

Knack•Punkt

Aktuelles für Multiplikatoren im Bereich Ernährung



Foto: Verbraucherzentrale NRW

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

Einwegplastik ist jetzt (weitgehend) verboten

Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung in Nordrhein-Westfalen ist gestartet

Fragen aus der Beratung

Wie gut ist Biomilch als Quelle für Jod und Selen?

Aus Wissenschaft und Praxis

Empfehlungen der Zukunftskommission Landwirtschaft

Nachhaltige Lebensmittelproduktion und -versorgung

Bücher und Medien

Vom Ende der Landwirtschaft

3 Editorial

Kurzmeldungen

- 3 Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln und Gerichten in Deutschland
3 Ernten auf öffentlichen Flächen ist erlaubt

Aktuelles aus Nordrhein-Westfalen

- 4 Hybrid-Fachtagung: Nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in NRW
4 Neues Kompetenzzentrum für Haushaltswissenschaften
4 Die Käsemacher im Westen
4 Köln: Mehr Bio in öffentlichen Küchen
5 Einwegplastik ist jetzt (weitgehend) verboten
6 Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung in Nordrhein-Westfalen ist gestartet
7 Lagerungs-ABC für Obst und Gemüse

Aktionen und Veranstaltungen

- 8 Generationsübergreifende Kochaktionen
8 Aktionswoche gegen Lebensmittelverschwendung

Fragen aus der Beratung

- 9 Wie gut ist Biomilch als Quelle für Jod und Selen?

Schwerpunkt

- 10 Milchersatzprodukte unter der Lupe

Aus Wissenschaft und Praxis

- 14 Jahresbericht 2020: Zahlen, Daten und Fakten zur Arbeit des vzbv und seiner Projekte
14 Welche Milchverpackung ist am nachhaltigsten?
14 Initiative Tierwohl: Haltungsformkennzeichnung für Milchprodukte ab 2022
14 Vegetarische Ernährungspyramide
15 Food Trends und Szenarien für 2035
16 Empfehlungen der Zukunftskommission Landwirtschaft
17 Plasmidome – eine neue Gefahr in der Säuglingsernährung?
17 Nachhaltige Lebensmittelproduktion und -versorgung

Bücher und Medien

- 18 Hackfleischgenuss auf sichere Art
18 Nachhaltigkeit erzählen – Durch Storytelling besser kommunizieren?
18 Umwelt. Lesen – Verstehen – Wissen
19 Vom Ende der Landwirtschaft
19 Checkpoint Ernährung

19 Quellenverzeichnis

20 Termine

Internet

- 20 Interessantes im Netz

In eigener Sache: Warum wir gendern

Für die VERBRAUCHERZENTRALE NRW ist Gendergerechtigkeit ein zentrales Thema, weil diese unmittelbar verbunden ist mit den Grundsätzen unserer Arbeit. Beides fußt auf dem Gerechtigkeitsgedanken: Wir vertreten die Interessen der Verbraucher:innen und beraten, bilden und informieren sie, um sie bestmöglich zu unterstützen. Im Grundgesetz und im Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz ist geregelt, dass Männer und Frauen gleichgestellt sind und keine Person wegen ihres Geschlechts benachteiligt werden darf. Zudem ist gesetzlich anerkannt, dass es mehr als zwei Geschlechter gibt. Gendergerechte Sprache trägt dazu bei, diese gesellschaftliche Realität auch in unserer alltäglichen Kommunikation abzubilden. Um alle Menschen sprachlich zu inkludieren, verzichten wir weitgehend auf das generische Maskulinum. Wo möglich und sinnvoll, nutzen wir genderneutrale Begriffe wie „Studierende“, „Belegschaft“, „Team“ oder „Menschen“. Wenn die Verwendung genderneutraler Begriffe nicht möglich oder sinnvoll ist, nutzen wir den Genderdoppelpunkt.

August 2021 • Heft 4 • 29. Jahrgang

Herausgeberin:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Mintropstraße 27
40215 Düsseldorf

Fachliche Betreuung und Koordination:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bereich Ernährung und Umwelt

Redaktion:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Bernhard Burdick (verantwortlich)
Angela Clausen (AC)
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121, Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw

Texte:

Angela Clausen (AC)¹, Charlotte Dahlheim (CDa)¹,
Friederike Farsen (Far)¹, Mechthild Freier (mf)²,
Clara Handwerk³, Franziska Lehmann³,
Friederike Maretzke (FM)¹, Andrea Schmitz (Sz)⁴,
Dagmar Schwarz (DS)¹, Charlotte van Gember⁵,
Frank Waskow (WF)¹

¹ Verbraucherzentrale NRW e.V.

² Fachjournalistin für Ernährung, Korschebroich

³ Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)

⁴ Verbraucherzentrale NRW e.V., Projekt MehrWertKonsum

⁵ Landwirtschaftskammer NRW

Vertrieb und Abonnentenbetreuung:

Verbraucherzentrale NRW e.V.
Claudia Weinfurth
Telefon: 02 11 / 38 09 – 121
Fax: 02 11 / 38 09 – 238
E-Mail: knackpunkt@verbraucherzentrale.nrw

Bezugsbedingungen:

Jahresabonnement (6 Hefte) Inland 18,00 €, Ausland 26,00 € inklusive Versand, gegen Rechnung. Der Bezugszeitraum des Abonnements beträgt zwölf Monate und verlängert sich um weitere zwölf Monate, wenn der Abonnementvertrag nicht spätestens zwei Monate vor Ende des Bezugszeitraums gekündigt wird. Die Kündigung des Abonnementvertrags hat schriftlich zu erfolgen. Die vollständigen Bezugsbedingungen sind nachzulesen unter www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt oder können bei uns angefordert werden.

Nächste Ausgabe:

Oktober 2021, Redaktionsschluss 15. September 2021

Die Verbreitung unserer Informationen liegt uns sehr am Herzen. Trotzdem müssen wir uns vor Missbrauch schützen. Kein Text darf ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeberin abgedruckt werden.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Herausgeberin wieder.

Gestaltung, Satz, Druck:

Verbraucherzentrale NRW e.V.

Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier – ausgezeichnet mit dem Blauen Engel.

ISSN 1866-6590

Liebe Leser:innen,

Ende Juli hat in Rom ein mehrtägiger UN-Gipfel zu Lebensmittel- und Ernährungssystemen stattgefunden. Es geht um das Erreichen nachhaltiger Entwicklungsziele (SDG) bis zum Jahr 2030 durch eine gezielte Transformation des Welternährungssystems, unter anderem um Richtlinien für Regierungen und Akteure. Im September dann findet der Welternährungsgipfel (UN Food Systems Summit) in New York mit den Schwerpunktthemen Hungerbekämpfung und Nachhaltigkeit statt. 1996 wurde beschlossen, die Zahl der Hungernden weltweit von 830 Millionen bis 2015 auf 415 Millionen zu halbieren. In dieser Zeit sind die Zahlen zwar gesunken, steigen seit 2015 aber wieder an. 2020 hungerten laut Welthungerhilfe erneut bis zu 811 Millionen Menschen – und es sieht nicht so aus, als ob sich daran so schnell etwas ändern würde. Zu viele Menschen, die sich wegen menschengemachter Katastrophen auf der Flucht befinden, zu viele die aufgrund der Klimafolgen nichts mehr ernten können oder deren Felder vernichtet wurden, deren Tiere ebenfalls verhungern. Gerade die Folgen der Klimaveränderung zeigen, wie eng Nachhaltigkeit und Hunger zusammenhängen. Und es kann wirklich jede:r seinen (kleinen) Beitrag schon beim Essen

dazu leisten, weniger Lebensmittel in den Müll, weniger tierische und mehr pflanzliche Lebensmittel, mehr Regionales usw. Und eigentlich wissen das auch viele. Die Empfehlungen im Bericht der von der Bundesregierung eingesetzten Zukunftskommission Landwirtschaft (S. 16) zeigen aber auch, dass Bildung bzw. Information als alleinige Maßnahmen nicht ausreichend sind für die nachhaltige, gesundheitsförderliche Veränderung von Ernährungsgewohnheiten. Hier ist mehr Verbindlichkeit statt Absichtserklärungen und Selbstverpflichtungen erforderlich. Und es sind „faire Ernährungsumgebungen“ nötig, so Prof. Britta Renner bei der deutschen Auftaktveranstaltung zum Welternährungsgipfel „Wege zu nachhaltigen Ernährungssystemen“. Dazu passt die Frage der Verbraucherzentrale NRW, wie (ernährungsphysiologisch) gut und nachhaltig denn vegetarische Milchersatzprodukte eigentlich sind. Dem ging sie in einem Marktcheck mit 71 Produkten nach. Die Ergebnisse finden Sie ab S. 10. Und auch viele andere Artikel haben etwas mit Nachhaltigkeit zu tun, so die Forschung zum ökologischen Fußabdruck von Lebensmitteln und Gerichten in Deutschland, das Lagerungs-ABC (S. 7) oder die Aktionen rund um die Woche „Deutschland



rettet Lebensmittel“ (S. 8), die Frage der richtigen Milchverpackung (S. 14) oder das Plastikverbot (S. 5). Am Ende bleibt uns noch, zur Eröffnung des neuen Checkpoint Ernährung in Berlin zu gratulieren und zu hoffen, dass dort ganz viel Praktisches rund um Nachhaltigkeit und zur Hungerbekämpfung weltweit vermittelt wird.

Eine spannende Lektüre wünscht
Ihre Redaktion

Kurzmeldungen

Ökologische Fußabdrücke von Lebensmitteln und Gerichten in Deutschland

In den letzten Jahren sind die Umweltauswirkungen von Lebensmittelproduktion und -konsum verstärkt in den Fokus des öffentlichen Interesses gerückt. Dazu zählt insbesondere der CO₂-Fußabdruck von Lebensmitteln. Die dazu vorhandenen Daten liegen jedoch teilweise deutlich auseinander – insbesondere, wenn es um den Vergleich geht: von konventionellen bzw. ökologischen Lebensmitteln, saisonale versus regionale Produktion, inländische Herstellung gegen Importe per Lkw, Schiff oder Flugzeug oder Frischware im Vergleich zu Tiefkühlware. Neben dem CO₂-Fußabdruck sind aber auch noch weitere Umweltauswirkungen der Lebensmittelproduktion zu berücksichtigen, nämlich die notwendigen Ressourcen. Die weltweit hierfür zur Verfügung stehenden Ressourcen (z.B. Wasser, Flächen, Rohphosphat) stoßen vielerorts mittlerweile an die Grenze ihrer Verfügbarkeit oder haben sie bereits überschritten.

Eine vom BUNDESMINISTERIUM FÜR UMWELT, NATURSCHUTZ UND REAKTORSICHERHEIT und dem UMWELTBUNDESAMT geförderte Expertise des Instituts für Energie- und Umweltforschung in Heidelberg hat die vorhandenen Daten für Obst und Gemüse, Milchprodukte, Eier und Milchersatzprodukte, Fleisch und alternative Proteinlieferanten, Stärke-, öl- oder zuckerhaltige Produkte sowie Getränke nach verschiedenen Kriterien ausgewertet. Die Studie steht im Internet zur Verfügung. (AC)

→ www.ifeu.de/projekt/oeologischer-fussabdruck-von-lebensmitteln-und-gerichten-in-deutschland/

Ernten auf öffentlichen Flächen ist erlaubt

Generell gilt, dass das Pflücken von Früchten wie Wildbeeren, Äpfeln und Co. oder auch Kräutern auf öffentlichen Flächen in der Stadt erlaubt ist. In vielen Kommunen ist das Er-

ten sogar ausdrücklich erwünscht. Allerdings sollte beim Pflücken die sogenannte „Handstraußregel“ aus dem Bundesnaturschutzgesetz (§ 39 Abs. 3) befolgt werden. Demnach darf jede:r Früchte und Wildpflanzen in geringen Mengen für den persönlichen Bedarf pfleglich entnehmen und verwenden, sofern es dort kein Betretungsverbot gibt. Auf einer interaktiven Karte im Internet sind darüber hinaus Sammelplätze in vielen deutschen Städten eingetragen. Das können auch Gärten sein, deren Besitzer:innen Bäume und Sträucher nicht selbst abernten können oder wollen. Zusätzlich gibt es in vielen Gemeinden die Aktion **Gelbes Band**. Ein solches an den Bäumen signalisiert: Dieser Baum darf gratis und ohne Rücksprache abgeerntet werden. (AC)

Quellen: www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/staedte-essbar-machen/ernten-auf-oeffentlichen-flaechen ♦ www.zugutfuerrdietaonne.de/unsere-aktivitaeten/der-bundespreis/2020/gelbes-band-das-ernteprojekt [alle abgerufen am 30.06.2021]

→ mundraub.org

Hybrid-Fachtagung: Nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in NRW

Das Menü im Betriebsrestaurant, das Mittagessen in Kita und Schule, die Mahlzeiten im Seniorenheim, der Snack in der Hochschulmensa: Millionen Menschen essen regelmäßig in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung. Eine nachhaltige Außer-Haus-Gastronomie ist daher ein zentraler Hebel, um eine zukunftsfähige Lebensmittelproduktion und Ernährung zu fördern.



