

Ernährungswende

Mehr Gemüse und Vollkorn, Hülsenfrüchte und gute Fette – die optimale Ernährung tut nicht nur uns, sondern auch unserem Planeten gut. Dabei gilt: je unverarbeiteter, desto besser. Und in immer neuen Kombinationen erfreut das cleane Essen auch unseren Gaumen.

Seite 6

Fairer Handel

Lange Zahlungsziele, einseitige Stornierungsoptionen und unfaire Verträge setzen Bauern unter Druck. Die wehren sich und blockieren mit ihren Traktoren immer wieder Innenstädte und Lagerzufahrten. Mit einem neuen Gesetz will die Politik nun Abhilfe schaffen.

Seite 10

Foodwaste

Zwölf Millionen Tonnen Lebensmittel werden jedes Jahr allein in Deutschland weggeworfen, dabei wäre das Gros noch genießbar. Zu viel – denn die Lebensmittelverschwendung hat nicht nur wirtschaftliche, sondern auch ethische, soziale und ökologische Konsequenzen.

Seite 12

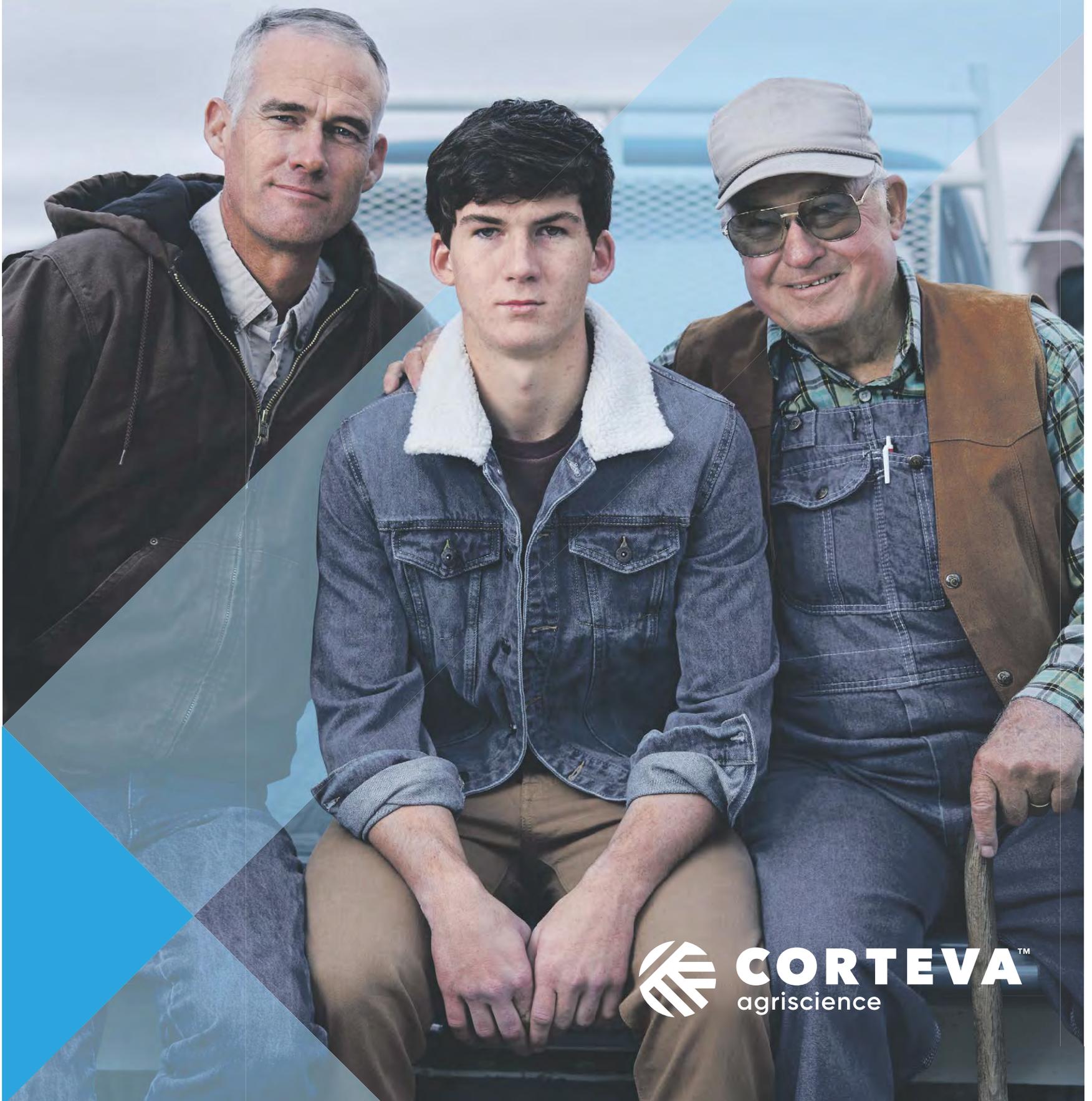
Natürlich gut!

Mit gutem Gewissen genießen

FÜR MEHR NACHHALTIGKEIT. JETZT UND IN ZUKUNFT.

Noch nie war eine nachhaltige Landwirtschaft so wichtig. Für uns, für unseren Planeten und für zukünftige Generationen. Mit unseren Nachhaltigkeitszielen wollen wir etwas verändern und einen besseren Planeten hinterlassen. Mehr dazu auf corteva.de/sustainability

GEMEINSAM WACHSEN.



 **CORTEVA**[™]
agriscience

GRUSSWORT

Zurück zur Natur!

Seit dem Ausbruch der Corona-Pandemie und den damit einhergehenden Lockdowns entdecken viele Menschen wieder die Natur für sich. Auch kehren viele geplagte Großstädter im Homeoffice zum Kochen mit frischen Zutaten zurück. Manch einer besorgte sich gar Hühner für das tägliche Frühstücksei. Klar, nicht jede Maßnahme, mit der wir uns die lange Zeit im Lockdown vertreiben wollen, ist sinnvoll. Und nicht jede wird sich auch in die Zeit nach der Pandemie hinübertragen lassen. Den Trend zum natürlichen Essen, frisch gekocht aus

regionalem Bio-Gemüse und ausgesuchten Zutaten, sollten wir uns aber bewahren. Denn das ist auch klar: Frisch schmeckt besser, stärkt unseren Körper und unsere Abwehrkräfte. Frisch vermeidet aber oftmals auch Verpackungsmaterial. Und ein nachhaltiger Landbau schont die Umwelt und die natürlichen Ressourcen unseres Planeten. Auf den kommenden Seiten lesen Sie, wie Sie schon mit kleinen Maßnahmen zu neuen natürlichen Ernährungs- und Lebensgewohnheiten kommen können. Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre.



Michael Gneuss
 Chefredakteur

INHALTSVERZEICHNIS

LEITARTIKEL	Für den Körper und die Umwelt — 4
ERNÄHRUNGSWANDEL	Vielfalt auf dem Teller — 6
FLEXITARISMUS	Nur gelegentlich Fleisch — 7
VERPACKUNGEN	Grün umhüllt — 8
FAIRER HANDEL	Mit Traktoren für bessere Preise — 10
FOOD WASTE	Reste essen — 12

Partner



Das Papier der Publikation, die im aufgeführten Trägermedium erschienen ist, stammt aus verantwortungsvollen Quellen.



Für den Körper und die Umwelt

LEITARTIKEL | VON MICHAEL GNEUSS UND KATHARINA LEHMANN

Wie werden wir uns in Zukunft ernähren? Angesichts einer schnell wachsenden Weltbevölkerung werden neue Konzepte zur Lebensmittelherstellung benötigt. Nach Ansicht von Experten ist das Problem aber lösbar, wenn die Gewohnheiten radikal umgestellt werden.

Zugegeben, appetitlich sehen Mehlwürmer, Grillen und Co nicht gerade aus. Im Gegenteil: Vielen von uns schaudert es angesichts der Vorstellung, eines dieser Tierchen zu essen. Dabei gilt der Verzehr von Insekten als äußerst gesund und umweltschonend. Schon lange stehen die Sechsbener bei rund zwei Milliarden Menschen rund um den Globus auf dem Speiseplan.

In Asien, Afrika und Südamerika gelten Insekten schon lange als nahrhafte Eiweißquelle. Und auch in Deutschland sind immer häufiger Burgerpattys aus Bufalowürmern oder Pasta aus gemahlenden Grillen zu finden. Der Clou: Nach Angaben des Bundesministeriums für wirtschaftliche

Zusammenarbeit und Entwicklung sind Insekten auch gut für die Umwelt. Denn für die Zucht der Krabbeltierchen wird weniger Futter, Wasser und Platz benötigt und auch weniger Kohlendioxid ausgestoßen. Zudem liegt der essbare Anteil der meisten Insektenarten bei 80 Prozent, beim Rind sind es nur etwa 40 Prozent. Auch im Tierfutter können Insekten daher einen wichtigen Beitrag zur Nahrungsmittelsicherung darstellen.

