Produktion von einem Kilogramm Fleisch benötigt man bis zu 16 Kilogramm Futtermittel und 20 Tonnen Wasser“, erklärt Friederike Klein, Referentin für Nachhaltige Ernährung beim WWF. Ressourcen, die angesichts des steigenden täglichen Fleischkonsums sowie eines Bevölkerungswachstums auf 9,2 Milliarden Menschen bis 2050, knapp werden.

Land der Fleischtiger

Genau hier kommt der Konsument ins Spiel, denn fast ein Drittel der nahrungsbedingten Gesamtenergie geht auf Verbraucheraktivitäten zurück. Einerseits ist entscheidend, was man auf den Teller lädt: „In Österreich sind wir Fleischtiger und Spitzenspieler in der EU“, weiß Klein. 100 Kilogramm Fleisch (inkl. Heimtierfutter) verzehrt der Durchschnittsösterreicher der WWF-Studie zufolge jährlich. Der EU-Schnitt liegt bei 80 Kilogramm – auch das ist übrigens doppelt so viel wie laut Ernährungsempfehlungen des Gesundheitsministeriums für eine gesunde, ausgewogene Ernährung nötig wäre.

Die gute Nachricht lautet: Weniger Fleisch, mehr pflanzliche Lebensmittel – diese einfache Formel könnte die Treibhausgas-Emissionen um etwa 16 Prozent reduzieren. In Kombination mit Bio-Produkten sind Einsparungen von 40 Prozent möglich. Doch es geht um mehr als bloßes Essverhalten: „Es geht um eine neue Befähigung des Individuums, das wenige zur Verfügung stehende Geld in hochwertige Lebensmittel zu investieren“, bringt es Lothar Greger auf den Punkt, „dann geht es um die Fähigkeit des Geld-Haushaltens, der Markt- und Produktkenntnis, um die Fähigkeit, selbst rasch und einfach hochwertige Speisen mit ökologisch hochwertigen Lebensmitteln zuzubereiten, alles zu verwerten sowie richtig zu lagern, so dass nichts weggeworfen werden muss.“

Genau diese Kompetenzen möchten Bildungsmaßnahmen wie die von „Jamie Oliver“ oder der „Caritas“ vermitteln. Auch das Projekt „Schule des Essens“ von FiBL, dessen Pilotphase vom „Ministerium für ein lebenswertes Österreich“ finanziert wird, schlägt in dieselbe Kerbe: In Pizzabackkursen, Exkursionen zu Biolandwirten und Filmen zu Schokoladenherstellung wird schon den Kleinsten auf spielerische Weise „nachhaltige Ernährung vom Acker bis zum Teller“ vermittelt. Was an drei Wiener Schulen erfolgreich getestet wurde, soll im Frühling 2017 evaluiert werden. Die Vision ist für Initiatorin Rathmann klar: Ein Schulfach Essen an allen österreichischen Schulen zu implementieren – regelmäßig, freudvoll, begeisternd und nachhaltig.

„Es wird in Zukunft noch mehr Druck Richtung Industrialisierung geben und noch schlimmere Tierqualen.“

Ein Sprecher von GLOBAL 2000 sieht eine dramatische Entwicklung des globalen Konsumverhaltens durch den Hunger nach billigem Fleisch.

„Dann wird es gewaltig krachen“



Foto: Shutterstock (2), Privat (1)

Das Gespräch führt Doris Neubauer

Bernhard Wohner ist seit 2013 im Nachhaltigkeitsteam von GLOBAL 2000 beschäftigt. In dieser Zeit arbeitete er an ökobilanziellen Studien im Bereich Landwirtschaft und Ernährung.

DIE FURCHE: Herr Wohner, die konventionelle Fleischproduktion stößt laut „FAO“ (Food and Agricultural Organisation der UNO) 40 Prozent der weltweiten Treibhausgase aus. Doch die CO2-Emission ist nicht das einzige Klimaschädliche am Fleischkonsum.

Bernhard Wohner: Nein, ein großer Knackpunkt ist auch die landwirtschaftliche Fläche. Je nach Nutztierart – Geflügel, Rind ... – müssen unterschiedliche Mengen an Futtermittel angebaut werden. So werden pro fleischlicher Kalorie zwischen drei und sieben pflanzliche Kalorien benötigt. Und für nur ein Kilogramm Fleisch braucht man bis zu 16 Kilo Getreide. Da geht sehr viel Getreide verloren und wird an Tiere verfüttert, das eigentlich Menschen ernähren könnte. Darüber hinaus braucht es zur Produktion dieser Nahrungsmittel eine große Fläche. Landwirtschaftliche Fläche aber ist ein knappes Gut. In Österreich etwa gibt es wegen der Zunahme von Bau-, Verkehrs-, Erholungs- und Abbaugebieten immer weniger agrarische Flächen. In Brasilien und Argentinien ist es genau umgekehrt: Da wird Regenwald gerodet, um Soja als Futtermittel anzubauen. In diesen sensiblen Gebieten gehen wertvolle Arten der Flora und Fauna verloren. Sie werden für unseren Fleischkonsum in Europa für immer ausgelöscht.

DIE FURCHE: Gilt das auch für Bio-Fleisch?