Im Rahmen einer hybriden Fachtagung des EU- und landesgeförderten Projekts *MehrWertKonsum*

bringt die VERBRAUCHERZENTRALE NRW Vertreter:innen aus Landes- und Kommunalpolitik, Fachpraxis, Wissenschaft und Zivilgesellschaft zusammen, um neue Konzepte und Ansätze für eine nachhaltige Küchenkultur in der Gemeinschaftsverpflegung zu diskutieren. Am Vormittag stellen Referent:innen aus Praxis und Wissenschaft Maßnahmen zur Förderung einer nachhaltigen Gemeinschaftsverpflegung aus unterschiedlichen Perspektiven vor: „Das Kopenhagener Erfolgsmodell – 90 Prozent Bio in der Gemeinschaftsverpflegung“ sowie „Kantine Zukunft Berlin – eine Zwischenbilanz“. Einblicke in die smarte und nachhaltige Küchenpraxis im Betriebsrestaurant gibt die Präsentation der innovativen Gastronomie des „The Ship“ Köln. Dr. THERESE KIRSCH vom INSTITUT FÜR NACHHALTIGE ERNÄHRUNG MÜNSTER stellt in ihrem Vortrag „Vom Pilotbetrieb zur Alltagsroutine“ dar, wie sich Nachhaltigkeit dauerhaft institutionell verankern lässt. Darauf aufbauend finden am Nachmittag zwei Themenforen statt, die von Expert:innen aus der Gemeinschaftsverpflegung begleitet werden. Eines widmet sich den praktischen Aspekten bei der Etablierung einer innovativen Küchenpraxis. Das andere Themenforum stellt unterschiedliche politische Gestaltungsprozesse in den Mittelpunkt, die für eine flächendeckende nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in NRW benötigt werden. Als Impuls für die Diskussion in diesem Forum dienen Handlungsempfehlungen, die das Institut CONPOLICY in einer Transferstudie aus den Erkenntnissen des Projekts *MehrWertKonsum* und anderen Good-Practice-Beispielen abgeleitet hat.

30. August 2021 in Düsseldorf und online.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

→ www.mehrwert.nrw/fachtagung

Neues Kompetenzzentrum für Haushaltswissenschaften

Ende Juni 2021 wurde an der FACHHOCHSCHULE MÜNSTER das KOMPETENZZENTRUM FÜR HAUSHALTSWISSENSCHAFTEN, kurz HAWI, offiziell eröffnet. Ziel ist es, die Haushaltswissenschaften in der Oecotrophologie sichtbar zu machen und das Know-how aus Forschung, Lehre und Praxis zu bündeln. Dafür möchte das Team aus vier Lehrenden des Fachbereichs *Oecotrophologie – Facility Management* und

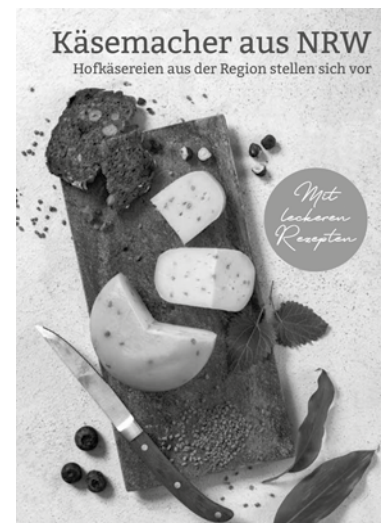
einer Lehrenden vom INSTITUT FÜR BERUFLICHE LEHRERBILDUNG (IBL) ein starkes Netzwerk mit der Praxis aufbauen. Die Praxispartner sollen Forschungsfragen in das Zentrum einbringen. Um den Wissenstransfer auf diesem Gebiet zu verstärken, wird es Weiterbildungen und Fachtagungen geben. (AC)

Quelle: PM der FH Münster vom 24.06.2021

→ www.fh-muenster.de/hawi

Die Käsemacher im Westen

NRW ist ein käsereiches Land – aber nur wenige kennen die Käseexperten aus der eigenen Region. In einer neuen Broschüre der LANDESVEREINIGUNG DER MILCHWIRTSCHAFT NRW werden stellvertretend für circa 50 Käsemacher aus NRW exemplarisch sechs dieser Käsereien vorgestellt. Dazu gibt es allerhand Wissenswertes zum regionalen Käse aus dem Westen und jeweils dazu passende, außergewöhnliche Rezepte.



→ www.nrw-isst-gut.de/die-kaesemacher-im-westen

→ kaesekompass-nrw.de

Köln: Mehr Bio in öffentlichen Küchen

Die STADT KÖLN hat sich Klimaneutralität zum Ziel gesetzt. Dem folgt auch die Ausrichtung der kommunalen Ernährungspolitik. Seit 2020 ist sie Mitglied des Bio-Städte-Netzwerks.

Die Projektgruppe *Ernährung und Konsum* des 2020 eingerichteten KÖLNER KLIMARATS will die Treibhausgasemissionen in Köln im Ernährungssektor bis 2030 um 34 % gegenüber 1990 reduzieren. Das soll durch einen leichteren Zugang der Stadtgesellschaft zu ökologischen, regionalen und saisonalen Lebensmitteln erfolgen.

Ein wesentlicher Baustein ist die städtisch organisierte Außer-Haus-Verpflegung, in der vermehrt Bio-Lebensmittel eingesetzt werden sollen. Die Empfehlungen stehen im Handlungsleitfaden des KÖLNER ERNÄHRUNGSRAT (S. Knack•Punkt 1/2020, S. 5) für die kommunale Ernährungspolitik, an dem Zivilgesellschaft und Stadtverwaltung zusammengearbeitet haben. Ein Beschluss des Umweltausschusses der STADT KÖLN strebt auf dieser Grundlage an, den Bio-Anteil in der städtischen Gemeinschaftsverpflegung bis 2030 auf 90 % zu steigern.

Quelle: www.oekolandbau.de/index.php?id=19096, Stand: 22.06.21

(AC)

Einwegkunststoffverbots- und -kennzeichnungsverordnung

Einwegplastik ist jetzt (weitgehend) verboten

Eine neue Verordnung hat mit einer Reihe von Einwegkunststoff-Produkten endgültig Schluss gemacht – darunter Wattestäbchen, Plastikteller oder auch Styropor-Becher. Seit Juli dürfen im Handel und in der Gastronomie nur noch Restbestände ausgegeben werden.

Genau genommen sind am 3. Juli 2021 in Deutschland sogar zwei neue gesetzliche Regelungen in Kraft getreten: die Einwegkunststoff-Verbotsverordnung (EWKVerbotsV) und die Einwegkunststoff-Kennzeichnungsverordnung (EWKKennzV). Diese Verordnungen sollen dazu beitragen, dass weniger Kunststoffabfälle falsch entsorgt werden oder als wilder Müll in der Umwelt landen. Anlass war, dass an europäischen Stränden immer mehr Plastikteile zu finden sind.



Die Verpackungen und Produkte, die dort am häufigsten gefunden werden, sind zukünftig aus dem Handel verbannt. Wo es derzeit noch keine sinnvolle ökologische oder praktikable Alternative gibt, soll die Kennzeichnungsverordnung Verbraucher:innen über den Kunststoffgehalt informieren, vor möglichen Belastungen für die Meere warnen und gewährleisten, dass diese Produkte richtig entsorgt werden – zum Beispiel im Mülleimer anstatt in der Toilette. Hinzu kommt, dass gerade die Abfallber-

ge von Verpackungen für den Außer-Haus-Konsum von Essen seit Jahren wachsen, in den letzten 25 Jahren hat sich die Zahl der Take-away-Behälter aus Kunststoff verdoppelt.

Was ist verboten?

Nicht mehr aus Kunststoff hergestellt werden dürfen laut EWKVerbotsV Besteck, kosmetische Wattestäbchen, Luftballonstäbe, Rührstäbchen (zum Beispiel für Heißgetränke), Teller, Schalen und Trinkhalme. Auch Produkte aus sogenanntem Bioplastik fallen darunter sowie mit Kunststoff beschichtete Pappsteller. Ebenfalls verboten sind jetzt Lebensmittel- und Getränkebehälter aus expandiertem Polystyrol (Styropor). Händler (bzw. Geschäfte) und Gastronomiebetriebe dürfen ihre Restbestände aber für eine noch nicht festgelegte Übergangszeit vorerst weiter ausgeben.

Was muss gekennzeichnet werden?

Andere Einwegprodukte sind zwar nicht verboten, aber es muss auf der Verpackung darauf hingewiesen werden, dass sie Kunststoffe enthalten und wie sie zu entsorgen sind. Kennzeichnungspflichtig sind laut EWKKennzV Einweggetränkebecher aus Papier mit Kunststoffbeschichtung, Damenhygieneartikel wie Binden und Slipeinlagen sowie Tampons und deren Applikatoren, Feuchttücher sowie Zigarettenfilter und Tabakprodukte mit Filtern.

Wie steht es um die Alternativen?

Grundsätzlich ist der Verzicht auf Einwegplastik immer am besten. Gastronomiebetriebe und Verbraucher:innen sollten Mehrwegprodukte benutzen. Ob Betriebe ihr eigenes Mehrweggeschirr verwenden oder Gefäße mitgebracht werden, ist von der Ökobilanz her zunächst nachrangig. Wichtig ist natürlich, dass die Mehrweggefäße so oft wie möglich genutzt werden.

Das aber geschieht derzeit noch zu selten.

Im Frühjahr 2021 führte die Verbraucherzentrale Bayern gemeinsam mit der VERBRAUCHERZENTRALE HAMBURG und DEM VERBRAUCHERZENTRALE BUNDESVERBAND unter den 26 umsatzstärksten Anbietern für To-go-Verpflegung eine entsprechende Untersuchung durch. Demnach nutzt die Hälfte der Befragten mittlerweile Papier- statt Plastiktüten.



Zehn Firmen geben in ihren Filialen Getränke in beschichteten Pappbechern aus. Neun Betriebe verwenden Kunststoffdeckel noch für das

Verschließen von Getränkebechern. Acht Unternehmen füllen Getränke auch in Mehrwegbechern ab.

Ein Trend hin zu Einwegverpackungen und Besteck aus Ersatzmaterialien ist zwar zu erkennen, mehr aber auch nicht. Gerade einmal zwei Firmen bieten in ihren Filialen neben Trinkbechern auch andere Mehrwegbehälter an. Insbesondere bei Speisen ist das Angebot überschaubar. Meist kann man nur mitgebrachte Boxen befüllen lassen. Bisher vermischen die VERBRAUCHERZENTRALEN echtes Engagement seitens der Betriebe, Verpackungen zu reduzieren und konsequent auf Mehrweg umzusteigen.

Dabei wäre das gar nicht so schwer. Für To-go-Verpackungen und -Geschirr etwa empfehlen die VERBRAUCHERZENTRALEN den Kunststoff Polypropylen (PP). Er ist leicht, kommt ohne Weichmacher aus und ist auch bei heißen Lebensmitteln stabil.

Verschärfung ab 2023

Ab 2023 werden die gesetzlichen Regelungen noch einmal strenger. Dann sind Restaurants, Bistros und Cafés gesetzlich verpflichtet, Getränke und Speisen zum Mitnehmen auch in Mehrwegverpackungen anzubieten.

Im nächsten **Knack•Punkt** werden wir über sinnvolle Alternativen zu Einweg-Kunststoffartikeln berichten. (Far)

Quellen: www.verbraucherzentrale-bayern.de/pressemeldungen/umwelt-haushalt/essen-und-getraenke-zum-mitnehmen-nur-selten-in-mehrweg-verpackt-6222 ♦ www.verbraucherzentrale-bayern.de/sites/default/files/2021-07/Ergebnisbericht%20Anbieterbefragung%20To-Go_2021-final.pdf [alle abgerufen am 20.07.2021]

Gesund und lecker essen in der Gemeinschaftsverpflegung

Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung in Nordrhein-Westfalen ist gestartet

Gesund leben ist für viele Menschen erstrebenswert. Hierzu gehört auch eine gesunde und ausgewogene Ernährung – auch für ältere Menschen. Dabei erhöht sich mit zunehmendem Alter der Anteil derjenigen, die beispielsweise im Rahmen der Gemeinschaftsverpflegung in einer Senioreneinrichtung oder im häuslichen Umfeld durch Dritte versorgt werden. Essen bedeutet Genuss und Lebensqualität, die es so lange wie möglich zu erhalten gilt. Dabei unterstützen die „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“.

In NRW ist am 1. Mai 2021 die VERNETZUNGSSTELLE SENIORENERNÄHRUNG NRW (VSE NRW) in Trägerschaft der VERBRAUCHERZENTRALE NRW an

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom BUNDESMINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT und vom BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

www.in-form.de

den Start gegangen. Gefördert wird die Vernetzungsstelle durch das Bun-

DESMINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT (BMEL) im Rahmen des *Nationalen Aktionsplans IN FORM* und dem MINISTERIUM FÜR UMWELT, LANDWIRTSCHAFT, NATUR UND VERBRAUCHERSCHUTZ DES LANDES NORDRHEIN-WESTFALEN.