70 Prozent mehr Nahrungsmittel benötigt

Dass Insekten als Nahrungsquelle von morgen gelten, liegt auch da-

Die Welt kann auch zehn Milliarden Menschen ernähren.



istock/SasinParaksa

leben. Um sie alle zu ernähren, müssen weltweit rund 70 Prozent mehr Nahrungsmittel produziert werden. Doch schon heute leiden die Böden unter den Monokulturen der konventionellen Landwirtschaft, erodieren unter dem vielerorts hohen Düngemittelgebrauch. Extreme Klimabedingungen wie Stürme und Dürren führen immer wieder zu Ernteaussfällen. Pflanzliche Erzeugnisse gehen auch zuhauf als Futtermittel in die

zumindest das Ergebnis einer Studie des Potsdamer Instituts für Klimafolgenforschung PIK. Dazu müssten wir unsere Gewohnheiten allerdings radikal umstellen. „Derzeit geschieht fast die Hälfte der weltweiten Nahrungsmittelproduktion auf Kosten der planetaren Belastungsgrenzen der Erde“, erklärt Dieter Gerten, Leitautor der Studie und Professor an der Humboldt-Universität zu Berlin. „Wir widmen zu viel Land der Tierhaltung und den Nutzpflanzen, düngen zu stark und bewässern übermäßig. Um dieses Problem angesichts einer noch immer wachsenden Weltbevölkerung zu lösen, müssen wir miteinander überdenken, wie wir Lebensmittel produzieren.“

Wir müssen unsere Ernährungsgewohnheiten umstellen.

ran, dass neue Konzepte für die Ernährung der Weltbevölkerung gesucht werden. Etwa neun bis zehn Milliarden Menschen werden im Jahr 2050 auf der Erde

Massentierhaltung. Doch es ginge auch anders. Von den natürlichen Ressourcen des Planeten könnten schon heute zehn Milliarden Menschen satt werden. Das ist

Ernährungsgewohnheiten umstellen

Auch wir Konsumenten müssen umdenken: Weniger Lebensmittelverschwendung, weniger >>

Anzeige

Bio & Fair
VON REGIONALEN BIO-BAUERN

Einkorn vollkornmehl

REICH AN ANTIÖZIDANTEN 4 UND MINERALSTOFFEN

FRISCH GENAHLEN
GOLDFARBEN & NUSSIG

Thorsten und Jens Eiling

Keine Kompromisse
Als kleiner Familienbetrieb und NRWs einzige hundertprozentige Bio-Mühle arbeiten wir 100% bio, fair, transparent und regional.

Vertrauen ist gut, Transparenz ist besser
Ob klassisch oder Urgetreide – auf jeder Verpackung finden Sie einen Herkunftsnachweis zum Biohof, der das Getreide angebaut hat.

Premiumqualität
Wir liefern handwerkliche Mühlenprodukte in Bäckerqualität. Dabei vermahlen wir das Getreide inklusive Keimling für mehr Aroma und Nährstoffe.

Tradition trifft Moderne
Wir verbinden 450 Jahre Handwerkstradition mit modernster Mühlentechnik, angetrieben mit 100% Ökostrom – zum größten Teil aus eigener Herstellung.



NATÜRLICH
BACKST
DU ...

Hier finden Sie unsere Produkte:
www.biomuehle-eiling.de

Klassisches Weizenmischbrot

Bekömmlich durch lange Teigruhe

Zutaten

200 g Eiling Bio-Roggenmehl Type 1370
400 g Eiling Bio-Weizenmehl Type 1050
450 g Wasser (lauwarm)
12 g Salz
1 g Frischhefe / 0,3 g Trockenhefe / 10 g Anstellgut

Die Zutaten von Hand oder mit einem großen Löffel in einer Schüssel gründlich vermischen und abgedeckt 12-18 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche rund formen, indem man rundherum die Außenseiten zur Mitte hin faltet und dort leicht festdrückt, bis der Teigling unter Spannung steht.

Den Teigling in ein Gärkörbchen (oder in ein mit einem bemehlten Küchenhandtuch ausgelegtes Sieb) legen und 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

Den Backofen inklusive Blech 30 Minuten auf 250°C Ober-/Unterhitze aufheizen.

Den Teigling sanft auf ein Backpapier stürzen, kreuzweise 2 cm tief einschneiden und in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 220°C senken und 50 Minuten backen. Das Brot danach auf einem Gitter auskühlen lassen.

Rezept: brot-magazin.de

1 g Frischhefe entspricht der Größe einer Kichererbse
0,3 g Trockenhefe entspricht einem knappen halben Teelöffel



▷▷ hochkalorische und hochverarbeitete Lebensmittel, weniger Fleisch, dafür mehr Gemüse und Hülsenfrüchte sollten auf unseren Tellern landen. „Veränderungen auf dem täglichen Speiseplan scheinen zunächst vielleicht schwer zu schlucken. Aber auf lange Sicht wird eine Ernährungsumstellung hin zu einem nachhaltigeren Mix auf dem Teller nicht nur dem Planeten, sondern auch der Gesundheit der Menschen

zugutekommen“, ergänzt Vera Heck vom PIK. Eine bewusste und natürliche Ernährung wird nicht zuletzt deshalb immer populärer. So habe gerade die Corona-Pandemie deutsche Verbraucher für Regionalität, Fairness und Nachhaltigkeit sensibilisiert, hat Konsumgüterexperte Michael Buttkus vom Beratungsunternehmen Horvath & Partners gegenüber dem Handelsblatt festgestellt: „Wir beobachten geradezu eine grüne

Welle.“ Nachhaltigkeit werde künftig zum „Hygienefaktor“ und damit essenziell für jedes Konsumgüterunternehmen. Buttkus betont: „Nachhaltigkeit und Profitabilität schließen sich nicht aus. Im Gegenteil: Nachhaltige Produkte werden vom Kunden mit einem Mehrwert assoziiert, der sich auch in erhöhter Zahlungsbereitschaft widerspiegelt.“ Immer wichtiger wird dabei auch die Verpackung: Auch die Lebensmittelhülle soll

möglichst umwelt- und ressourcenschonend, am besten wiederverwendbar oder zumindest komplett recycelbar sein. Was nicht zwingend eine Verpackung braucht, soll auch unverpackt daherkommen. Klar ist nicht erst seit Corona: Immer mehr Menschen wollen sich bewusst, gesund und umweltschonender – eben natürlich gut – ernähren. □

Umfrage unter deutschen Konsumenten zu Lösungsansätzen zur Ernährung der wachsenden Weltbevölkerung 2019/2020

Lebensmittelabfälle reduzieren



86 %

Verstärkter Konsum von Produkten, die regional erzeugt oder hergestellt werden



82 %

Fleischkonsum reduzieren



79 %

Neue Landwirtschaftsformen, zum Beispiel platzsparender Pflanzenanbau



59 %

Verstärkter Konsum von pflanzlichen Ersatzprodukten



57 %

Verstärkter Konsum von Lebensmitteln, die aus Insekten hergestellt wurden



41 %

Quelle: BMEL, 2020

Smart, online und ganz im Sinne der Nachhaltigkeit

Werbebeitrag – Unternehmensporträt

Dreibeinige Karotten, Paprika mit Farbverlauf oder Äpfel mit Hagelschaden landen nicht selten in den Bio-Boxen von etepetete. Das Unternehmen rettet Gemüse, Obst und auch Snacks in bester Bio-Qualität vor der Lebensmittelverschwendung. Plastikneutral, versandkostenfrei und CO₂-neutral liefern sie die Lebensmittel bis vor die Haustür ihrer Kund:innen.

30 bis 40 Prozent einer Ernte bleiben ausschließlich aufgrund ihres Aussehens auf dem Feld liegen, werden vernichtet oder zur Energiegewinnung zweckentfremdet. Nicht bei etepetete. Was hier zählt, sind die inneren Werte von Bio-Obst



Obst und Gemüse retten mit den Bio-Boxen von etepetete

und -Gemüse. Form, Farbe und Größe von Lebensmitteln spielen dabei keine Rolle. So hat es sich etepetete zur Aufgabe gemacht, Lebensmittel vor der Verschwendung zu bewahren und den Online-Markt für Bio-Gemüse und -Obst zu revolutionieren – hin zu mehr Nachhaltigkeit. Zusammen mit einem Netzwerk an Bio-Landwirt:innen haben die Betreiber:innen von etepetete ein Auffangbecken für Obst und -Gemüse, das nicht ganz den Normen entspricht, geschaffen. Das Obst und Gemüse ist aufgrund der natürlichen Anbauweise manchmal etwas krumm geraten – kurz gesagt: anders. Neben den reinen Obst-/Gemüse-Boxen gibt es auch gemischte Boxen in zwei Größen sowie die Retter-Snack-Box. Sie enthält einen Mix aus herzhaften und süßen geretteten Produkten, wie beispielsweise Bruchschokolade oder Cashewbruch. Außerdem bietet etepetete seit Kurzem Küchenaccessoires und Alltagshelfer an – natürlich ganz im Sinne der Nachhaltigkeit.

www.etepetete-bio.de

Werbebeitrag – Produktporträt

Alternative Proteinquelle zum Wohle der Umwelt

Mit ihren schmackhaften Linien für Trocken- und Nassfutter, kaltgepressten Snacks, ausschließlich aus Insektenproteinen, hebt die Berliner Firma Eat Small nachhaltige Hundernahrung auf die nächste Stufe. Das Sortiment richtet sich an Allergiker-Hunde sowie Besitzer, die ihre Vierbeiner gesund und gleichzeitig klimafreundlich ernähren möchten.