Wohner: Biologische Nutztierhaltung besagt, dass nur biologische Futtermittel verwendet werden dürfen. Das schließt aber nicht aus, dass Futtermittel aus der ganzen Welt eingesetzt werden können. Dennoch ist es relativ unwahrscheinlich. Für Biofleisch aus Österreich wird vermutlich kein

Regenwald gerodet. Es gibt aber in der Biolandwirtschaft verschiedene Levels: Das „EU-Bio“-Siegel hat die niedrigsten Anforderungen. Bei heimischen Labels wie „Bio Austria“ oder den Bio-Eigenmarken der Supermärkte hingegen sind heimische Futtermittel ein wichtiger Bestandteil. Da kann man Soja aus Argentinien ausschließen.

DIE FURCHE: Apropos Soja: Es wird für Vegetarier oft als Alternative zu Fleisch gehandelt. Werden dann nicht erst recht Wälder für landwirtschaftliche Flächen gerodet?

Wohner: Es ist ein weit verbreitetes Missverständnis, dass Vegetarier mehr Soja kon-

„Am besten erkundigt man sich direkt vor Ort, wie es den Tieren geht, um so mit nicht so schlechtem Gewissen Fleisch zu kaufen. Wenn man schon Fleisch kaufen will, sollte es wenigstens bio sein.“

sumieren. Das stimmt absolut nicht. 80 bis 90 Prozent der Sojaproduktion geht an die Nutztierhaltung. Nur aus einem geringen Anteil des Sojas macht man Lebensmittel für Menschen.

DIE FURCHE: Die Statistiken sprechen davon, dass mittlerweile bereits 80 Prozent der globalen Ackerfläche der Fleischproduktion dient. Und unser Verbrauch an tierischen Kalorien steigt weltweit weiterhin rapide an. Wie lange ist diese Quantität überhaupt aufrecht zu erhalten?

Wohner: Das wird nur noch kurzfristig gehen. Österreich ist zwar – zum Glück – in Sachen Fleischkonsum stagnierend bis leicht rückläufig, aber wir sind ja mit einem Verbrauch von 65,6 kg Fleisch pro Kopf und Jahr schon sehr weit oben. Die Gefahr für die Nachhaltigkeit unseres Ernährungssystems geht aber vor allem davon aus, dass auch in Entwicklungsländern der Wohlstand aufholt.



DIE FURCHE: Was wären die Folgen?

Wohner: Der Druck wird noch größer, billiges Fleisch in Massen zu produzieren. Es wird noch mehr Industrialisierung der Landwirtschaft geben, noch schlimmere Tierqualen. Es wird gewaltig krachen. Dann kann es sein, dass Fleisch zum Luxusprodukt wird. Oder wir lenken um.

DIE FURCHE: Wie?

Wohner: Aus ökologischen Gründen plädieren wir für ein „Zurück zum Sonntagsbraten“. Das heißt, jeder in Österreich sollte Fleisch essen dürfen, wenn er möchte, allerdings nicht so häufig wie bisher. Die Ernährungswissenschaft streitet über die Menge an Fleisch, die wir konsumieren sollten. Mir wäre aber keine Ernährungsgesellschaft bekannt, die mehr als drei Portionen pro Woche vorschlägt.

DIE FURCHE: Wäre es nicht ratsam, ganz auf Fleisch zu verzichten?

Wohner: Uns geht es um einen halbwegs realistischen Zugang. Wir wollen auch niemandem vorschreiben, was er oder sie zu tun hat. Fleisch per se ist ja nichts Böses, nur die Menge ist so schlimm. Es geht uns allerdings um eine sinnvolle Fleischproduktion: Wenn man eine Weide hat, wo nichts außer Gras wächst, ist es sinnvoll, dort ein Tier grasen zu lassen. Das Tier auf der Weide schützt vor Verwaldung und bewahrt unsere Kulturlandschaft in Österreich. Es ist auch sinnvoll, dass uns später das Fleisch dieses Tieres Energie spendet.

DIE FURCHE: Kann Klon-Fleisch in Zukunft auch eine solche sein?

Wohner: Ich mag den Begriff Klon-Fleisch nicht, sondern spreche eher von Laborfleisch. Es hat den unglaublich großen Vorteil, dass kein Tier sterben muss. Aber es ist von Marktreife weit entfernt. Es führt jedoch kein Weg daran vorbei, dass unser Fleischkonsum weniger wird.

DIE FURCHE: Was sollte man beim Konsum neben der Reduzierung noch beachten?

Wohner: Eine Frage ist, welches Fleisch man isst. Aus ökologischer Sicht ist Rindfleisch am Dramatischsten zu sehen. Wir sprechen dabei vom Futtermittel-Quotienten, das heißt, wie viel Futtermittel ein Tier braucht, um einen Kilo Fleisch zu erzeugen. Der liegt bei Rind bei zwischen acht und zwölf und damit recht schlecht. Geflügel und Schweine haben da eine bessere CO2-Bilanz. Wir raten in jedem Fall dazu: Wenn Fleisch, dann Bio-Fleisch. Am besten erkundigt man sich direkt vor Ort, wie es den Tieren geht, um so mit nicht so schlechtem Gewissen Fleisch zu kaufen. Man kann sich auch auf dem Bauernmarkt umschauen und direkt mit den Bauern reden. Direkt an der Quelle, das wäre unser Rat.