Aufgaben und Ziele

Eine gesunde Ernährung ist die Grundvoraussetzung für körperliches und seelisches Wohlbefinden sowie für



Das Team der VSE NRW (von links): Charlotte Dahlheim (Projektleitung), Christine Beine, Jelena Kleine und Anne Lescher (Fotos: Verbraucherzentrale NRW)

die Leistungsfähigkeit des menschlichen Organismus. Mit steigendem Alter jedoch nehmen Beeinträchtigungen und Erkrankungen zu, wobei sich die Einnahme von Medikamenten ebenfalls auf den Ernährungszustand auswirken kann. Dabei sollten Mangel- bzw. Fehlernährung durch eine bedarfsgerechte Ernährung im Alter

und bei Pflegebedürftigkeit vorgebeugt werden.

Zentrale Aufgabe der VSE NRW ist es, verhältnispräventiv die vor Ort im Land NRW vorhandenen für Pflege und Verpflegung Verantwortlichen und weitere Multiplikator:innen zu beraten, einzubinden und zu vernetzen und damit qualitative Optimierungen der Seniorenverpflegung und strukturelle Verbesserungen nachhaltig umzusetzen. Wie alle präventiven Maßnahmen sind auch die Maßnahmen der VSE NRW langfristig angelegt; sie zielen auf dauerhafte Veränderungen der Einstellung, des Erlebens und des Verhaltens. Die VSE NRW bedient sich bei der Umsetzung vielfältiger Maßnahmen und Instrumente.

Neben der Bereitstellung von Informationen, der Durchführung von Fortbildungen und Fachveranstaltungen sowie dem Wissenstransfer über ein Internetportal, berät das Team der VSE NRW Senioreneinrichtungen individuell im Rahmen gesundheitsfördernder und nachhaltiger Ernährung und Verpflegungskonzepte.

Auftaktveranstaltung für Senioreneinrichtungen und verantwortliche Akteure bei den Kommunen

Die Pflegeeinrichtung ist für viele ältere Menschen ihre Lebenswelt in der verbleibenden Lebenszeit. Die Mahlzeiten dienen nicht nur der Nahrungsaufnahme, sondern auch dem sozialen Miteinander. Dabei spielen eine angenehme und am Wohlbefinden ausgerichtete Essensumgebung wie auch eine am Bedarf orientierte Unterstützung beim Essen und Trinken eine wichtige Rolle. Hier setzt die VERNETZUNGSSTELLE SENIORENERNÄHRUNG NRW an.



NRW-Ministerin Ursula Heinen-Esser (links) und Bundesministerin Julia Klöckner

Foto: BMEL / Felix Zahn / Phototrek.net



Foto: AdobeStock/ © WavebreakMediaMicro #113336384

Am 6. Oktober startet die VSE NRW mit einer digitalen Auftaktveranstaltung ihren ersten Meilenstein, in dem sie sich an die Träger stationärer Pflegeeinrichtungen und den in den NRW-Kommunen Verantwortlichen im Bereich Pflege richtet und die Wichtigkeit einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung erläutert. Dabei werden Einblicke in die Inhalte und Kriterien der DGE-Qualitätsstan-

dards gegeben und vorgestellt.

Auf dieser Veranstaltung berichten Praktiker:innen aus den Einrichtungen von ihren Erfahrungen und darüber, wie sie mit der Weiterentwicklung oder Einführung einer gesunden und nachhaltigen Ernährung gestartet sind und was dabei zu berücksichtigen ist. Fachkräfte aus

den Einrichtungen geben damit Einblicke in ihre Verpflegungskonzepte und zeigen auf, wie Gerichte optimiert werden können, um Bewohner:innen ein gesundes und genussvolles Essen zu ermöglichen. Berücksichtigt wird, wie die Motivation der Senior:innen beim Ausprobieren neuer Gerichte gesteigert werden kann. Über diesen Weg sollen andere Träger stationärer Senioreneinrichtungen in der Veran-

staltung angeregt werden, ganz individuell die Ernährung in der eigenen Einrichtung zu verbessern. Dabei unterstützt die VSE NRW die Träger und deren Mitarbeiter:innen auf diesem Weg.

Weitere geplante Meilensteine sind die Qualitätssteigerung bei den Verpflegungsangeboten der mobilen Menüdienste (z.B. Essen auf Rädern) und die Verbesserung der Versorgungssituation von Senior:innen, die sich zu Hause selbst versorgen oder von Angehörigen sowie Zugehörigen versorgt werden. (CDa)

Kontaktdaten

VERNETZUNGSSTELLE SENIOREN-
ERNÄHRUNG NORDRHEIN-WESTFALEN
Telefon: 0211 – 3809 088

Fax: 0211 – 3809 238

E-Mail:

seniorenverpflegung@verbraucherzentrale.nrw

→ www.seniorenverpflegung.nrw

Kostenloses E-Book gegen Lebensmittelverschwendung

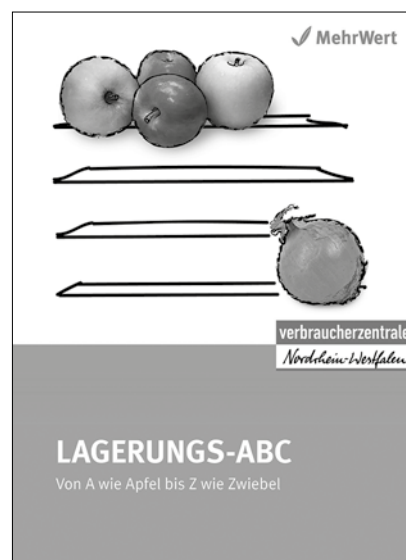
Lagerungs-ABC für Obst und Gemüse

Mehr als ein Drittel des Lebensmittelabfalls in privaten Haushalten besteht aus Gemüse und Obst. Wenn Früchte, Salat und Gemüse unansehnlich werden, landen die Vitaminspender schnell in der Tonne. Als Hauptgrund für die Entsorgung geben Verbraucher:innen in Befragungen Haltbarkeitsprobleme an.

Dass die Tomate eine Druckstelle bekommt, die Banane matschig wird und die Kartoffel keimt, liegt jedoch häufig an falscher Lagerung. Wie es richtig geht, zeigt das illustrierte „Lagerungs-ABC“ der VERBRAUCHERZENTRALE NRW. Auf kurzweilige Art vermittelt es, wie rund 70 Obst- und Gemüsesorten bis zum Verzehr optimal frisch gehalten werden. Außerdem erfahren die Leser:innen Wissenswertes zu verschiedenen Früchten und Gemüsen von A wie Apfel über M wie Mango bis Z wie Zwiebel. Welches Obst ist im Kühlschrank gut aufgehoben, welches gibt das

Reifegas Ethylen ab und lässt andere Sorten schneller altern oder sogar verderben? Warum ist die Kartoffel gar nicht so robust wie sie erscheint? Und weshalb sollten Bundmöhren vom Grün befreit werden, wenn sie nicht sofort verarbeitet werden können? Die Antworten und praktischen Tipps können dazu beitragen, dass weniger der wertvollen Lebensmittel weggeworfen werden.

Das „Lagerungs-ABC“ ist in einem studentischen Wettbewerb der VERBRAUCHERZENTRALE NRW mit der BERGISCHEN UNIVERSITÄT WUPPERTAL entstanden. Gesucht wurden dabei kreative Ideen, die den Wert von Lebensmitteln stärker ins Bewusstsein rücken. Die damalige Mediendesign-Studentin MARINA KLEIN entwickelte und gestaltete dazu ein Nachschlagewerk, das zu einem sorgsamem Umgang mit Gemüse und Obst motivieren und eine nützliche Hilfe für den Alltag bieten will.



Im Rahmen des EU- und landesgeförderten Projekts *MehrWertKonsum* stellt die VERBRAUCHERZENTRALE NRW das gut 100 Seiten starke „Lagerungs-ABC“ als kostenlosen PDF-Download und – passend zur Aktionswoche gegen Lebensmittelverschwendung (siehe S. 8) – jetzt neu auch als kostenloses E-Book (epub-Format, ISBN 978-3-86336-931-6) zur Verfügung. Beide Versionen der Lagerungs-Fibel können einfach heruntergeladen werden. (Sz)

→ www.mehrwert.nrw/richtiglagern

Küchenpartie mit peb in Köln

Generationsübergreifende Kochaktionen

Vom 6. bis 9. Juli hieß es „An die Löffel, fertig, los“ in der EVANGELISCHEN FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE KÖLN, wo eine der ersten Kochaktionen der *Küchenpartie mit peb* stattfand. Das Projekt, gefördert vom BUN-



DES MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT im Rahmen des *Nationalen Aktionsplans IN FORM* (mehr dazu auf S. 6), wird von der PLATTFORM ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG E.V. (PEB) durchgeführt und bringt in den Sommer- und Herbstferien bundesweit junge Menschen zwischen 10 und 14 Jahren und ältere Menschen ab 65

Jahren über das gemeinsame Kochen zusammen. Damit leistet die *Küchenpartie mit peb* einen wichtigen Beitrag zur Ernährungsbildung und Gesundheitsförderung und trägt zur Stärkung des Miteinanders der Generationen und der sozialen Teilhabe bei. Denn der Austausch zwischen Jung und Alt erfolgt heute immer seltener, obwohl es so viel von-, mit- und übereinander zu lernen gibt. Gerade rund um die Themen Essen und Kochen.

Die vier Aktionstage, von denen jeder unter einem anderen Motto stand, wurden von einer Ernährungsfachkraft begleitet. Gestartet wurde mit einer kurzen Kennenlernrunde und einer Portion Ernährungsbildung. Danach gingen die Mehrgenerationenteams gemeinsam an die Töpfe. Am ersten Tag standen gefüllte Pfannkuchen auf dem Speiseplan. Beim gemeinsamen Schnippeln, Rühren und Probieren kamen alle miteinander ins Gespräch und zeigten sich gegenseitig Tipps und Tricks am Herd. Anschließend wurden die nach Re-

zept gekochten Speisen zusammen verköstigt. „Ich finde die Stimmung in der Gruppe toll und freue mich, dass das Kochen auch den Kindern so viel Freude macht“, sagte die 63-jährige LISA aus Köln, die erst vor kurzem in den Ruhestand gegangen ist. Und die 11-jährige LENE erzählt in der Abschlussrunde auf die Frage, was heute neu für sie war, dass sie von den Älteren gelernt habe, dass Tomatenschälen ganz einfach sei, wenn diese zuvor heiß gemacht würden.

Satt, zufrieden und mit einer Menge neuer Rezepte im Gepäck gingen die Kochaktionen für die Teilnehmenden nach vier erlebnisreichen Tagen zu Ende. Neben der Wissens- und Kompetenzvermittlung standen vor allem der Spaß und die Freude am Kochen sowie der soziale Austausch im Vordergrund.

Interessierte Ernährungsfachkräfte oder Organisationen, die generationsübergreifende Kochaktionen durchführen möchten, finden die zur Umsetzung notwendigen Informationen, Methoden und Materialien im Online-Leitfaden.

→ www.diekuechenpartie.de

Franziska Lehmann und Clara Handwerk
Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)

NRW rettet Gemüse und Obst

Aktionswoche gegen Lebensmittelverschwendung

Das Motto der diesjährige Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“ vom 29. September bis zum 6. Oktober 2021 stellt Gemüse und Obst in den Mittelpunkt der Reduzierung von Lebensmittelverschwendung. Einer der Ansatzpunkte ist das (Nach)Ernten mit der AKTION GELBES BAND (s. S. 3). Zusätzlich gibt es im Handel bzw. beim Einkaufen viele Möglichkeiten, wie das Angebot von Ware der Handelsklasse II, sogenannte „krumme Dinger“ oder rechtzeitige Preissenkungen.

Die VERBRAUCHERZENTRALE NRW beteiligt sich mit verschiedenen Aktionen:

Am 29.09.21 gibt es von 14-17 Uhr einen kostenlosen Workshop für die Lebenswelt Kita im Rahmen des Projekts „EU-Schulprogramm für Obst, Gemüse und Milch NRW – Begleitmaßnahmen zur Ernährungsbildung in Kitas und Schulen“:

→ www.kita-schulverpflegung.nrw/node/60787

Das Projekt „NEiS – Nachhaltige Ernährung im Studienalltag“ plant in der Woche ab dem 4. Oktober Aktionen an der UNIVERSITÄT BONN.