„Unsere oberste Priorität ist die Gesundheit der Hunde“, sagt Véronique Glorieux, Tierärztin und Co-Gründerin von Eat Small. Mit einem vergleichbaren Mineralien- und Vitamingehalt und sogar höherem Anteil an hochwertigen Proteinen sind Insekten eine großartige Alternative zu Fleisch. Zusammen mit den ausgewählten Zutaten der Rezepte von Eat Small – Süßkartoffeln, Linsen, Beeren, sowie glutenfreie Hirse, Amarante oder Buchweizen – sind sie außerdem eine ideale Option für Hunde, die an Nahrungsmittelallergien und Unverträglichkeiten leiden.

Lecker und nachhaltig

„Wir sprechen die Feinschmecker unter den Hunden an“, betont Gema Aparicio, die zweite Geschäftsführerin. Denn natürlich können auch alle gesunden Hunde unsere drei köstlichen Nahrungsmittel- und vier Snacksorten aus Superfood und Insekten kosten.



Gesunde Hundernahrung für einen gesünderen Planeten

Da die ökofreundliche Alternative zu Fleisch aktuell eine der effizientesten Maßnahmen ist, um die CO₂-Bilanz eines Hundes zu senken, profitiert die Umwelt direkt, wenn die Fellnase mit Eat Small ernährt wird.

www.eat-small.com



ÖLMÜHLE SOLLING

Wir sind eine familiengeführte Manufaktur im Weserbergland. Liebevoll und handwerklich verarbeiten wir Bio-Ölsaaten und -Nüsse zu wertvollen, kaltgepressten Ölspezialitäten für eine bewusste und genussvolle Ernährung.



DE-ÖKO-039

MÜHLENFRISCH KALTGEPRESST

Unser Leinöl pressen wir täglich und in Rohkostqualität aus bester Bio-Leinsaat. Es verfeinert Salate, Müsli und Dips – ganz ohne Bitternote. Reich an Omega-3-Fettsäuren.



ÜBER 120 SPEZIALITÄTEN
ONLINE ENTDECKEN:
oelmuehle-solling.de

Vielfalt auf dem Teller

ERNÄHRUNGSWANDEL | VON CLAUDIA HARBINGER
UND KATHARINA LEHMANN

Essen muss schmecken. Doch Ernährung muss heute mehr können: Sie soll gesund sein, ressourcenschonend und gut für die Umwelt. Ganz schön viele Ansprüche. Die Planetary Health Diet macht das möglich.

Viel frisches Gemüse und Obst, dazu Vollkorngetreide, Hülsenfrüchte, Milchprodukte und gute Fette, und ab und zu ein Stück Fleisch oder Fisch – so sieht die optimale Ernährung aus. Und zwar nicht nur für uns Menschen, sondern auch für unseren Planeten. Entworfen hat diese Planetary Health Diet die EAT-Lancet-Kommission, ein Forscherteam aus 16 Ländern und aus den verschiedensten Bereichen von Politik über Agrarwissenschaft, Gesundheit bis hin zum Umweltschutz. Das Ziel: Einen Speiseplan zu entwickeln, der sich den verschiedensten Geschmäckern, Kulturen und Ernährungsgewohnheiten anpassen lässt, Krankheiten wie Herzinfarkt und Diabetes vorbeugt und dabei die Umwelt schützt und die Ressourcen des Planeten berücksichtigt.

Mehr Gemüse, weniger Fleisch

„Was wir essen und wie wir es produzieren, entscheidet über die

Gesundheit der Menschen und des Planeten. Und wir machen gerade einen ernsthaften Fehler“, erklärt Tim Lang, einer der Studienautoren von der University of London. Vor allem der Verzehr von rotem Fleisch und zugesetztem Zucker müsse um die Hälfte reduziert werden. Der Gemüseanteil unserer Nahrung hingegen sollte gesteigert werden. Auch Obst, Nüsse und Hülsenfrüchte sollten in größeren Mengen verzehrt

anwachsen. Im Zentrum der Ernährungsempfehlung steht die Vielfalt. Obst, Gemüse und Proteinquellen sollten täglich wechseln; in verschiedenen Kombinationen entwickeln sie ganz neue Geschmacksnuancen. Gleichzeitig sei die Landwirtschaft aufgefordert, statt einiger weniger Kulturen wieder mehr unterschiedliche Obst- und Gemüsesorten anzubauen. Das freut den Gaumen und die Insektenwelt.

Reines Essvernügen

Ähnliche Empfehlungen hat auch Antje Gahl von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung: „Eine vollwertige Ernährung ist pflanzenbetont und setzt auf frische und wenig verarbeitete Lebensmittel sowie Vollkornprodukte.“ Den Schwerpunkt bilden Gemüse und Obst, Getreideprodukte und Hülsenfrüchte. Tierische Lebensmittel sollen den Speiseplan nur ergänzen. Zucker und Salz werden wenig verwendet, dafür Kräuter und Süßungsmittel wie Honig. Vergleichbare Ernährungsweisen verbergen sich hinter dem Begriff Clean Eating, bei dem reine Nahrungsmittel ohne Zusatzstoffe, künstliche Aromen und Geschmacksverstärker auf den Teller kommen. □

Eine vollwertige Ernährung ist pflanzenbetont.

werden. Zudem müsse Landwirtschaft nachhaltiger werden und auf fossile Brennstoffe verzichten, um den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen. Auch dürften weniger Lebensmittel verschwendet werden. So soll die Planetary Health Diet auch im Jahr 2050 die Ernährung der Weltbevölkerung sicherstellen, denn diese wird laut Prognosen auf zehn Milliarden

„Jeder hat das Recht auf eine gesunde Ernährung“

Fertiggerichte müssen nicht ungesund sein, weiß Ella della Rovere. Zusammen mit ihrem Sohn und einem Koch hat sie Ella's Basenbande ins Leben gerufen – ein Start-up, das gesunde, frischgekochte Gemüsegerichte im Glas entwickelt.



Warum brauchen wir gesunde Fertiggerichte? Als ehemalige Ärztin weiß ich, wie wichtig eine gesunde Ernährung, basierend auf frischem, möglichst naturbelassenen Gemüse, ist. Als Großmutter weiß ich aber auch, wie schwierig es ist, immer frisch für Kinder, Enkel und sich selbst zu kochen. Nicht jeder hat im stressigen Alltag die Zeit dafür. Und nicht jeder kann kochen. Aber jeder hat das Recht auf eine gesunde Ernährung.

Was macht Ella's Basenbande anders als andere Hersteller? Wir verzichten auf Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker und Füllmittel, zugesetzten Zucker, Süßungsmittel, Emulgatoren und künstliche Aromen. Bei uns kommen nur frische Zutaten ins Glas – Gemüse, abgerundet mit Kräutern und Gewürzen. Unsere

sechs Gemüsegerichte sind rein basisch und vegan. Sie können als Beilage zu Fleisch oder Sojaburger gegessen werden, aber auch als komplette Mahlzeit. Wer zum Beispiel mittags zum Geschäftsessen ein Steak hatte, greift abends zu einem unserer Gläser und ist rundum mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt. Wichtig ist auch, dass alle unsere Gerichte auch für Kinder geeignet sind.

Und die Gläser können auch weiterverwendet werden. Genau. Wir setzen bewusst auf Schraubgläser. Die Pappbänderle lässt sich leicht und ohne Kleberückstände entfernen. Die Gläser verwenden unsere Kunden als Behälter für Lebensmittel, andere basteln daraus Deko-Elemente oder Kerzenhalter.

www.basenbande.de

Nur gelegentlich Fleisch

FLEXITARISMUS | VON CLAUDIA HARBINGER

Der Trend geht weg von Steak und Co. Die Diskussionen um Klimawandel und mehr Nachhaltigkeit beeinflussen auch die Ernährungsgewohnheiten der Deutschen. Insbesondere jüngere Menschen essen lieber fleischlos. Im Handel finden sich immer mehr Ersatzprodukte und die Wissenschaft erforscht im Labor neue Herstellungsverfahren.

Fleisch ist nicht mehr nur Geschmackssache. Die Zustände bei der Massentierhaltung und in Schlachthöfen sowie der negative Einfluss der Rinderzucht auf das Klima schlagen buchstäblich auf den Magen. Zu den ethischen Überlegungen kommt der

Wussten Sie schon, dass...

...sich Fleisch auch im Reagenzglas erzeugen lässt? Die technologische Innovation heißt In-vitro-Fleisch und basiert auf Methoden der Gewebezüchtung. Die Ausgangszellen werden dem Tier schmerzfrei mittels Biopsie entnommen, ohne dass es getötet werden muss. Doch die Herstellung ist noch sehr energieaufwendig und teuer. So sind bisher keine größeren Mengen verfügbar, auch wenn mehrere Firmen darauf hinarbeiten.

Gesundheitsaspekt. Viele Menschen sind bestrebt, lange gesund und fit zu bleiben, um ein hohes Alter zu erreichen. Der häufige Genuss von rotem Fleisch gilt als nicht unbedingt förderlich. Insbesondere junge Menschen verzichten immer häufiger auf Fleisch, Fisch oder gar alle tierischen Produkte, Frauen häufiger als Männer. So ernähren sich nach Schätzungen des Verbandes ProVeg rund zwölf Prozent der Deutschen vegetarisch oder vegan; der Ernährungsreport des Bundeslandwirtschaftsministeriums kommt auf rund sechs Prozent. Aber: Mehr als 50 Prozent der Deutschen bezeichnen sich als Flexitarier, verzichten also ab und zu bewusst auf Fleisch und achten ansonsten stark auf dessen Herkunft und Qualität – und das über alle Altersgruppen hinweg.

Fleischverbrauch halbieren

Es muss nicht immer Fleisch auf den Teller. Auch eine pflanzenbasierte Ernährung bietet alle wichtigen Nährstoffe. Lediglich bei einem rein veganen Speiseplan bedarf es guter Kenntnisse, um eine Unterversorgung mit Nährstoffen zu vermeiden. So ließe sich die Weltbevölkerung nach Expertenmeinung mit pflanzlichem Protein aus Hülsenfrüchten oder Soja leichter und besser



versorgen. Gänzlich auf Fleisch verzichten müssen wir deshalb trotzdem nicht: „Es geht um bewussteren, werteorientierten, ressourcenschonenden Konsum“, betont Antje Gahl von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Der Fleischverbrauch liegt in der Bundesrepublik bei etwa 60 Kilogramm pro Kopf und Jahr. Die bei einer vollwertigen Ernährung empfohlenen 300 bis 600 Gramm pro Woche, circa 30 Kilogramm pro Jahr, würden völlig ausreichen. Die Industrie hat reagiert und bringt neue Produkte auf den Markt, mit denen Verbraucher fleischlos glücklich werden sollen. Die zumeist auf Soja basierenden Erzeugnisse heißen häufig immer noch Schnitzel, Burger, Nuggets oder Wurst und ähneln diesen von der Form her. Stefan Weigt vom Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e.V. findet diesen Eins-zu-Eins-Ersatz grundsätzlich nicht so gelungen: „Vor allem, wenn viel Fett, Salz und künstliche Zutaten dafür notwendig sind.

Stark verarbeitete Fertigprodukte sind oft keine gute Alternative.“ Er plädiert für eine vollwertige Ernährung, bei der individueller Genuss und Bekömmlichkeit im Vordergrund stehen und empfiehlt, die Gerichte frisch und schonend selbst zuzubereiten.

Vielfalt kosten

Ein Umdenken hat bereits eingesetzt. Restaurants, Kantinen und Mensen bieten regelmäßig fleischlose Gerichte als Alternative, Schulen und Kitas machen Veggie-Days. Zahlreiche Multiplikatoren zeigen online und offline spannende Rezepte ohne erhobenen Zeigefinger auf. In der Corona-Pandemie stehen mehr Menschen am eigenen Herd, selbstgekoktes Essen gewinnt wieder an Wert. Man kann sich so mit den eigenen Ernährungsgewohnheiten auseinandersetzen und viel ausprobieren. □

Anzeige

SCHMECKT AUCH DEM KLIMA!

OHNE HEFEEXTRAKT
OHNE SOJA
OHNE PALMÖL

So nachhaltig und lecker kann pflanzliche Ernährung sein: iglo Green Cuisine und iglo Veggie Love bieten veganen Genuss für jeden Geschmack. Schon probiert?

DIE MODERNE ESS-KLASSE IM TIEFKÜHLREGAL

Grün umhüllt

VERPACKUNGEN | VON JENS BARTELS

Nachhaltigkeit spielt mittlerweile auch bei der Entwicklung neuer Verpackungslösungen eine zentrale Rolle. Konsumenten erwarten von großen Lebensmittelkonzernen Antworten darauf, wie sich der Einsatz von umweltfreundlichen Materialien steigern und die Recyclingfähigkeit von Verpackungen erhöhen lässt.

Nachhaltigkeit und Ökologie stehen in unserer Gesellschaft immer mehr im Fokus. Dies gilt auch bei dem Thema Verpackung. So besitzen nachhaltige Verpackungen laut einer aktuellen Umfrage der Unternehmensberatung Inverto für knapp die Hälfte aller Befragten und sogar drei Viertel der Verpackungshersteller bereits heute eine sehr große Bedeutung. Zwar sind nachhaltige Verpackungen im Vergleich zu herkömmlichen Lösungen oft teurer. Wie die Befragung zeigt, sind jedoch viele Konsumenten bereit, einen Teil

der Mehrkosten für nachhaltige Verpackungen zu tragen. Dabei würden 72 Prozent der befragten Verbraucher einen Preisaufschlag von mindestens zehn Prozent akzeptieren und für knapp 30 Prozent der Teilnehmer wäre sogar eine Steigerung von über 20 Prozent annehmbar.

Innovative Lösungen entwickeln

Viele Branchen arbeiten bereits gemeinsam mit ihren Zulieferern an innovativen und nachhaltigen Verpackungslösungen. Dazu gehört die Lebensmittelindustrie. „Zunächst gilt im Sinne der Effizienz und Nachhaltigkeit: so wenig Verpackung wie möglich, so viel wie nötig“, erläutert Sieglinde Stähle. „Das heißt, dass der Verpackungs- und Materialeinsatz, wo immer möglich, reduziert wird“, fügt die Expertin des Lebensmittelverbands Deutschland e.V. hinzu. Im Fokus steht zugleich, Verpackungen so zu verbessern,

Auch die Lebensmittelverpackungen sollen nachhaltig werden.



iStock/photoguns

dass die Materialien in weiten Teilen, wenn nicht sogar im besten Fall vollständig, recycelt werden können und wieder dem Wertstoffkreislauf zugeführt werden. Allerdings dürfen dabei Schutz- und Sicherheitsfunktionen der Lebensmittelverpackung nicht

Verpackungen im Handel. Bei dem Thema geht es um das Ziel eines geschlossenen Materialkreislaufs, der die Entstehung von Abfällen minimiert oder im Idealfall sogar vermeidet. Im Mittelpunkt dieser Circular Economy steht dabei, Ressourcen effizient einzusetzen

Verpackungsschalen für frisches Obst aus Zuckerrohr werden immer beliebter.

vernachlässigt werden. Ein gutes Beispiel dafür liefert die neue Verpackung der Eissorte eines Lebensmittelkonzerns. Grundsätzlich besteht sie aus mehreren Teilen: Schale, Etikett sowie Schutz- und Trennfolie. Dank der neuen Lösung bestehen nun sämtliche Materialien der kompletten Verpackung aus Polypropylen. Die Verpackung enthält keine Sperrschichten oder Barrieren und lässt sich über die Gelbe Tonne entsorgen und anschließend in einem geschlossenen Plastikkreislauf recyceln.

Alternative Materialien nutzen

Dahinter steckt das Konzept der Kreislaufwirtschaft. Es gehört zu den vielversprechenden Ansätzen zur nachhaltigen Gestaltung von

sowie erneuerbaren Materialien und Energien den Vorzug zu geben. Für Verpackungen bedeutet dieser Ansatz, bereits beim Design den Materialkreislauf mitzudenken. Übrigens forschen die Lebensmittelbranche und ihre Zulieferer auch an alternativen Materialien für Verpackungen, beispielsweise auf der Basis von Gras oder Zuckerrohr. So wird beispielsweise Bagasse als nachhaltige Alternative zu Plastikverpackungen immer beliebter. Bei Bagasse handelt es sich um die faserigen Rückstände des nachwachsenden Rohstoffs Zuckerrohr. Wird die Bagasse nun mit ein wenig Wasser vermischt, entsteht ein Brei, aus dem sich nachhaltige Verpackungen herstellen lassen. Sie ähneln dann in Form und Konsistenz Styropor. □

Anzeige



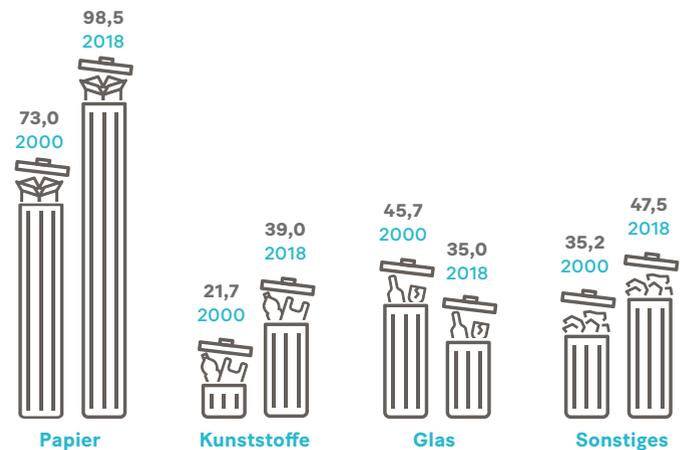
GESUNDES KOCHEN GLAS AUF STAHL

Emaille-Produkte sind aromaneutral, allergikerfreundlich, nachhaltig & basieren auf natürlichen Rohstoffen.