→ www.h-brs.de/de/nachhaltige-ernaehrung-im-studienalltag-neis



Aber auch außerhalb der Aktionswoche gibt es schon jetzt bundesweit zahlreiche Termine für Vorträge, Online-Seminare und Messeauftritte der VERBRAUCHERZENTRALEN zum Thema und natürlich jede Menge Informationen und Materialien. (AC)

→ www.verbraucherzentrale.de/node/59800

→ www.verbraucherzentrale.de/geniessen-statt-wegwerfen

→ www.zugutfuerdietonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel/aktionswoche-2021/

→ www.zugutfuerdietonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel/aktionswoche-2021/materialien/

Wie gut ist Biomilch als Quelle für Jod und Selen?

Unsere Böden sind sowohl arm an Jod als auch an Selen. Dies spiegelt sich in den Gehalten der meisten bei uns produzierten Lebensmittel wider. Aber weist Biomilch geringere Mengen beider Spurenelemente auf als konventionell produzierte Milch?

Jod

Das BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR) berichtet, dass in einzelnen Studien Biomilch nur etwa 60 bis 85 % der Jodmenge enthält, die in konventionell erzeugter Milch enthalten ist. Aktuell hat das BfR im Rahmen der MEAL-Studie die Jodversorgung in Deutschland ermittelt.

BfR-MEAL (Mahlzeiten für die Expositionsschätzung und Analytik von Lebensmitteln) (2015-2022) ist die erste Total-Diet-Studie in Deutschland. Während die hierfür verwendeten Lebensmittel dem aktuellen Marktangebot entstammen, kommen die Verzehrdaten aus der NVS II (2005-2007) und repräsentieren die Verzehrgewohnheiten von vor ca. 15 Jahren.

→ www.bfr-meal-studie.de

Das BfR kommt mittels Szenarienberechnungen zu folgenden Schlussfolgerungen in Bezug auf Milch und Milchprodukte: Der mediane Mittelwert UB (UB = *Upper Bound* = bei Proben, bei denen der Jodgehalt unter der Nachweisgrenze liegt, wird diese als Jodgehalt eingesetzt) bei konventionell produzierter Milch liegt bei 140 µg Jod je kg Milch, bei Biomilch bei 141 µg/kg, also kein wesentlicher Unterschied. Bei „Schnittkäse“ ist der Unterschied deutlicher: 140 µg/kg bei konventioneller und 128 µg/kg bei biologischer Erzeugung (Median UB). In beiden Produktionsweisen – konventionell und biologisch – leisten Milch und Milchprodukte einen gleich hohen Anteil an der Jodversorgung von Menschen. Mit 21 % ist dies der höchste Beitrag unter allen Lebensmittelgruppen (auf Basis der UB). Milch leistet dabei den höchsten Einzelbeitrag mit 8,9 % bei konventionell hergestellter und 9,3 % bei Biomilch.

Zu beachten, dass die Verwendung von jodiertem Speisesalz in die Berechnungen nicht mit eingeflossen ist. Zudem handelt es sich bei der MEAL-Studie um relativ kleine Stichproben. Bei Milch und Milchprodukten sind von insgesamt 23 Produkten nur sieben hinsichtlich der Produktionsweise unterschieden worden.

DACH-Referenzwerte pro Tag:

Empfehlung für Jod:

200 µg für Männer (ab 51 J: 180 µg), 150 µg für Frauen

Schätzwert für Selen:

70 µg für Männer, 60 µg für Frauen

Selen

Der Selengehalt unserer Lebensmittel ist insgesamt gering. Da Selen in Selen bindenden Aminosäuren bzw. Proteinen vorkommt, liefern die proteinreichen Lebensmittel und damit vor allem die tierischen relativ mehr Selen. In Deutschland tragen Fisch, Fleisch, Wurst und Eier daher am besten zur Selenversorgung der Bevölkerung bei. Unter den Milchprodukten ist Käse aufgrund seines hohen Proteinanteils mit bis zu 12 µg/100 g hervorzuheben. Milch selbst ist hingegen relativ selenarm und liegt bei etwa 1-2 µg/100 g. Zum Selengehalt in Biomilch konnten keine Daten ermittelt werden, die BfR-MEAL-Studie ist in dieser Hinsicht noch nicht ausgewertet. Einige Nutzpflanzen reichern Selen an und können daher ebenfalls in gewissem Umfang zur Versorgung beitragen: Kohl (z.B. Brokkoli, Weißkohl) und Zwiebelgemüse (z.B. Knoblauch, Zwiebeln) sowie Pilze, Spargel und Hülsenfrüchte wie Linsen. Paranüsse reichern sogar sehr stark Selen an, jedoch auch radioaktives Radium, weshalb sie nicht in größeren Mengen gegessen werden sollten.

Futtermittel

Auch für Tiere sind Jod und Selen essenziell. Da die Böden arm an beiden Nährstoffen sind, ist es entsprechend auch das Grundfutter (Grünland, Heu und Silage). Zur ausreichenden Versorgung, Gesunderhaltung und Leis-

tungsfähigkeit der Milchkühe ist in der EU die Anreicherung der Futtermittel mit Jod und Selen erlaubt. Dafür stehen angereichertes Kraftfutter, Mineralergänzungsfutter und Lecksteine zur Verfügung. In konzentrierter Form können Mineralstoffe als Applikationen in den Pansen oder als Injektionen verabreicht werden. Wie hoch die Anteile von Grundfutter, Kraftfutter und Ergänzungen sind, hängt zwar von der Betriebsweise ab – im konventionellen Bereich dominiert Kraftfutter, im Biobereich das Grundfutter – dennoch ist gerade die Ergänzung mit Mineralien eine individuelle Entscheidung des Landwirts, so das Ergebnis der Knack•Punkt-Recherchen.

Fazit

Eine pauschale Aussage über den Jod- und Selengehalt von Biomilch kann eigentlich nicht getroffen werden, weder für Selen noch für Jod. Es kommt in erster Linie auf die Herkunft und damit den Gehalt der Böden mit diesen Spurenelementen sowie auf die Zusammensetzung der Futtermittel an. Die Ergänzung mit Mineralien obliegt dem einzelnen Landwirt. Tendenziell scheinen in der konventionellen Milchkühhaltung eher Ergänzungen mit Jod und Selen vorgenommen zu werden als in Biobetrieben.

Insgesamt liegt nach den vorliegenden – unzureichenden – Daten die Versorgung in Deutschland sowohl mit Jod als auch mit Selen unterhalb des empfohlenen bzw. geschätzten Zufuhrwertes. Milch spielt für die Versorgung mit Selen keine wesentliche Rolle. Mit Blick auf Jod, so die BfR-MEAL-Studie, ist es unerheblich, ob Milch oder Biomilch getrunken wird. Eine neue für 2022 geplante Nationale Verzehrsstudie (*germ*-Studie; NVS III) wird Veränderungen unserer Ernährungsgewohnheiten ermitteln. Ein gestiegener Konsum von Biomilch zu Lasten von konventioneller Milch mag sich dann auch auf die Versorgung mit Jod und Selen auswirken und sollte ermittelt werden.

Ein Ratschlag im Hinblick auf Jod und Selen in der Milch könnte also lauten: „*Trinkt Milch entsprechend den aktuellen Ernährungsempfehlungen – es darf auch Biomilch sein – und wechselt hin und wieder die Marke und damit die Herkunft.*“ (mf)

Quellen: S. 19

Hafer, Soja oder Mandel?

Milchersatzprodukte unter der Lupe

Hafer, Mandeln, Soja, Lupine, Erbsen, Reis oder Kokos – das Angebot an pflanzlichen Milchersatzprodukten ist groß und unübersichtlich. Immer öfter wird Kuhmilch teilweise oder vollständig durch sie ersetzt. Hinter der Kaufentscheidung für Milchersatzprodukte stehen häufig Umweltmotive und ethische Gründe. Generell werden vegetarische oder vegane Ersatzprodukte meist aus Neugier, aus Tierschutzgründen oder wegen des alternativen Geschmacks eingekauft. Auch Gründe wie Klimaschutz, die Umwelt und die Gesundheit spielen vielfach eine Rolle. Aber wie gut sind diese Alternativen – mit Blick auf die ernährungsphysiologische Qualität, die Werbung und die Nachhaltigkeit?



Foto: Verbraucherzentrale NRW

Pflanzliche Milchalternativen liegen im Trend und sind dennoch ein Nischenprodukt: In 2020 standen laut BMEL 4,2 Millionen Tonnen Konsummilch zur Verfügung. Der Pro-Kopf-Verbrauch lag bei knapp 50 Litern [1]. Die Milchalternativen brachten es 2019 auf etwa 4 % des Volumens des Milchmarktes [2], Mitte 2020 waren es etwa 5 % – das entspricht dem Anteil an Weidemilch [3].

Die beliebtesten pflanzlichen Drinks sind laut STATISTISCHES BUNDESAMT (STATISTA) inzwischen aus Hafer-, Soja- und Mandeln [4].

Der Großteil der in Deutschland verzehrten Milchersatzdrinks wird importiert. Das hat laut STATISTA in den vergangenen Jahren zu einer Verdoppelung der Importe von Hafer-, Soja- und anderen Pflanzendrinks geführt. 2020 ist der Import besonders stark angestiegen, es wurden 206 Millionen Liter Pflanzendrinks im Wert von rund 134 Millionen Euro nach Deutschland eingeführt. Das waren 46 % mehr als in 2019. Erstmals erfasst wurden die Daten 2018; seitdem sind die Importe um 130 %

gestiegen [4]. Hauptlieferanten von Pflanzendrinks waren 2020 Belgien (38 %), Schweden (24 %) und Italien (knapp 18 %). Beeindruckend ist die Steigerung der Importe aus Schweden (Haferdrinks) von 3,3 Tonnen 2018 auf 49,68 Tonnen in 2020 [5].

Aber es wurden auch Pflanzendrinks exportiert: 2020 waren es 108 Millionen Liter, plus 83 % im Vergleich mit 2017 [4].

Das Produktangebot

Im März 2021 erfasste die VERBRAUCHERZENTRALE NRW 71 Milchersatzprodukte in verschiedenen Lebensmittelgeschäften in NRW. Die Pflanzendrinks wurden über Discounter, Supermärkte, Drogeriemärkte und Bio-Supermärkte bezogen. Im Marktcheck wurden 21 Haferdrinks (davon 81 % Bio), 19 Sojadrinks (79 % Bio), 14 Mandeldrinks (64 % Bio), 12 Reisdrinks (92 % Bio) und fünf Kokosdrinks (40 % Bio) gefunden. Insgesamt waren 16 Produkte konventionell und 55 Produkte biologisch hergestellt. Bioprodukte dominierten also das Segment der pflanzlichen Milchalternativen – außer bei den Kokosnussdrinks. Einige Produkte kombinierten pflanzliche Grundstoffe, z.B. Hafer mit Soja, oder Reis mit Kokos. Insgesamt acht der Drinks wurden als Barista-Produkte angeboten, die meisten davon enthielten neben Hafer auch Soja.

Höhere Preise und schwankende Rohstoffanteile

Die Preise für Milchersatzprodukte variieren stark und lagen zum Zeitpunkt der Erhebung zwischen 0,95 € und 2,99 € pro Liter. Im Durchschnitt waren Pflanzendrinks teurer als Kuh-

milch – wozu auch die unterschiedliche Besteuerung der Produkte beiträgt: Der Mehrwertsteuersatz beträgt derzeit grundsätzlich 19 %. Davon ausgenommen sind jedoch Lebensmittel, insbesondere z.B. Grundnahrungsmittel wie Obst und Gemüse, Milch und Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Eier, Getreideerzeugnisse und Backwaren. Sie werden mit nur 7 % versteuert. Getränke jedoch, egal ob alkoholfrei oder alkoholhaltig, sind von der Ermäßigung ausgenommen und werden mit 19 % Mehrwertsteuer belegt. Das gilt für den Gemüsesaft genauso wie für Limonade, Mineralwasser (nicht Leitungswasser), Milchmischgetränke (mit weniger als 75 % Milch-Gehalt) oder eben Pflanzendrinks.

Der Rohstoffanteil schwankte sowohl innerhalb einer Produktgruppe als auch zwischen den verschiedenen Produktgruppen. So lag der Soja-Anteil zwischen 5,6 und 13 % bei Sojadrinks, bei Haferdrinks betrug der Haferanteil 8,7-16 %. Mandeldrinks enthielten 2-7 % Mandeln. Lediglich bei den Hafer-Barista-Produkten lag der Haferanteil konstant bei 10 %.

Nicht nur für Kaffee-Liebhaber: Barista Pflanzendrinks

Acht Pflanzendrinks (7 mit Hafer, 1 aus Soja) waren als „Barista“-Produkt mit Hinweis auf ihre besondere Eignung zum Aufschäumen ausgelobt. Laut STIFTUNG WARENTEST [6] sind für das Aufschäumen der Fett- und Proteingehalt entscheidend.

Tatsächlich enthielten die Barista-Varianten der Haferdrinks mehr Fett und Eiweiß als Varianten, die nicht mit dem Begriff „Barista“ vermarktet werden. Daher waren sie mit durchschnittlich 56 kcal/100 g

Drink – nicht Milch

Der Begriff „Milch“ – den viele Menschen gerne z.B. in „Soja-Milch“ verwenden – ist ebenso wie Joghurt, Sahne, Butter und Käse gesetzlich geschützt (VO (EU) 1308/2013, Käse-Verordnung) und darf nur für Produkte verwendet werden, die aus dem Gemelk von Säugetieren wie Kuh, Büffel, Schaf oder Ziege gewonnen wurden. Daher wird für die pflanzlichen Alternativen der Begriff „Drink“ verwendet. (Zu Ausnahmen wie Kokosmilch siehe **Knack•Punkt** 4/2017, S. 17).

kalorienreicher. Bei den fünf Barista-Haferdrinks mit Soja erhöhte sich der Proteingehalt durch die Sojazugabe von durchschnittlich 0,7 % auf 1,3 %. Der Fettgehalt der Barista-Haferdrinks war mit durchschnittlich 2,3 % etwas höher als der anderer Haferdrinks und auch höher als der von fettarmer Milch, lag aber unter dem Fettgehalt von Vollmilch. Der höhere Fettgehalt kam durch den zusätzlichen Einsatz pflanzlicher Öle zustande (hier Raps- oder Sonnenblumenöl). Ein Blick auf die Nährwertabelle lohnt sich.

Auffällig im Check: Barista-Pflanzendrinks waren in der Regel teurer als Pflanzendrinks ohne Barista-Auslobung. Der Begriff „Barista“ ist allerdings weder definiert noch geschützt.

Reichlich blumige Sprache

Auf den Vorderseiten der in der Stichprobe untersuchten Milchersatzprodukte fanden sich häufig Phantasiebezeichnungen, die mit eher nichts sagenden Aussagen wie „erfrischen der Geschmack“, „verführerisch tropisch“, „leichter Genuss“, „lecker

Blumige Versprechen gab es auch rund um die Nachhaltigkeit. Statt konkreter Informationen fanden sich wohlklingende, aber nichtssagende Phrasen wie „Gut für dich. Gut für den Planeten“ oder „Wir glauben an Nahrungsmittel, die aus der Natur kommen“.

Weniger Kennzeichnungselemente wären mehr

Es gibt relevante Kennzeichnungselemente wie die offizielle Bezeichnung, das Zutatenverzeichnis und die Nährwertangaben. Diese befanden sich in der Regel auf der Rückseite oder seitlich auf der Verpackung. Dagegen eher prominent wurde auf der Verpackung mit einer bunten Mischung aus Werbeaussagen, Siegeln, Bildern, „frei von“-Kennzeichnungen, Farben und Formen sowie „Storytelling“-Werbeaussagen geworben (Foto S. 13). Viele der Verpackungen der überprüften Milchersatzprodukte waren dadurch unübersichtlich und überladen gestaltet. Darüber hinaus überfüllten einige Hersteller Verpackungsflächen mit Übersetzungen in mehreren Sprachen oder nutzten Verweise und Legenden, die nicht in unmittelbarer Nähe aufgelöst wurden. Verbraucher:innen müssen in diesen Fällen erst nach den Legenden suchen, die teilweise durch eine fehlende optische Abgrenzung zwischen weiteren Informationen und Kennzeichnungselementen schwer wahrnehmbar und durch die Nutzung verschiedener Symbole uneinheitlich waren. Hier besteht durchaus Verbesserungspotenzial.

Was heißt „Natur“?

Etwa ein Fünftel der Milchalternativen wurden mit Begriffen wie „Natur“, „Naturell“, oder „Natural“ beworben. Im Zusammenhang mit den Pflanzendrinks sind diese Begriffe lebensmittelrechtlich nicht geschützt (siehe auch **Knack•Punkt** 2/2017, S. 10ff). In der betrachteten Stichprobe wurden sie teilweise sogar innerhalb einer Marke inkonsistent verwendet. Lebensmittelunternehmen legten diese Begriffe unterschiedlich aus, eine klare Aussage zur Bedeutung ließ sich nicht ableiten, z.B. ob diese Produkte besonders zusammengesetzt sind oder bestimmte Zutaten (nicht) enthalten. Durch die Verwendung dieser Begriffe könnten falsche Erwartungen an das Produkt geweckt werden – zum

Beispiel hinsichtlich der Nutzung besonders natürlicher Zutaten oder des Verzichts auf Zusatzstoffe oder Zucker. 20 % der erfassten Milchersatzprodukte enthielten Aromen. Eingesetzt



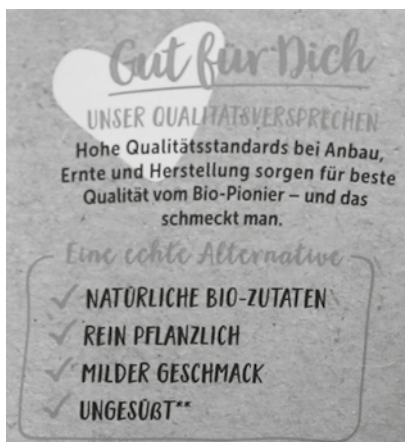
wurde überwiegend „natürliches Aroma“, nur in sehr wenigen Fällen wurde die namengebende Quelle benannt (z.B. „natürliches Kokosnussaroma“). 38 % der erfassten Produkte enthielten Zusatzstoffe wie Stabilisatoren, Säureregulatoren und Emulgatoren.

Nährstoffbilanzen

Im Rahmen der Marktstichprobe wurden die Nährwerte der 71 Pflanzendrinks miteinander und mit denen von Kuhmilch verglichen. Energiegehalt und Zusammensetzung der Makronährstoffe (Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate) unterschieden sich je nach Hauptzutat der Pflanzendrinks erheblich. Einige Pflanzendrinks waren mit Calcium angereichert – wichtig für Personen, die Kuhmilch ganz oder teilweise durch Pflanzendrinks ersetzen.

Bei der Auswahl des geeigneten Pflanzendrinks spielen die sonstigen Ernährungsgewohnheiten eine wichtige Rolle. So kann es zum Beispiel für Menschen, die sich überwiegend oder ausschließlich vegan ernähren, sinnvoll sein, einen Drink mit einem höheren Proteingehalt (z.B. Soja) zu wählen. Ein Blick auf die Nährwerte lohnt sich – auch im Hinblick auf die sehr unterschiedlichen Energiegehalte. Der Energiegehalt der 71 Produkte lag zwischen 12 und 81 kcal/100 g. Mehr als zwei Drittel der Produkte enthielten weniger als 48 kcal/100g und damit weniger als fettarme Milch. Der überwiegende Anteil der Pflanzendrinks wies weniger als 0,5 % gesättigte Fettsäuren auf.

Der Mikronährstoffgehalt ist bei Pflanzendrinks aufgrund der Rohstoffbasis kaum mit den Gehalten von Kuhmilch vergleichbar. Milch und Milch-



lieblich“ oder „ideal zum Kaffee“ warben. Hilfreicher sind dann schon „rein pflanzlich“ bzw. „schäumt super auf“. Positiv: Trotz blumiger Worte war überwiegend auf den ersten Blick erkennbar, um welche Produktart und Rohstoffbasis (Soja, Hafer, Mandel, Reis oder Kokosnuss) es sich handelte.



Fotos: Verbraucherzentrale NRW

Mandel- und Kokosnussdrinks: ungesüßt 21 bzw. 13 kcal/100 g, kaum Eiweiß, ca. 1,6 % (Mandel) bzw. 0,9 % Fett (Durchschnittswerte).

Sojadrinks: durchschnittlich ca. 38 kcal/100 g, Eiweißgehalt wie bei Kuhmilch, kaum Kohlenhydrate, allerdings waren rund die Hälfte der Produkte zusätzlich gesüßt

Reine **Hafer- und Reisdinks** enthielten durchschnittlich 46 und 50 kcal/100g, mehr Kohlenhydrate als die anderen Drinks oder Kuhmilch, kaum Eiweiß. Die Barista-Varianten der Haferdrinks waren eiweiß- und fettreicher als die übrigen Haferdrinks.

produkte spielen eine wichtige Rolle für die Deckung des Calciumbedarfs, tragen aber auch zur Versorgung mit anderen Nährstoffen wie Vitamin B₂, B₁₂, A und D oder Jod bei. Die in der Stichprobe überprüften Pflanzendrinks waren teilweise mit verschiedenen Vitaminen und Mineralstoffen angereichert, der Großteil der Produkte enthielt jedoch keine zugesetzten Nährstoffe. Häufigste Anreicherung war die mit Calcium, 38 % der Milchalternativen wurden mit je 120 mg Calcium pro 100 Gramm angereichert, was dem natürlichen Gehalt von Kuhmilch entspricht. Auch wer nur gelegentlich zu Pflanzendrinks greift, profitiert von der Anreicherung. Je häufiger jedoch Kuhmilch in der täglichen Ernährung durch Pflanzendrinks ersetzt wird, desto wichtiger ist die Calcium-Anreicherung.

Werbung mit Gesundheit

Die Hersteller warben mit vielfältigen nährwertbezogenen Werbeaussagen. Besonders herausgestellt wurden der Eiweißgehalt und die enthaltenen Mikronährstoffe wie Calcium (24 %), Vitamin B₁₂ sowie Vitamin D (jeweils 14 %). Aber längst nicht alle Anbieter erwähnten zugesetzte Nährstoffe als Werbebotschaften auf der Verpackung – manchmal bot ein Produkt mehr, als auf den ersten Blick ersichtlich war.



Insgesamt dominierten „frei von“-Aussagen wie „(von Natur aus) laktosefrei“ (86 %), „(von Natur aus) glutenfrei“ (42 %), „(von Natur aus) fettarm“ (25 %) und „(von Natur aus) (Kuh)milcheiweißfrei“ (22,54 %). Aber es gab ebenso „dezent“ Produkte, die alles das auch boten.

Weniger Zucker ist angesagt – darauf reagieren auch die Hersteller: Von den 71 untersuchten Pflanzendrinks wurden 37 (52 %) mit Formulierungen wie „ohne Zuckerzusatz“, „ungesüßt“, „völlig ungesüßt“ oder „0 % Zucker“ direkt auf der Schauseite beworben (Foto unten links). Weitere zehn Produkte trugen diesen Hinweis etwas versteckter auf der Verpackung – entweder seitlich oder auf der Rückseite. Ohne Rückkopplung mit der Nährwerttabelle können diese Werbebotschaften zu der Fehlannahme verleiten, die Produkte seien insgesamt zuckerarm und damit eher zu empfehlen. Tatsächlich schwankte der Zuckergehalt zwischen 0 und 7,1 %. Milchersatzprodukte auf Reis- und Haferbasis enthielten mehr Zucker als Soja- oder Mandelmilchersatzprodukte.

Durch die höheren Kohlenhydratmengen in Hafer- und Reisdinks entsteht ein leicht süßlicher Geschmack, der einen Zuckerzusatz überflüssig macht. Keiner der untersuchten Hafer- oder Reisdinks war zusätzlich gesüßt. Dennoch enthielten Haferdrinks mit durchschnittlich 4,1 % und Reisdinks mit 4,9 % mehr Zucker als z.B. gesüßte Mandeldrinks (2,9 % Zucker) oder gesüßte Sojadrinks (2,7 %). Aussagen wie „ohne Zuckerzusatz“ bedeuten also nicht automatisch einen geringen Zuckergehalt.

Pflanzendrinks mit der Angabe „ohne Zucker“ sollen laut Anhang der VO (EG) 1924/2006 ggf. zusätzlich auf „enthält von Natur aus Zucker“ hinweisen – das war nicht immer der Fall.

Die CO₂-Bilanz

Laut BMEL-Ernährungsreport 2021 [7] ist Umwelt- bzw. Klimaschutz mit 54 % neben dem Tierschutz (59 %) einer der wichtigsten Gründe für den Kauf von Pflanzendrinks. Diese Milchersatzprodukte verursachen pro Liter etwa 25-50 % der Treibhausgasemissionen von Kuhmilch. Selbst Pflanzendrinks auf Basis von Kokosnüssen, die nur in tropischen Regionen wachsen, schneiden hinsichtlich der



Fotos: Verbraucherzentrale NRW

CO₂-Bilanz besser ab als Kuhmilch [8, 9]. Doch dieses Thema fand auf den Verpackungen der Pflanzendrinks quasi nicht statt: Angaben zur CO₂-Bilanz im Vergleich zur Milch wurden weder bei Reis-, Soja- noch bei Mandel- oder Kokosdrinks gemacht. Nur auf zwei der insgesamt 71 Pflanzendrinks fanden sich Angaben zum CO₂-Fußabdruck, aber ohne Bezug zu dem von Kuhmilch, so dass für Verbraucher:innen ein Vergleich kaum möglich ist.

Besonders ärgerlich: Auf mehreren Produktverpackungen wurde mit einem reduzierten CO₂-Fußabdruck geworben, der sich lediglich auf die Verpackung und nicht auf den Pflanzendrink selber bezieht. Das könnte bei eiligen Einkaufenden einen falschen Eindruck erwecken. Zur Bedeutung der Verpackung siehe auch S. 14.