www.emaille24.de

Der Online Shop für Emaille Produkte

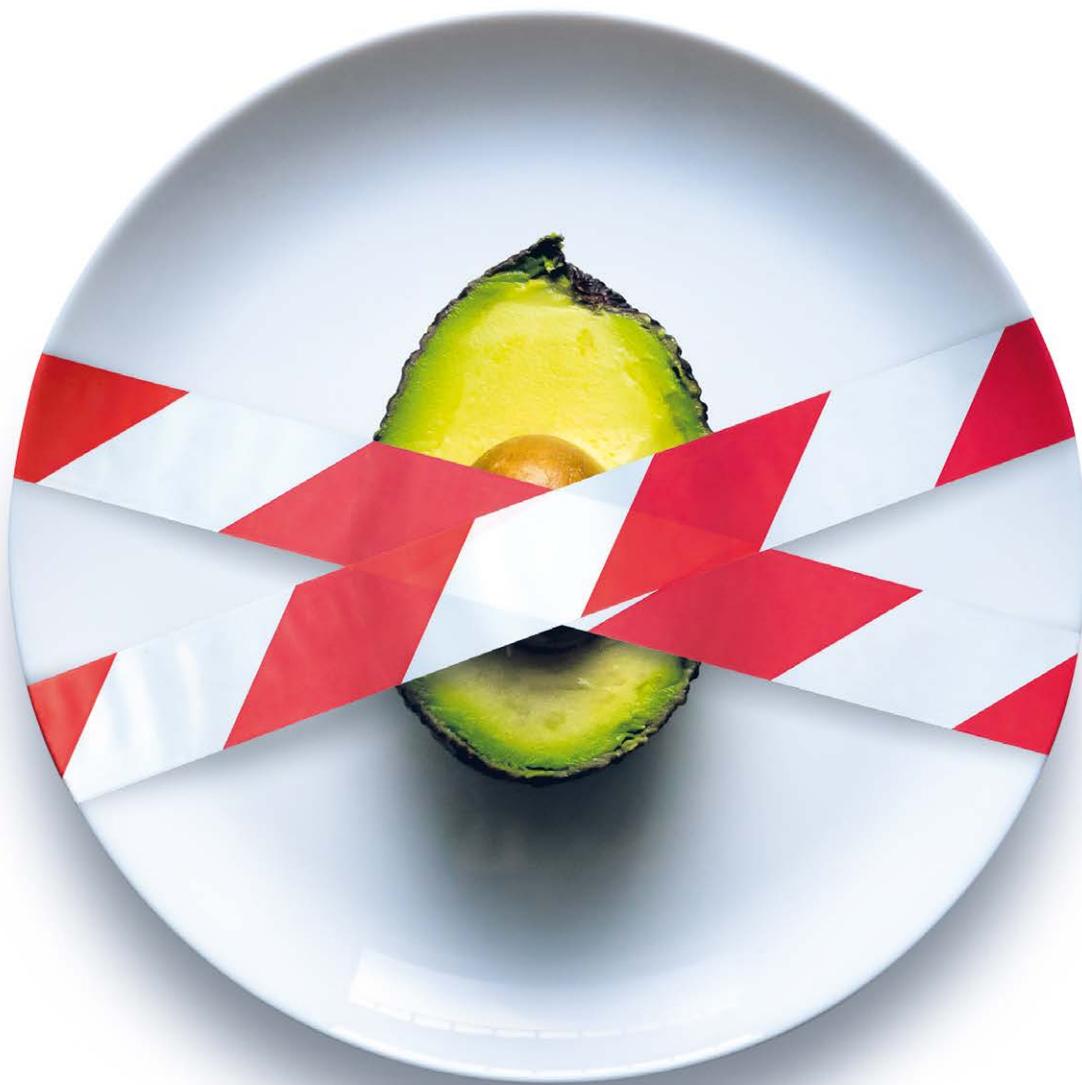
Pro-Kopf-Verbrauch von Verpackungen in Deutschland (in Kilogramm, im Vergleich Jahr 2000 und 2018)



Quelle: Umweltbundesamt, 2020

Reisebeschränkungen für Lebensmittel?

Der Podcast zu Entwicklungen in der Gastronomie,
z. B. mehr Regionalität.



Zum Hierhören oder Mitnehmen?

Der Podcast zur Gastronomie der Zukunft.
Auf **podcast.mcdonalds.de** und allen
Podcast-Plattformen.



Mit Traktoren für bessere Preise

FAIRER HANDEL | VON JOSEPHINE RICHTER UND KATHARINA LEHMANN

Immer wieder protestieren deutsche Bauern gegen die Geschäftspraktiken der Handelsketten und den Preisverfall ihrer Erzeugnisse. Zu groß ist die Macht der Konzerne. Die Politik will nun gegensteuern – und mit einem Gesetzentwurf für ausgeglichene Verhandlungspositionen sorgen.

Der 28. Dezember vergangenen Jahres war für die Spediteure des Discounters Aldi im niedersächsischen Leer ein schwieriger Tag.

Nichts ging mehr am Lager Hessel im Landkreis Leer – rund 200 Traktoren blockierten die Zufahrten. Der Grund: die drohende Senkung der Butterpreise. Jedes Jahr steigen die Preise für Butter und Co in der Vorweihnachtszeit aufgrund der hohen Nachfrage, nach den Feiertagen sinken sie wieder. Die Bauern befürchten jedoch, dass die Preise zu stark gesenkt werden. Und immer häufiger machen sie ihrem Unmut Luft, legen mit ihren Traktoren Lagerzufahrten und ganze Innenstädte lahm,



organisieren Trecker-Sternfahrten nach Berlin. Nicht nur in Niedersachsen, sondern in der gesamten Republik protestieren die Bauern für faire Preise und Handelspraktiken. Es geht um ihre Existenz – und um unsere Lebensmittel.

„Ich habe volles Verständnis für den Unmut und den Zorn meiner Berufskollegen“, sagte Joachim Rukwied, Präsident des Deutschen Bauernverbands, Anfang Januar gegenüber der Stuttgarter Zeitung und den Stuttgarter Nachrichten. „Ich appelliere ganz eindringlich an den Handel, zu einem wirklichen Miteinander in der Lebensmittelkette zu kommen.“ Er fordert Gespräche über einen sogenannten Deutschland-Bonus für heimische Lebensmittel. Mit ihm

sollen die höheren Erzeugungskosten deutscher Landwirte ausgeglichen werden.

Die Macht des Handels

Es sind vor allem die Kleinbauern, die gegenüber dem Lebensmitteleinzelhandel oft das Nachsehen haben. Zu groß ist die Macht der Konzerne. Die vier größten Handelsketten Edeka, Rewe, die Schwarz-Gruppe mit Lidl und Kaufland und Aldi verfügen nach Angaben des Bundeskartellamts über eine Marktmacht von 85 Prozent. Und die nutzen ihre Stellung: Die Ware wird kurzfristig storniert, die Zahlungsziele für verderbliche Produkte sind unüblich lang oder Lieferbedingungen werden einseitig geändert. „Die meisten Lebensmittelhersteller, ▶▶

Die Lebensmittelhersteller sind auf die großen Handelskonzerne angewiesen.

„Öko und Fair gehören zusammen“

„Öko hört nicht am Feldrand oder an der Stalltür auf. Die sozialen Bedingungen, unter denen unsere Lebensmittel produziert werden, sind ebenso wichtig wie die ökologischen“, sagt Nora Taleb, Teamleiterin Fair und Soziale Verantwortung beim Öko-Verband Naturland. Sie erklärt, warum Öko-Landbau und Fairer Handel zusammengehören und was Milchbauern im Voralpenland mit Mango-Bäuerinnen in Indien verbindet.



Was hat Naturland als Öko-Verband mit dem Fairen Handel zu tun? Das Engagement von

Naturland für den Öko-Landbau war von Anfang an nicht nur international ausgerichtet, sondern auch eng verflochten mit dem Fairen Handel. Schon als Naturland Mitte der 1980er Jahre die ersten Teegärten in Indien auf Öko umgestellt hat, geschah das zusammen mit Fairhandelspartnern. Diese Verbindung haben wir über die Jahre weiterentwickelt, bis hin zur Einführung eigener Fair-Richtlinien.

Öko-Landbau und Fairer Handel passen für Naturland also gut zusammen? Das passt nicht nur zusammen, das gehört zusammen! Öko-Landwirtschaft verzichtet auf teure Agrarchemie und setzt stattdessen auf Mischfruchtanbau und ausgeklügelte Fruchtfolgen, um die Bodenfruchtbarkeit zu steigern und so die Ernten auch langfristig sicherer zu machen. Die Bauern werden dadurch unabhängiger von großen Konzernen. Der Faire Handel wiederum garantiert ihnen eine Partnerschaft auf Augenhöhe, zu der ein fairer Preis für ihre Produkte, aber auch feste

Abreden und Stärkung der Erzeuger gehören.

Einen fairen Preis brauchen aber doch eigentlich auch die Bauern in Deutschland? Absolut! Im Gegensatz zu anderen Fair-Siegeln beziehen wir bei Naturland Fair deshalb auch die bäuerlichen Betriebe bei uns, deren Existenz oft durch den Strukturwandel in der Landwirtschaft bedroht ist, in den Fairen Handel mit ein. Die Stärkung regionaler Wertschöpfungsketten ist uns hier ähnlich wichtig wie die Stärkung internationaler Partnerschaften. So bringt Naturland Fair Bäuerinnen und Bauern aus aller Welt zusammen – im besten Fall in einem gemeinsamen Produkt.

Wie sieht das in der Praxis aus? Nehmen Sie zum Beispiel die mit Naturland Fair zertifizierte Molkerei Berchtesgadener Land. Der faire Milchpreis, den die Molkerei ihren Bauern zahlt, ermöglicht den Erhalt der kleinen Familienbetriebe im Alpenvorland und der für die Region typischen Kulturlandschaft. Zugleich kauft die Molkerei

die übrigen Rohstoffe, die sie braucht, bei anderen Naturland-Fair-Partnern und sichert so auch die Existenz von Naturland-Bäuerinnen in Ländern des Südens. Zusammen mit Mangos aus Indien, Kakao aus der Dominikanischen Republik oder Bananen aus Ecuador entstehen so rundum öko-faire Produkte wie Fruchtojoghurts oder Schokomilch, von denen alle profitieren: die Bauern, die Umwelt und die Verbraucher.

www.naturland-zeichen.de
www.bio-alpenmilch.de



▷▷ auch Fleisch- und Milchproduzenten, sind auf den Absatz über die großen Handelskonzerne angewiesen und haben kaum Ausweichmöglichkeiten“, erklärt Andreas Mundt, Präsident des Bundeskartellamtes, im Interview mit der Fuldaer Zeitung. „Auf der

einen Seite stehen damit die vier großen Handelsunternehmen, und auf der anderen Seite stehen mehr als 6.000 verschiedene Hersteller. Hier gibt es offensichtlich unterschiedliche Verhandlungspositionen.“

Wir kaufen zu billig

Der Handel seinerseits sucht die Schuld bei den Verbrauchern. Höhere Preise seien unmöglich, da die Deutschen bei Lebensmitteln sehr preissensibel sind. Laut Statistischem Bundesamt geben deutsche Haushalte rund 10,8 Prozent der jährlichen Konsumausgaben für Lebensmittel aus. Im EU-Durchschnitt liegt der Anteil bei 13 Prozent. Doch ganz so einfach ist es nicht, meint Klaus Müller, Vorstand der Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv): „Viele Verbraucher sind bereit, für mehr Qualität ihrer Lebensmittel höhere Preise zu zahlen. Doch angesichts einer Flut an Labels und Werbebotschaften können sie die Qualität eines Produkts bisher kaum einfach und verlässlich erkennen – schon gar nicht am Preis.“ So fordert Müller von der Politik nachvollziehbare Maßnahmen für eine erkennbare Qualitätssteigerung,

die Umschichtung bestehender Agrarfördermittel sowie höhere und umfassende gesetzliche Standards für die Nutztierhaltung. Zudem seien kartellrechtliche Maßnahmen, eine Eindämmung der verwirrenden Werbeflut und verbindliche Kennzeichnungssysteme für Lebensmittel nötig. Um gegen die unlauteren Handelspraktiken vorzugehen, hat das Bundeskabinett im Herbst einen Gesetzentwurf beschlossen, der es den Handelsketten untersagt,

Bestellungen von verderblichen Lebensmitteln kurzfristig zu stornieren, einseitig die Lieferbedingungen zu ändern, nicht verkaufte Erzeugnisse ohne Zahlung des Kaufpreises zurückzugeben oder Zahlungen für die Lagerung der Lebensmittel von den Bauern zu verlangen. So sollen die Erzeuger mit den Handelskonzernen auf Augenhöhe gelangen und die regionale Produktion gestärkt werden. Damit würde der Handel für die Bauern fairer werden. □

Fair Trade

Sind die Lieferketten schon in Deutschland sehr intransparent, sind sie es für Produkte aus Übersee erst recht. Klarheit über faire Löhne und Arbeitsbedingungen für den Konsumenten bringen Siegel wie Fairtrade. Und die Nachfrage nach sozialverträglichen Produkten steigt: Innerhalb der vergangenen sieben Jahre hat sich der Umsatz fast verdreifacht. Im Jahr 2019 gaben Verbraucher durchschnittlich 22,23 Euro pro Kopf für faire Lebensmittel und Handwerksprodukte aus – zu wenig, meinen viele Deutsche und fordern deshalb von der Politik, dafür zu sorgen, dass deutsche Unternehmen auch bei ihren Auslandsgeschäften Menschenrechte und Sozialstandards achten. Helfen soll ein Lieferkettengesetz, welches deutsche Unternehmen dazu verpflichtet, Menschenrechte und Sozialstandards weltweit zu achten.

Anteil von Nahrungsmitteln und alkoholfreien Getränken an den privaten Konsumausgaben in ausgewählten EU-Ländern (2019)



Quelle: Eurostat, 2020

„Komplett regional – das funktioniert“

Werbeitrag – Interview

Produkte aus der Heimat sollten auch dort verarbeitet werden, fordert Kevin Bäumer, Geschäftsführer von WDM Bio. In Zusammenarbeit mit der Regionalwert AG Berlin-Brandenburg zeigt er, dass komplett regional auch klappen kann.



Was hat regional mit bio zu tun? Sehr viel. Wenn sie ein Fertiggericht zu 100 Prozent aus biologisch angebauten Zutaten herstellen, aber zum Beispiel in Südeuropa produzieren und die Gerichte dann im LKW über die Alpen transportieren und über die gesamte Bundesrepublik verteilen, ist das nicht wirklich nachhaltig. Denn auch der Transport belastet die Umwelt.

Besser wäre es doch, die Zutaten vor Ort zu ernten und auch gleich dort zu verarbeiten.

Aber ist das wirklich möglich?

Auf jeden Fall. Ein Fertigessen komplett regional herzustellen – das funktioniert. Wir haben das zusammen mit der Regionalwert AG Berlin-Brandenburg im vergangenen Herbst gezeigt. Unter der Marke „Wünsch Dir Mahl“ sind in Zusammenarbeit mit dem bekannten vegan-Koch Timo Franke zwei vegane Bio-Suppen, die „regionale Kürbissuppe“ und die „regionale Karottensuppe“ entstanden. Die Reaktionen der Kunden und des Handels waren so positiv, dass wir auch in diesem Jahr regionale Produkte ohne Kompromisse anbieten werden – hoffentlich auch mit anderen Regionalwert AGs in ganz Deutschland.

Und die Zutaten stammen komplett aus der Region?

Zu mindestens 90 Prozent. Nur einige Gewürze, die wir in Deutschland nicht anbauen können, mussten wir importieren. Aber wir haben den Anspruch, dass mindestens 90 Prozent der Zutaten in der

Region angebaut und auch weiterverarbeitet werden. Und auch die Produktentwicklung, der Vertrieb und das Marketing erfolgen vor Ort. So bleibt die Wertschöpfung komplett in der Region. Das sichert Know-how und Arbeitsplätze vor Ort.

Das klappt aber nicht bei allen Gerichten.

Sicherlich nicht, es sind vor allem die traditionellen Gerichte, die komplett vor Ort erzeugt werden können. Die Linsen

für unser beliebtes Linsen-Dal beziehen wir dagegen aus dem Ausland. Aber auch da achten wir auf die Anbaubedingungen, schauen uns die Felder vor Ort an und bestellen große Mengen, um die Transportkosten so gering wie möglich zu halten. Komplett regionale Gerichte müssen auch nicht jeden Tag auf den Tisch. Aber sie sind eine sinnvolle Ergänzung.

www.wdm.bio



Reste essen

FOOD WASTE | VON JENS BARTELS

Jahr für Jahr landen in Deutschland Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll. Verantwortung für diese Lebensmittelverschwendung trägt die gesamte Wertschöpfungskette – von der Landwirtschaft über den Handel bis zum Verbraucher. Klar muss sein: Wer Lebensmittelabfälle reduziert, betreibt aktiven Ressourcen- und Klimaschutz.

Jährlich werden in Deutschland rund zwölf Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Ein

großer Teil davon ist dabei zum Zeitpunkt des Wegwerfens noch genießbar. Am häufigsten werden Gemüse, Obst und Backwaren vernichtet. Die Verschwendung von Lebensmitteln hat nicht nur ethische, soziale und ökologische Dimensionen, sondern auch wirtschaftliche Konsequenzen. Alleine aus den privaten Haushalten werden nach Angaben des Bundesverbands Verbraucherzentrale jedes Jahr Lebensmittel im Wert von circa 20 Milliarden Euro entsorgt.