Herkunft der Zutaten

Ein wichtiger Aspekt zur Einschätzung der Nachhaltigkeit wäre die Herkunft der Zutaten. Doch die wurde auf den Verpackungen längst nicht immer angegeben. Für die Ökobilanz spielt die Herkunft der Rohware zwar keine entscheidende Rolle, doch können Verbraucher:innen mit Produkten, die in Deutschland erzeugt wurden, die Wirtschaft vor Ort unterstützen [6].

Seit 1. April 2020 besteht die Verpflichtung zur Kennzeichnung der Herkunft von einer oder mehreren Primärzutat(en), wenn für ein Lebensmittel das Ursprungsland oder der Herkunftsort angegeben ist und die primäre Zutat nicht aus diesem Land bzw. von diesem Ort stammt. Eine primäre Zutat ist jede Zutat, die über 50 % des Lebensmittels ausmacht oder die die Verbraucher:innen üblicherweise mit der Bezeichnung des Lebensmittels assoziieren und für die in den meisten Fällen eine mengenmäßige QUID-Angabe nach Art. 22 Abs. 1 LMIV vorgeschrieben ist. (Durchführungsverordnung (EU) 2018/775 zu Art. 26 Abs. 3 LMIV)

Jeweils zwei Drittel der Soja- und Mandeldrinks warteten mit Angaben zur Herkunft auf. Bei 87 % der Bio-Sojadrinks wurde die Herkunft (Europa) genannt, bei den vier konventionellen Sojadrinks im Marktcheck fehlte sie. Bei ihnen wurde lediglich darauf hingewiesen, dass für den Anbau der Sojabohnen kein Regenwald zerstört wurde.

Bei vier Sojadrinks wurde auf eine Produktion in Deutschland hingewiesen. Laut Vorschrift (s. Kasten S. 12) muss(ten) dann auch die Sojabohnen in Deutschland angebaut worden sein oder zumindest gleichzeitig klargestellt werden, woher das Soja denn dann stammt. Daher sollten Verbraucher:innen nicht nur auf Angaben wie „herstellt in Deutschland“ achten, sondern bei Vorhandensein einer solchen Herkunftsangabe auf der Packung prüfen, woher die Sojabohnen stammen. Tatsächlich sind die Hauptanbauggebiete von Soja in Europa Italien, Serbien, Frankreich, Rumänien, Kroatien, Österreich und Ungarn [10]. Es gibt aber auch Sojaanbau in Deutschland, sogar in NRW.



Foto: Doris Gräfe

Wer beim Kauf auf Nachhaltigkeit achten möchte, wählt Bio-Sojadrinks aus europäischem Soja. Man soll-

te sich aber nicht alleine an Angaben wie „hergestellt/produziert in Deutschland“ orientieren, sondern genau schauen, woher die Sojabohnen stammen. Denn „hergestellt in Deutschland“ kann im Zweifel einfach nur bedeuten, dass der Pflanzendrink in Deutschland abgefüllt, verpackt und/oder aus importiertem Soja hergestellt wurde.

Auch andere nicht eindeutig definierte Herkunftshinweise wie „Regionalität“ oder „kurze Lieferwege“ wurden bemüht – doch stellt sich die Frage, ob Verbraucher:innen diese Einschätzung teilen, wenn sie feststellen, dass das Soja statt aus NRW aus Europa bzw. Italien kommt.

Sofern angegeben, stammten auch Mandeln überwiegend aus Europa (57 %). Bei 62 % der Haferdrinks wurde über die Herkunft des Hafers informiert (immer Europa), bei acht der 21 untersuchten Haferdrinks (38 %) kam er aus Deutschland.

Die Reisdrinks stammten überwiegend aus ökologischer Erzeugung. Für die möglichst nachhaltige Wahl sollte man auf die europäische Herkunft des Reises achten – diese war allerdings nur bei einem Viertel der Reisdrinks angegeben. Reis aus Europa wird in der Regel im Trockenanbau-Verfahren erzeugt und ist dadurch deutlich klimafreundlicher als asiatischer Reis.

Bei keinem der Kokosdrinks wurde die Herkunft der Kokosnüsse genannt, doch wachsen diese nur in tropischen Regionen. Wer Wert auf regionale Herkunft und kürzere Transportwege legt, sollte sich nach anderen Pflanzendrinks umschauen.



Foto: Verbraucherzentrale NRW

Wasser – ein knappes Gut

Mandeldrinks haben den Nachteil, dass für den Anbau der Mandeln sehr viel Wasser verbraucht wird, bis zu 17mal mehr als für Kuhmilch [11]. Das ist ein ökologisches Problem, denn Mandeln wachsen in warmen Regionen, wo das Wasser knapp ist, wie in Kalifornien und der Mittelmeerregion.

**mandeln ohne jetlag,
das ist bio-logisch!**

100 % Mandeln aus Europa, 90 % Regenbewässerung.

Auszug aus einer Werbeanzeige in der Fachzeitschrift „BioHandel“ (Mai 2021)

Unsere Nachhaltigkeits-Checkliste

Pflanzendrinks sind eine klimaschonendere und tierfreundliche Alternative zu Milch. Ihr CO₂-Fußabdruck ist je nach Art des Pflanzendrinks nur ein Viertel bis halb so groß wie der von Kuhmilch.

Wer auf Nachhaltigkeit achten möchte, wählt Pflanzendrinks, bei denen die namensgebenden Zutaten aus Europa stammen. Bei den (Bio-)Haferdrinks im Check stammte der Rohstoff sogar häufig aus Deutschland. Bei Soja- und Mandeldrinks muss man hingegen das Verständnis von „regional“ auf Europa ausdehnen.

Achtung: „Herstellt in Deutschland“ muss nicht bedeuten, dass auch die Rohstoffe aus Deutschland stammen! Es empfiehlt sich, die Informationen auf der Packung genau zu lesen, woher der verarbeitete Hafer, die Sojabohnen, Mandeln und Co. stammen. Bei Mandeldrinks gilt es zu beachten, dass die Wasserbilanz schlechter als bei „tierischer Milch“ sein kann. Auch bei Angaben zur CO₂-Bilanz ist Aufmerksamkeit gefragt: Beziehen sie sich auf den Pflanzendrink oder nur auf die Verpackung?

Hier kommt es also sehr auf die Art der Bewirtschaftung an – Auskünfte dazu sind selten und eher an den Handel gerichtet (s. Abb. oben).

Und was jetzt einkaufen? Die Nachhaltigkeits-Checkliste (Kasten links) hilft bei der richtigen Wahl. (AC)

Quellen: S. 19

→ www.verbraucherzentrale.nrw/pflanzendrinks

→ www.verbraucherzentrale.nrw/sites/default/files/2021-07/Milchersatzprodukte_Pflanzendrinks_Marktstichprobe_032021_VZNRW.pdf

Jahresbericht 2020: Zahlen, Daten und Fakten zur Arbeit des vzbv und seiner Projekte

Der VERBRAUCHERZENTRALE BUNDESVERBAND E.V. (vzbv) hat seinen Jahresbericht 2020 vorgelegt. In einem Sonderkapitel wird die Corona-Krise und deren Auswirkungen auf die Verbraucherschaft beleuchtet. Darüber hinaus liefert der Bericht Zahlen, Daten und Fakten zur Arbeit des vzbv und seiner Projekte und zeigt, welche Themen im Verbraucherschutz zurzeit und künftig auf der Agenda stehen. Die besonderen Highlights im Bereich Lebensmittel finden sich ab S. 39. Das sind die wichtigsten Erfolge:

- Der Nutri-Score wird offiziell von der Bundesregierung empfohlen und ist auf immer mehr Produkten zu finden.
 - In der *Zukunftskommission Landwirtschaft* setzt sich der vzbv für mehr Nachhaltigkeit in der Lebensmittelproduktion ein
 - Mit der angekündigten Chemikalienstrategie will die EU-KOMMISSION Schadstoffe aus Lebensmittelverpackungen und Geschirr verbannen
- www.vzbv.de/sites/default/files/2021-06/2020_vzbv_Jahresbericht_bf.pdf

Welche Milchverpackung ist am nachhaltigsten?

DAS FRAUNHOFER-INSTITUT FÜR UMWELT-, SICHERHEITS- UND ENERGIETECHNIK hat im Auftrag der UPLÄNDER BAUERNMOLKEREI eine Ökobilanzstudie zur nachhaltigsten Verpackungslösung für Frischmilch durchgeführt. Für die Studie berücksichtigten die Forschenden die Produktion, den Transport und die Entsorgung der unterschiedlichen Verpackungsmöglichkeiten, nämlich Getränkeverbundkartons, Kunststoff-Standbeutel oder Mehrweg-Glasflaschen. Demnach sind Mehrweg-Glasflaschen die nachhaltigste Verpackung, wenn die Transportwege kurz sind oder der Umlauf größer als 20 ist. Kunststoffverpackungen haben zwar den geringsten CO₂-Fußabdruck, vor allem durch die hohen Gutschriften für die energetische Verwertung, sprich durch die Vermeidung von fossilen Brennstoffen als Energieträger. Langfristig gesehen ist zu erwarten, dass diese Gutschriften kleiner werden, da auch der Energiesektor nachhaltiger wird. Die untersuchten Kunststoff-Standbeutel haben einen geringen Kreideanteil, wodurch diese in einer Sortieranlage vor dem Recycling aussortiert und energetisch verwertet werden. Um den CO₂-Fußabdruck von Milchverpackungen weiter zu verringern, könnte der Kunststoffverschluss von Verbundkartons durch einen Knick-Verschluss ersetzt werden, was das Recycling vereinfachen würde. Somit kann

sowohl der Einsatz von Glasflaschen als auch von Getränkeverbundkartons sinnvoll sein. Wer den Deckel vom Verbundkarton trennt, beides im gelben Sack entsorgt und Mehrwegflaschen zurückgibt, leistet einen weiteren Beitrag zur Nachhaltigkeit.

Quelle: Karton, Kunststoff oder Glas: Welche Milchverpackung ist am nachhaltigsten? PM Umsicht vom 02.06.21, <https://idw-online.de/de/news770005>

Initiative Tierwohl: Haltungsformkennzeichnung für Milchprodukte ab 2022

Ab 2022 kann der Lebensmitteleinzelhandel (LEH) auch Milch und Milchprodukte wie bisher schon Frischfleisch mit dem vierstufigen Haltungsformkennzeichen (Stallhaltung, Stallhaltung plus, Außenklima, Premium) kennzeichnen. Darauf haben sich die in der INITIATIVE TIERWOHL (ITW) organisierten Unternehmen des LEH verständigt, so die Gesellschaft zur Förderung des Tierwohls in der Nutztierhaltung, berichtete TOPAGRAR.

Quelle: Hufelschulte J: Haltungsformkennzeichnung für Milchprodukte ab 2022 möglich. Topagrar vom 02.07.2021, www.topagrar.com/rind/news/haltungsformkennzeichnung-fuer-milchprodukte-12616118.html

→ www.haltungsform.de/kriterien-und-mindestanforderungen/

Vegetarische Ernährungspyramide

Die vegetarische Variante der Ernährungspyramide des BUNDESZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG (BZfE) hilft jetzt auch bei der fleischlosen Ernährung, den Überblick zu behalten. Im Vergleich zur bekannten BZfE-pyramide enthält die vegetarische statt des Bausteins für Fleisch, Fisch, Wurst und Ei einen Baustein für Eier und proteinreiche, pflanzliche Lebensmittel wie Hülsenfrüchte und daraus hergestellte Produkte. Im dazugehörigen digitalen Begleitheft (je eines für Beratungskräfte und Verbraucher:innen) gibt es weitergehende Informationen. Alle Materialien können kostenlos im Internet heruntergeladen werden. Für vegan essende Personen gibt es die *Gießener Vegane Lebensmittelpyramide*, die 2018 am INSTITUT FÜR ALTERNATIVE UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG (IFANE) entwickelt wurde.

→ www.ble-medienservice.de/0122/vegetarisch-essen-und-trinken-mit-der-ernaehrungspyramide-informationen-fuer-verbraucherinnen

→ www.ble-medienservice.de/0123/vegetarisch-essen-trinken-mit-der-ernaehrungspyramide-informationen-fuer-ernaehrungsfachkraefte

→ www.ugb.de/ugb-medien/einzelhefte/klimawandel-clever-handeln/die-giessener-vegane-lebensmittelpyramide/

(AC)

Ernährung der Zukunft: Was erwartet uns? Was können wir selbst gestalten?

Food Trends und Szenarien für 2035

Nachhaltigkeit entlang der gesamten Wertschöpfungskette ist auch im Ernährungssektor das Thema und entsprechend Basis für das EU-Projekt FOX im Rahmen von Horizon 2020, dem EU-Rahmenprogramm für Forschung und Innovation. FOX beschäftigt sich u.a. mit der Frage, wie sich der Lebensmittelsektor im Streben nach Nachhaltigkeit bis zum Jahr 2035 entwickeln und die Lebensmittelindustrie der Zukunft aussehen könnte.