Tipps für mehr Sorgfalt

Etwa 60 Prozent davon entfallen auf die Privathaushalte, das sind im Schnitt 82 Kilogramm pro Kopf und Jahr. Entsprechend wichtig ist es, gerade Verbraucher noch mehr für dieses Thema zu sensibilisieren. „In jedem Lebensmittel stecken wertvolle Ressourcen und ihr Wert misst sich nicht nur an ihrem Preis“, betont etwa Friedlinde

Gurr-Hirsch. „Werden Lebensmittelreste richtig gelagert und weiterverwendet, kann jeder einen Beitrag zu ihrer Wertschätzung und zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen leisten“, fügt die Staatssekretärin im Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz in Baden-Württemberg hinzu. So können viele Reste von fertigen Speisen oder Lebensmitteln auch einfach eingefroren werden. Weitere Tipps: Überreifes Obst entwickelt in einem Smoothie erst das ganze Aroma und wer im Restaurant nicht alles schafft, kann die Speisen einpacken lassen und am nächsten Tag genießen.

Alle können mitmachen

Insgesamt tragen sämtliche handelnden Akteure zur Verschwendung von Lebensmitteln bei. Neben den Verbrauchern sind das die Landwirtschaft, die Hersteller und der Handel. So werden zum Teil Lebensmittel, die nicht den Marktbestimmungen entsprechen, erst gar nicht geerntet. Darüber hinaus untersagen viele Handelsunternehmen Lieferanten den Weiterverkauf von Lebensmitteln, die durch Qualitätskontrollen gefallen sind, obwohl diese



Viele der weggeworfenen Lebensmittel wären noch genießbar.

Produkte ohne Einschränkungen verzehrt werden könnten. Um die Lebensmittelverschwendung zu reduzieren, müssen also auch Herstellungsprozesse, die Qualitätsanforderungen an Rohwaren und die Angebotsgestaltung unter die Lupe genommen werden. □

Wussten Sie schon, dass ...

...für den Transport der Lebensmittel, die in Deutschland jährlich auf dem Müll landen, 480.000 Sattelschlepper notwendig wären? In eine Reihe gestellt ergibt das die Strecke von Lissabon nach St. Petersburg.

In jedem Lebensmittel stecken wertvolle Ressourcen.

„So lecker kann Verantwortung schmecken“

Werbebeitrag – Interview

Produkte auf Pflanzenbasis können dazu beitragen, unsere Ernährung nachhaltiger zu gestalten. Caroline Zimmer, Geschäftsführerin der E.V.A. GmbH, die Simply V herstellt, erklärt, warum das so ist und welche Nachhaltigkeitsziele ihr Unternehmen konkret verfolgt.

Warum ist pflanzliche Ernährung so nachhaltig? Sie gilt insgesamt als ressourcen- und damit auch umweltschonender, da für die Erzeugung unter anderem weniger Land und Wasser gebraucht wird als bei tierischen Produkten. Unser Simply V Streichgenuss schmeckt nicht nur gut, er hat auch eine deutlich bessere CO₂-Bilanz als ein Doppelrahmfrischkäse.



Wo steht Simply V in Sachen Nachhaltigkeit? Wir verfolgen den Weg der größtmöglichen Einsparung und stellen sukzessive alle Unternehmensbereiche und –abläufe auf den Prüfstand. Neben einem konsequenten Energiemanagement in unseren Werken konzentrieren wir uns zunächst auf die Verpackung, um einen Beitrag zu leisten, die Plastikflut zu reduzieren.

Was sind Ihre Ziele in puncto Nachhaltigkeit? Wir haben ehrgeizige Ziele formuliert, die wir bis 2025 erreichen möchten: Der CO₂-Ausstoß unserer Produkte soll um 30 Prozent gesenkt, die Kunststoffmenge pro Packung um 25 Prozent reduziert und der Anteil an recyceltem oder biobasiertem Kunststoff um 75 Prozent der Verpackungsmenge erhöht werden. Bis 2025 sollen die Verpackungen unseres gesamten Sortiments komplett recycelbar sein. Außerdem bringen wir weitere Produkte in die Kühlregale, mit denen wir ein ganz neues Kapitel in unserem Segment aufschlagen.

www.simply-v.de

„Natürlich rettich Dich!“

Werbebeitrag – Interview

Pascal Nießbeck, Geschäftsführer des Start-ups Rübenretter, über Wertschätzung von Lebensmitteln, leckeres Obst und Gemüse, das nicht der Norm entspricht, und Nachhaltigkeit in Zeiten knapper Ressourcen.



Ernte entspricht schlichtweg nicht den optischen Vorstellungen der Supermärkte und landet für gewöhnlich im Müll. Dabei schmeckt auch krummes Gemüse natürlich und knackig gut. Deswegen stand für mich schnell fest, dass ich gegen diese Lebensmittelverschwendung etwas tun wollte. Die Idee zum Projekt Rübenretter war geboren!

Auf welche Weise lässt sich dieses Projekt unterstützen? Ganz einfach: Jeder kann zum Rübenretter werden. In unserem Online-Shop bieten wir verschiedene randvoll gefüllte Rettungsboxen mit krummen Köstlichkeiten im Abonnement an. Am beliebtesten ist derzeit die Mix-Box mit saisonalem Obst und Gemüse aus heimischem Anbau oder dem sonnigen Süden. Je nach gewünschtem Lieferintervall werden die Retterboxen wöchentlich oder zwei Mal im Monat klimaneutral nach Hause geliefert. Denn auch das Thema Nachhaltigkeit liegt mir sehr am Herzen.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, ein Rübenretter zu werden? In unseren Obst- und Gemüseläden erzählten uns Lieferanten, wie viel Obst und Gemüse sie aufgrund ihres Aussehens nicht verkaufen können. Krumme Gurken, Möhren mit zwei Beinen oder etwas zu klein geratene Rettiche – ein zu großer Teil der

www.ruebenretter.de

— EXPERTENPANEL —

Nachhaltig, gesund und regional – unsere Ernährung steht vor einer entscheidenden Wende. Wie die Ernährung der Zukunft aussieht und in welcher Verpackung sie daherkommt, zeigen drei Experten aus der Lebensmittelindustrie auf.

Fokusinterview

„Fleischalternativen oder Blumenkohlreis müssen cool sein“



Antje Schubert,
Managing Director bei
iglo Western Europe

Wie lassen sich Menschen für eine bewusste Ernährung begeistern? Mit alternativen Ernährungsformen und positiven Emotionen. Das beginnt damit, dass wir den Zeigefinger weglassen und nicht über Verzicht reden. Pflanzenbasierte Fleischalternativen oder Blumenkohlreis müssen cool sein – spätestens dann ziehen auch die skeptischen Männer mit. Es geht beim Essen auch ums Wohlfühlen. Akademische Argumente oder ein schlechtes Gewissen reißen niemanden mit. Stattdessen setzen wir auf ein bejahendes Momentum, das motiviert, die Verbraucher in ihren Gewohnheiten abholt und sie neugierig auf die Zukunft des Essens macht.

Werden wir uns in Zukunft alle bio, pflanzlich und regional ernähren? Yes, ve gan – also ein klares ja. Wir müssen es aber auch wollen. Die entscheidenden Faktoren sind die Wertschätzung von Lebensmitteln und ein entsprechendes massentaugliches Angebot. Zwar steigt der Anteil der Flexitarier, aber regional und nachhaltig hergestellte Lebensmittel oder auch alternative Food-Innovationen müssen einfach und praktisch in den Alltag integriert werden können und bezahlbar bleiben. Nur so wird der Schritt hin zu einer qualitativ geprägten Ernährung eine echte Willensoption.

Wie wird die Verpackung der Zukunft ökologisch? Bei Verpackungen gilt: vermeiden, verringern und verbessern! Grundfunktionen wie Hygiene, Lebensmittelsicherheit, Lagerfähigkeit oder Dosierbarkeit müssen auch ökologisch umsetzbar sein. Der Einsatz von nachwachsenden Rohstoffen und die konsequente Nutzung von Mono-Materialien, die ein Recycling vereinfachen und verbessern, müssen Standard werden. Auch bei Verpackungslösungen gilt: Für einen Green Deal braucht es anpackende Akteure – und ich wünsche mir, dass uns immer mehr Unternehmen auf diesem Weg aktiv begleiten.

Werbebeitrag – Interview

„Wir setzen auf heimische Rohwaren und kurze Transportwege“



Diana Wicht,
Einkaufs- und Nachhaltigkeitschefin bei
McDonald's Deutschland

Wie lassen sich Menschen für eine bewusste Ernährung begeistern? Durch ein vielfältiges Angebot, Transparenz und guten Geschmack. Denn wenn es um die Auswahl von Essen geht, ist und bleibt Geschmack der wichtigste Faktor. Darum hat unser erster veganer Burger auch den typischen McDonald's Geschmack – so ist er auch für Gäste interessant, die ab und zu auf Fleisch verzichten wollen. Wichtig ist zudem, dass unsere Gäste wissen, was in den Produkten steckt. Das zeigen wir in unserer App, auf unserer Webseite, aber auch in unseren Restaurants transparent auf.