Die eigentliche Aufgabe von FOX ist die Entwicklung von innovativen, mobilen Lebensmitteltechnologien für kleine und mittlere Unternehmen auf lokaler Ebene für eine schonende Verarbeitung und hohen Nährwert: Food processing in a box – FOX

Zunächst wurden 100 Food Trends identifiziert, die Einfluss auf den Lebensmittelsektor nehmen könnten. Daraus wurden die 50 prägendsten Trends und aus diesen wiederum 15 Trends als die relevantesten ausgewählt. Die 15 Trends erstaunen weitgehend nicht, sind sie doch tatsächlich jetzt schon mindestens in Anfängen Realität. Wir skizzieren sie in Stichworten (s. Kasten rechts).

So könnte die Zukunft aussehen

In einem weiteren Schritt wurden drei Zukunftsszenarien für den europäischen Lebensmittelsektor im Jahr 2035 entwickelt. Die drei Szenarien – es handelt sich nicht um Vorhersagen, denn das ist unmöglich – zeigen alternative Zukünfte und mögliche Entwicklungen, wenn einer der drei Akteure Politik, Gesellschaft oder Lebensmittelhandel jeweils die treibende Kraft eines Wandels zu mehr Nachhaltigkeit ist. Wir geben sie an dieser Stelle gekürzt wieder.

Szenario „Politik sichert Nachhaltigkeit“

Politik und Staat haben die entscheidende Bedeutung einer nachhaltigen Landwirtschaft für die Ernährungssicherheit erkannt und nehmen die landwirtschaftliche Produktion selbst in die Hand. Die Bürger:innen vertrauen ihrer Regierung. Auf Basis von Käuferanalysen werden Anreize für einen gesunden Lebensstil der Bürger:innen geschaffen. Nachhaltige Produktion

oder Fairer Handel sind für sie wichtig, Preis und Qualität aber entscheidend.

Szenario „Die Gesellschaft als Treiber für mehr Nachhaltigkeit“

Die Bürger:innen werden selbst aktiv, bauen selbst Lebensmittel an oder kaufen regionale Lebensmittel lokal

1. Lokale Lebensmittel-Kreisläufe
Direktverkauf, Abo-Kisten oder Online-Verkauf durch die Landwirt:innen vor Ort
2. Alternative Proteine
Alternative Proteinquellen (pflanzenbasierte Ersatzprodukte, Insekten, Laborfleisch) in Ergänzung zum Fleisch
3. Nachhaltige Lebensmittel für alle
Entlang der gesamten Wertschöpfungskette und weltweit
4. Teilen anstelle von Besitzen
Teilen von Land, Produktionsmitteln, Ernten, Küchen, Lieferservices u.a. unter Beteiligung der Konsument:innen
5. Präzisionslandwirtschaft
Optimierung der Urproduktion, automatisch analysiert und gesteuert durch künstliche Intelligenz
6. Lebensmittelverluste und – abfälle
Optimierung von Produktion und Logistik; flexible Preise im Einzelhandel abhängig von der Haltbarkeit der Lebensmittel
7. Vooking – vegan – glutenfrei
Mehr vegetarische und vegane Lebensmittel inkl. Anpassung von Küchenausstattungen, z.B. Klimaschrank zur Kräuterzucht (vooking); neue Technologien zur Herstellung glutenfreier Produkte
8. Neue Wege der Lebensmittelproduktion
Urbane Landwirtschaft, Vertikale Landwirtschaft, Aquaponik u.a.
9. Klimawandel und Naturkatastrophen
Anpassung der Landwirtschaft an klimabedingte Veränderungen; Verringerung von landwirtschaftlich verursachten Klimaschäden
10. Block Chain
Transparenz innerhalb von Lieferketten für alle Akteure; erhöhte Lebensmittelsicherheit und Rückverfolgbarkeit
11. Zunehmende Macht des Lebensmittelhandels
Macht der großen Lebensmittelhändler auf Kosten von Hersteller:innen und Verbraucher:innen; neue Partnerschaften durch Online-Handel und Start-Ups
12. Lebensmittelkennzeichnung korrekt und transparent
Höhere Rückverfolgbarkeit und Transparenz durch Digitalisierung; höherer Druck für Unternehmen, den Verbraucherwünschen entsprechend zu produzieren
13. Verändertes/neues Ernährungsverhalten
Streben nach Gesundheit, Nachhaltigkeit und langem Leben; Wachstum im Markt für personalisierte Ernährung
14. Nachhaltige Produktion und Wertschöpfungskette
Kreislaufwirtschaft zum Einsparen von Ressourcen; einerseits Luxus als Sozialstatus, andererseits Reparieren und Wiederverwerten als Trend
15. Künstliche Intelligenz und maschinelles Lernen
KI in allen Bereichen der Lebensmittelproduktion und -distribution; Chancen für Qualität und Frische, Verminderung von Lebensmittelverlusten

und online ein. Konventionelle Supermärkte gibt es nicht mehr. Lokale Regierungen gewinnen, nationale Regierungen verlieren an Einfluss. Wirtschaftswachstum gerät in den Hintergrund.

Szenario „Ein CO₂-Preis und Einzelhändler dominieren Handel und Konsum“

Ein wettbewerbsorientiertes Umfeld ist von unbegrenztem Wachstum und einem dynamischen technologischen Fortschritt gekennzeichnet. Die Marktmacht liegt bei Einzelhandel und Vertrieb. Online-Handel überwiegt. Da der Fokus auf niedrigen Lebensmit-

telpreisen liegt, leiden Qualität und Sicherheit. Nachhaltigkeit ist wichtig, jedoch vor allem, um mit nachhaltigen Produkten Umsatz zu erzielen. Ein CO₂-Preis findet Berücksichtigung. Teure und knappe Rohstoffe führen zu Kreislaufwirtschaft.

Wir entscheiden

Die Trends und Szenarien verdeutlichen, wie viele Optionen auf dem Weg zu einer nachhaltigen Lebensmittelproduktion möglich sind. Entscheider:innen sind die Akteure in Politik, Wirtschaft, Forschung und Gesellschaft – also wir alle: „In jedem Fall sollten die Akteure, die die Zukunft

des Lebensmittelsektors mitgestalten wollen, eine aktive Rolle bei Produktion, Vertrieb und dem Kauf von Lebensmitteln spielen“, so das FRAUNHOFER ISI in seiner Pressemeldung vom 12. Oktober 2020. (mf)

Quellen: Fraunhofer Institute for Systems and Innovations Research ISI: 50 trends influencing Europe's food sector by 2035. Karlsruhe November 2019 ♦ Fraunhofer Institute for Systems and Innovations Research ISI: Three scenarios for Europe's Food sector in 2035. Karlsruhe September 2020 ♦ <https://www.isi.fraunhofer.de/de/presse/2020/presseinfo-19-FOX-Szenarien-fuer-Lebensmittelsektor-2035.html> ♦ <https://www.isi.fraunhofer.de/de/presse/2019/presseinfo-26-FOX.html> [beide abgerufen am 16.06.2021]

Einstimmig beschlossen

Empfehlungen der Zukunftskommission Landwirtschaft

Anfang Juli 2021 hat die von der Bundesregierung eingesetzte ZUKUNFTSKOMMISSION LANDWIRTSCHAFT ihre Empfehlungen für ein nachhaltiges Landwirtschafts- und Ernährungssystem vorgestellt. Erstmals haben sich Vertreter:innen aus Landwirtschaft, Agrar- und Lebensmittelwirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft auf wirksame Instrumente für ein nachhaltiges und gesundes Ernährungssystem geeinigt. Die Einigung erfolgte einstimmig. Wichtig dabei: Bildung bzw. Information als

alleinige Maßnahmen gelten als nicht ausreichend für die nachhaltige, gesundheitsförderliche Veränderung von Ernährungsgewohnheiten.

Nun kommt es darauf an, dass die nächste Bundesregierung die Empfehlungen auch mit hoher Priorität umsetzt und dabei alle Akteure entlang der gesamten Kette im Blick hat.

Die Eckpunkte:

- Verbindlicher Nutri-Score, verbindliche Herkunfts-, Tierwohl- und Nachhaltigkeitskennzeichnung auf EU-Ebene, verbindliche Mindeststandards für die Regionalkennzeichnung
- Ausbau regionaler Produktions-, Verarbeitungs- und Konsumstrukturen
- Flächendeckende, auch aufsuchende Ernährungsbildung
- Beitragsfreie Schul- und Kitaverpflegung nach DGE-Standards
- Kostenlose öffentliche Trinkwasserstruktur als Beitrag zu gesunden Ernährungsumgebungen
- Erprobung / Einführung von Abgaben / Steuern auf Zucker, Salz, Fett und tierische Produkte
- Reduzierung des Konsums von tierischen Lebensmitteln, Zucker, Salz und Fett

- Internalisierung externer Kosten/ Effekte (z.B. Umweltkosten) bzw. die Empfehlung von Maßnahmen zur Vermeidung dieser
- Reduzierung der Tierzahlen in der Tierhaltung sowie die Umsetzung der Empfehlungen der Borchert-Kommission (s. **Knack•Punkt** 6/2020, S. 7f)
- Verbindliche Reduktionsziele für Lebensmittelverluste entlang der Wertschöpfungskette
- Finanzielle und sozialpolitische Abfederung höherer Lebensmittelpreise durch eine Anhebung der Regelbedarfe in der Grundsicherung; Senkung des Einkommensteuersatzes und höhere Sozialleistungen für Gruppen, die keine Einkommensteuer zahlen; Nachhaltigkeitsprämie für einkommensschwache Verbrauchergruppen (wie im Rahmen CO₂-Bepreisung diskutiert); Senkung des Mehrwertsteuersatzes auf Gemüse, Obst und Hülsenfrüchte
- Bessere Ausstattung der Lebensmittelüberwachung (AC)

Quellen: vzbv-Pressemeldung vom 30.06.21 „Starkes Signal für gesündere und nachhaltigere Ernährung“ ♦ Zukunft Landwirtschaft. Eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe Empfehlungen der Zukunftskommission Landwirtschaft, Stand: 29.06.2021

→ www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Landwirtschaft/abschlussbericht-zukunftskommission-landwirtschaft.pdf



Plasmidome – eine neue Gefahr in der Säuglingsernährung?

Mit spannenden Themen aus der Ernährungs- und Gesundheitswissenschaft fand am 7. und 8. Mai 2021 die Online-Tagung des VERBANDS FÜR UNABHÄNGIGE GESUNDHEITSBERATUNG (UGB) statt. Referent:innen aus Deutschland, der Schweiz, Österreich und den USA berichteten aus Forschung und Praxis und gaben Antworten auf Fragen wie z.B. „Was kann der neu eingeführte Nutri-Score und was nicht?“ und „Was hat Psychohygiene mit unserer Immungesundheit zu tun?“

EDITH GÄTJEN und JULIA BANSNER, Expertinnen in Sachen Säuglingsernährung, berichteten über mögliche Gefahren von Plasmidomen für Säuglinge. Plasmidome – auch *Bovine Meat and Milk Factors (BMMFs)* genannt – wurden von Forschenden des

DEUTSCHEN KREBSFORSCHUNGSZENTRUMS als neue Erreger in Rindfleisch und Kuhmilch entdeckt. Sie gehen davon aus, dass die Erreger indirekt krebserregend sind. Säuglinge sind vermutlich besonders anfällig für eine Infektion mit Plasmidomen, da ihr Immunsystem noch nicht vollständig ausgereift ist. Erst ab dem ersten Lebensjahr sind die Abwehrkräfte stark genug, um die Erreger abzuwehren. Was bedeutet das nun für die Ernährung von Säuglingen? Bisher ist die Datenlage noch sehr dünn und reicht nicht aus, um einen klaren Zusammenhang zwischen Plasmidomen und einer Gesundheitsgefahr für Säuglinge zu belegen. Einheitliche Empfehlungen gibt es nicht. Die Forscher:innen raten sicherheitshalber dazu, im ersten Lebensjahr auf

Rindfleisch und Kuhmilch in der Beikost von Säuglingen zu verzichten. Das BUNDESINSTITUT FÜR RISIKOBEWERTUNG (BfR) dagegen hält weitere Studien für notwendig und empfiehlt bis auf Weiteres eine Säuglingsernährung gemäß den Empfehlungen des Netzwerks *Gesund ins Leben* – das heißt Kuhmilch zum Anrühren des Milch-Getreide-Breis und Fleisch – sortenunabhängig – für die Zubereitung des Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Breis. Für all diejenigen, die sicher gehen möchten, zeigte GÄTJEN mögliche Alternativen auf: Statt Rindfleisch eignen sich Fisch, Geflügel, Lamm und Wild; anstelle der Kuhmilch kann Ziegenmilch oder Formulanahrung auf Basis von Ziegenmilch oder Soja verwendet werden. Darüber hinaus betont die Expertin die Wichtigkeit des Stillens und die Vorteile von Muttermilch mit ihren biologisch aktiven Substanzen, die Schutz vor Infektionserregern bieten – möglicherweise auch vor Plasmidomen. (FM)

EU-Verhaltenskodex für verantwortungsvolle Unternehmens- und Marketingpraktiken

Nachhaltige Lebensmittelproduktion und -versorgung

Die EU-KOMMISSION hat am 5. Juli 2021 den *EU-Verhaltenskodex für verantwortungsvolle Unternehmens- und Marketingpraktiken in der Lebensmittelversorgung* vorgestellt. An diesem Tag wurde der Kodex von zunächst 65 Unternehmen und Verbänden unterzeichnet (26 Lebensmittelhersteller, 14 Lebensmitteleinzelhändler, ein Verpflegungsdienstleister und 24 Verbände). Die Liste aller Unterzeichnenden steht – ebenso wie der Kodex selber – im Internet. Mit der Unterzeichnung verpflichten sich alle dazu, ihren Beitrag zum nachhaltigen Wandel zu verstärken. Diese Vereinbarung ist ein Baustein des europäischen *Green Deal*.