Werden wir uns in Zukunft alle bio, pflanzlich und regional ernähren? Bei unseren Produkten muss alles in einem möglichst ausgewogenen Verhältnis stehen. Dabei setzen wir auf möglichst heimische Rohwaren und kurze Transportwege. 2019 kamen 61 Prozent unserer Rohwaren aus Deutschland, beim Rindfleisch sogar knapp 90 Prozent. Komplett regional ist aber nicht immer möglich: Salat wächst nun mal nicht im Winter in Deutschland. Uns ist wichtig, die konventionelle Landwirtschaft Schritt für Schritt nachhaltiger zu machen. Daran arbeiten wir gemeinsam mit unseren Lieferanten.

Wie wird die Verpackung der Zukunft ökologisch? Klar ist: Wir müssen Kunststoffe und Einwegverpackungen dort reduzieren, wo es sinnvoll ist. Aber neben nachhaltigerem Material müssen Funktionalität und Hygienestandards trotzdem gewährleistet sein. Um alle Aspekte zu berücksichtigen, schauen wir uns auch den Recyclingprozess an. Wir sammeln beispielsweise Getränkebecher im Restaurant und machen daraus Hygienepapier.

www.mcdonalds.com

Fokusinterview

„Der Spaßfaktor darf nicht auf der Strecke bleiben“



Hubert Heigl,
Präsident von Naturland – Verband für
ökologischen Landbau e.V.

Wie lassen sich Menschen für eine bewusste Ernährung begeistern? Ernährung muss gesund sein und schmecken. Aber sie hat auch einen massiven Einfluss auf die Ökologie. Für unseren derzeitigen Lebensstil holen wir Regenwälder ab und verschmutzen das Grundwasser. Das müssen wir ändern: Weniger Fleisch, mehr ökologische Produkte und weniger Verschwendung – so können wir alle durch Ernährung einen Beitrag zu einer besseren Welt leisten. Dabei darf aber auch der Spaßfaktor nicht auf der Strecke bleiben: Wer mit der Familie auf dem Markt frische Biolebensmittel aus der Region kauft und zu Hause gemeinsam zubereitet, stärkt das Wohlbefinden und das soziale Miteinander.

Werden wir uns in Zukunft alle bio, pflanzlich und regional ernähren? Wir können durch Ökolandbau unsere Ernährung sowohl in Europa als auch weltweit nachhaltig sichern. Und das müssen wir auch. Denn wenn wir so weitermachen wie bisher, wird das Ökosystem früher oder später kippen und uns nicht mehr ernähren! In Deutschland steigt der Absatz ökologischer Lebensmittel kontinuierlich – vor allem im Supermarkt und auf den Wochenmärkten. In Restaurants und Kantinen spielt bio dagegen kaum eine Rolle. Ändern ließe sich das zum Beispiel, indem der Bund vorangeht und den Ökoanteil in seinen Kantinen erhöht. So könnte der Staat ein Bewusstsein dafür schaffen, dass wir uns auch außer Haus ökologisch und gesund ernähren können.

Wie wird die Verpackung der Zukunft ökologisch? Wo es möglich ist, sollten wir komplett auf Verpackungen verzichten. Bei vielen Lebensmitteln brauchen wir aber schon aufgrund von Hygiene und Transport Verpackungen. Dabei müssen wir aber den Plastikanteil so gering wie möglich halten und auf recycelbare Kunststoffe umstellen. Wo möglich, müssen wir statt Plastik Glas, Karton oder Mehrwegverpackungen einsetzen.

KOMMENTAR

Der digitale Blick

Schinken filetiert in der Plastepackung, Tomatensuppe in Pulverform oder Fischöl in tagesdosierten Kapseln in der Blisterpackung – viele Lebensmittel sind so weit verarbeitet, dass wir den Ursprung oft gar nicht mehr mit bloßem Auge erkennen. Wir essen nur noch, haben uns aber von unserem Essen entfremdet und nehmen die Lebensmittel nicht mehr richtig wahr. Diese Entwicklung tut weder unserem Körper noch unserer Seele gut.



Michael Gneuss
Chefredakteur

Abhilfe kann da die Digitalisierung schaffen. Wenn wir uns über einen QR-Code auf der Packung und eine App angucken können, von welchem Schwein der Schinken kommt, den wir gerade genießen, wie und wo es gelebt hat, was es gefressen hat, wie alt es werden durfte – dann schafft das ein neues Bewusstsein für die Qualität, die Wertigkeit von Lebensmitteln – und auch für die Leistung, die dahinter in der Landwirtschaft steht.

Unsere nächste Ausgabe

**Smart Health**

Das Gesundheitswesen wird digital! Vorerst in kleinen Schritten, nun mit großen Sprüngen. Sprechstunden finden über den Computer statt und die Krankenkasse übernimmt die Kosten für therapierende Apps. Wir zeigen Ihnen in der Smart Health, welche Möglichkeiten die Medizin bereits bietet.

Erfahren Sie mehr am 12.02.2021 in DIE WELT.

IMPRESSUM

Projektmanager Juliane Gawert, juliane.gawert@reflex-media.net **Redaktion** Jens Bartels, Michael Gneuss, Claudia Harbinger, Katharina Lehmann, Josephine Richter **Layout** Silke Schneider, silke.schneider@reflex-media.net **Fotos** iStock/Getty Images, Coverbild iStock/Rawpixel **Druck** BVZ Berliner Zeitungsdruck GmbH **V.i.S.d.P.** Redaktionelle Inhalte Michael Gneuss, redaktion@reflex-media.net **Weitere Informationen** Pit Grundmann, pit.grundmann@reflex-media.net, Reflex Verlag GmbH, Hackescher Markt 2-3, D-10178 Berlin, T 030 / 200 89 49-0, www.reflex-media.net

Diese Publikation des Reflex Verlages erscheint am 6. Februar 2021 in DIE WELT. Der Reflex Verlag und DIE WELT sind rechtlich getrennte und redaktionell unabhängige Unternehmen. Inhalte von Werbebeiträgen wie Unternehmens- und Produktporträts, Interviews, Anzeigen sowie Gastbeiträgen und Fokusinterviews geben die Meinung der beteiligten Unternehmen beziehungsweise Personen wieder. Die Redaktion ist für die Richtigkeit der Beiträge nicht verantwortlich. Die rechtliche Haftung liegt bei den jeweiligen Unternehmen.

Corteva Agriscience Germany GmbH Riedenburger Straße 7 81677 München corteva-deutschland@corteva.com	2	Ölmühle Solling GmbH Höxtersche Straße 3 37691 Boffzen info@oelmuehle-solling.de	6	McDonald's Deutschland LLC Zweigniederlassung München Drygalski-Allee 51 81477 München service@mcdonalds.de	9 & 13	E.V.A. GmbH Irsengunder Straße 13 88179 Oberreute info@simply-v.de	12
Biomühle-Eiling GmbH Möhnstraße 98 59581 Warstein info@biomuehle-eiling.de	4	Ella's Basenbande GmbH & Co. KG Goethestraße 255o 16515 Oranienburg mail@basenbande.de	6	Naturland Zeichen GmbH Kleinhaderner Weg 6 82166 Gräfelfing naturland@naturland-zeichen.de	10	Naturland – Verband für ökologischen Landbau e.V. Kleinhaderner Weg 1 82166 Gräfelfing naturland@naturland.de	13
etepetete GmbH Nymphenburger Straße 86 80636 München kundensupport@etepetete-bio.de	5	iglo GmbH Osterbekstraße 90c 22083 Hamburg vbinfo@iglo.com	7 & 13	WDM Bio-Fertigprodukte GmbH Wasserstraße 10 15374 Müncheberg kontakt@wdm.bio	11	Naturata AG Am alten Kraftwerk 6 71672 Marbach kontakt@naturata.de	15
eat small GmbH Hähnelstraße 6 12159 Berlin info@eat-small.com	5	Stephan Antusch Liv Emaille Stargarder Straße 9 10437 Berlin info@emaille24.de	8	ruebenretter.de Dreichlinger Straße 47 92318 Neumarkt info@ruebenretter.de	12	Lotus Vita GmbH & Co. KG Vogesenblick 3 79206 Breisach info@lotus-vita.de	16



KLIMANEUTRAL DER UMWELT ZULIEBE



FÜR EIN
LEBENSWEERTES
ÜBERMORGEN

> MEHR ALS BIO

Aus Überzeugung kompensieren wir gemeinsam mit der Non-Profit-Klimaschutzorganisation myclimate bei vielen unserer Produkte die gesamten CO₂- Emissionen - von der Herstellung bis zum Transport. So reduzieren wir dank Ihrer Unterstützung pro Jahr 1.100 Tonnen CO₂ und fördern verschiedene Klimaschutzprojekte weltweit. Dank einer aufgedruckten Trackingnummer können Sie auf www.myclimate.de nachschauen, welches Projekt konkret unterstützt wird.

www.naturata.de



LOTUS NATURA PLUS



LOTUS VITA



GLAS- FILTERKARAFFE



+49 (0)7664 4069 1030

Lotus Vita GmbH & Co. KG • Vogesenblick 3, D-79206 Breisach

www.LOTUS-VITA.de