Für Verbände auf EU-Ebene gibt es sieben Ziele, jeweils mit konkreten

Vorgaben und Handlungsempfehlungen. Es geht darum, Maßnahmen umzusetzen, die den Übergang zu gesunden und nachhaltigen Konsumgewohnheiten fördern. Das Ziel ist, den Beitrag der lebensmittelverarbeitenden Industrie, des Einzelhandels und der Verpflegungsdienstleister zur Nachhaltigkeit zu steigern und die Nachhaltigkeit der Lebensmittelversorgungsketten zu verbessern, und zwar sowohl auf Ebene der Landwirtschaft als auch hinsichtlich anderer Akteure innerhalb der Ketten. Die Verbände sollen jährlich über ihre Fortschritte Bericht erstatten.

Für Unternehmen gibt es einen Rahmen für ehrgeizige Verpflichtungen mit messbaren Ergebnissen aus einem breiten Bereichsspektrum –

vom Tierschutz über die Verringerung des Zuckergehalts bis hin zur Senkung der Treibhausgasemissionen in der gesamten Produktpalette. Die Unternehmen legen jährlich einen zusammenfassenden Bericht über ihre Fortschritte bei der Nachhaltigkeit vor. Als in Deutschland interessante Händler sind REWE GROUP und METRO AG zu nennen, bei den Herstellern sind es vor allem Global Player wie COCA-COLA, DANONE, FERRERO, KELLOG'S, MONDELEZ, NESTLÉ, PEPSICO, SODEXO und UNILEVER. (AC)

Quelle: PM der EU-Kommission vom 05.07.2021, https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/de/IP_21_3385

→ https://ec.europa.eu/food/horizontal-topics/farm-fork-strategy/sustainable-food-processing/code-conduct_en

→ https://ec.europa.eu/food/system/files/2021-07/f2f_sfpd_coc_20210705_signatories.pdf

Landwirtschaftskammer NRW (Hrsg.)

Hackfleischgenuss auf sichere Art

Gerade jetzt im Sommer sind Burgerpatties auf dem Grill und andere Hackfleischprodukte in der Pfanne heiß begehrt. Doch Vorsicht: Hackfleisch zählt zu den empfindlichen Lebensmitteln und kann bei unsachgemäßem Umgang zur gesundheitlichen Gefahr werden. Durch die Zerteilung des Fleisches entsteht eine stark vergrößerte Oberfläche, die krankheitserregenden Bakterien, wie Salmonellen oder Listerien, ideale Wachstumsbedingungen bietet. So ist nicht nur bei steigenden Temperaturen beim Einkauf, der Lagerung und Zubereitung von Hackfleisch besondere Vorsicht geboten.



Auf sechs Seiten vermittelt ein neuer Verbraucherflyer kompakt und praxisnah den richtigen Umgang mit Hackfleisch. Gekühlt transportieren und lagern, bei Bedarf richtig Einfrieren und vor allem gut durchgaren: so gelingt Zuhause der sichere Genuss von Hackfleisch. Neben den praktischen Hygienetipps für den Küchenalltag finden Verbraucher:innen Anregungen für den kreativen Einsatz von Hackfleisch und eine leckere Rezeptidee.

Den im Rahmen der nordrhein-westfälischen Landesinitiative „Erschließung neuer Aktivitätsfelder für landwirtschaftliche Unternehmerfamilien und Beitrag zur Verbraucherinformation“ erstellten Flyer gibt es zum kostenfreien Download. Zusätzlich liegen Druckexemplare in vielen Hofläden mit Hackfleischvermarktung zur Mitnahme aus.

→ www.landservice.de/agronet/images/Hackfleischgenuss_auf_sichere_Art.pdf

Charlotte van Gember
Landwirtschaftskammer NRW

D. Fischer, S. Flückner, H. Selm, A. Sundermann (Hrsg.)

Nachhaltigkeit erzählen – Durch Storytelling besser kommunizieren?

Unser Gehirn ist auf Geschichten angelegt. Es orientiert sich bevorzugt an handelnden Personen und ihrem Erleben. *Storytelling*, also Geschichten erzählen, baut als neuerer Ansatz in der Vermittlung auch von Nachhaltigkeitsthemen darauf auf. Handelt es sich dabei nur um einen Trend, oder führt *Sustelling* (kurz für: *Sustainability Storytelling*) wirklich weiter?

In acht Beiträgen stellt dieser Band dar, was *Storytelling* ist und welche Anforderungen an Konzepte und Inhalte bei der Umsetzung berücksichtigt werden sollten. Er fragt nach der Wirksamkeit, aber auch nach Hürden und möglichen Nachteilen. Dazu können etwa eine zu starke Vereinfachung und mangelnde Kompetenzförderung gehören.

Die Forschungsbeiträge haben einen Fokus auf jüngere Zielgruppen. Dabei wird deutlich, dass bestehende Bezüge zum Thema genau betrachtet und die Protagonisten passend gewählt werden müssen, um die Adressaten zu erreichen. Für die praktische Umsetzung werden grundlegende Techniken des Erzählens eingeführt und beispielsweise empfohlen, mehrere Bearbeitungsschritte einzuplanen und im Team zu arbeiten.

L. Meltinger

Umwelt. Lesen – Verstehen – Wissen

Das Lesestart-Buch „Umwelt“ führt kindgerecht in das Thema Umweltschutz ein. Wichtige Fachbegriffe wie Umwelt, Klima(-wandel) oder CO₂ werden erklärt und mögliche eigene Handlungsoptionen beispielsweise zu „Essen, Trinken und die Umwelt“, „Insekten retten“, „Strom sparen“ oder „Mobilität“ in kurzen, leichten Texten mit vielen bunten Abbildungen dargestellt. Und es ist erstaunlich, wie viele weitere Aspekte im Buch untergebracht sind: Trinkwasser, Luftverschmutzung, ökologischer Landbau, Mikroplastik, Überfischung, Regenwald oder Palmöl.

Mit dieser neuen Erstlesereihe „Dein Lesestart“ will der DUDEN-Ver-



Die Praxisbeispiele kommen aus der Hochschulbildung, dem Journalismus, der Wissenschafts- und Unternehmenskommunikation. Sie zeigen Anwendungsmöglichkeiten, aber auch Grenzen und Problematiken sowie Hindernisse bei der Einführung von *Sustelling*.

Der Band ist zu empfehlen für alle, die Anregungen für eine anschaulichere, persönlichere Ansprache und Vermittlung von Nachhaltigkeitsthemen suchen und wissen möchten, was es dabei zu beachten gilt. (DS)

lag junge Leser:innen (empfohlen ab 2. Klasse) an ganz unterschiedliche Sachtexte heranführen und die Lesekompetenz gezielt fördern. Schwierige Wörter sind im Text farblich unterlegt und werden am Seitenende kindgerecht erklärt, um den Wortschatz zu erweitern und ein schnelles Textverständnis sicherzustellen. Die abwechslungsreichen Leserätsel, schönen Fotos und anschaulichen Illustrationen helfen zusätzlich beim Verständnis des Inhalts. Ein Buch sowohl zum Selber- als auch zum Vorlesen – und gemeinsam darüber sprechen. Das Buch bzw. ausgewählte Kapitel eignen sich auch für den Sachkundeunterricht. (AC)



O. Stengel

Vom Ende der Landwirtschaft

Es soll ein Plädoyer für eine Postlandwirtschaftliche Revolution sein: „Wie wir die Menschheit ernähren und die Wildnis zurückkehren lassen“. Da Klimakrise und Artensterben zu einem hohen Anteil auf die Lebensmittelproduktion zurückgehen, plädiert dieses Buch dafür, Tierhaltung und Pflanzenbau aufzugeben und landwirtschaftliche Flächen der Natur zurückzugeben. Stattdessen hat der Autor die Zukunftsvision einer nach-



haltigen Welt mit einer tier- und pflanzenfreien Nahrungsmittelproduktion und einer ceganen (cellulär-basierten) Ernährung. Zukünftig sollen Rohstoffe und Nahrung im Labor gezüchtet werden. So sieht OLIVER STENGEL schon heute eine breite Akzeptanz für Laborfleisch in Indien, China und den USA und glaubt, dass auch im Rest der Welt die Verbraucherakzeptanz für In-vitro-Produkte schnell zunimmt. Beim Milch- und Käseersatz setzt er auf Gene, die als Baupläne für die Milchproteine erhalten sollen. Ein erstes Produkt – Eiscreme mit zellbasierten Milchproteinen – ist seit 2020 im US-Einzelhandel erhältlich. Nach Meinung des Autors bedarf es einer landwirtschaftlichen Revolution, die durch ein systematisches Nutzpflanzendesign ausgelöst wird: Die Photosynthese von Pflanzen soll optimiert werden, d. h. Getreide- und andere Nutzpflanzen sollen schneller wachsen. Die Erträge könnten ohne zusätzlichen Dünger gesteigert und so mehr Kalorien für die Weltbevölkerung produziert werden. Gleichzeitig müssten keine neuen Flächen gerodet und in Äcker umgewandelt werden. An Tabakpflanzen wurde gezeigt, dass sie weniger Zucker verbrauchen und kein Kohlendioxid mehr emittieren. Gleichzeitig nahm die Biomasse um 40 % zu, was auch bei Kartoffeln, Soja und Reis funktionieren soll. Grundlage ist das *Genome Editing* bzw. das CRISPR/Cas-Verfahren, das mit Hilfe der „Gen-Schere“ völlig neue Möglichkeiten für die Pflanzenzucht eröffnet. So könnte ein Drittel aller globalen Ackerflächen durch die In-vitro-Produktion von Fleisch aufgegeben werden. Auch Pflanzen seien nicht mehr notwendig. Wenn man ihnen Stammzellen und Kalluszellen entnimmt und diese in Bioreaktoren züchtet, dann werden sogar echte Superfoods möglich. Insgesamt ein spannendes Buch, das allerdings auf einem unfassbaren Gentechnik-Glauben basiert. (WF)

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

Checkpoint Ernährung

Seit dem 27. Juli 2021 ist der CHECKPOINT ERNÄHRUNG, das neue Informationszentrum des BUNDES-MINISTERIUMS FÜR ERNÄHRUNG UND LANDWIRTSCHAFT (BMEL) in Berlin, für Publikum geöffnet. Es bietet Interessierten und Schulklassen ein

„Wie gut ist Biomilch als Quelle für Jod und Selen?“, S. 9

www.aponet.de/artikel/bio-milch-enthaelt-weniger-jod-10996 • <https://jodmangel.de/2016/jodgehalt-in-biomilch-und-milchprodukten> • Bundesinstitut für Risikobewertung: Rückläufige Jodzufuhr in der Bevölkerung: Modellszenarien zur Verbesserung der Jodaufnahme. Stellungnahme Nr. 005/2021 vom 09.02.2021 • DACH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 2. Aufl., 6. aktualisierte Ausgabe 2020 • www.bfr.bund.de/cm/343/selenverbindungen_in_nahrungsergaenzungsmitteln.pdf • Elmadfa I, Leitzmann C: Ernährung des Menschen, 6. Aufl. Stuttgart 2019 • www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faqs/selen/?L=0#c1509 • pers. Mitt. verschiedener Forschungsinstitute, Verbände und Behörden [alle Internetadressen abgerufen am 24.06.21]

„Hafer, Soja oder Mandel? Milchersatzprodukte unter der Lupe“, S. 10ff

[1] www.bmel-statistik.de/ernaehrung-fischerei/versorgungsbilanzen/milch-und-milcherzeugnisse • [2] Meyer S: Konkurrenz durch Pflanzendrinks. *agrarzeitung* vom 15.04.2020, www.agrarzeitung.de/nachrichten/politik/milchindustrie-konkurrenz-durch-pflanzendrinks-90902 • [3] Mehlhose C; Spiller A (2020): Pflanzenpower im Regal – Chancen und Risiken für die Milchwirtschaft. *Thünen: Milchtrends*. Juni 2020, www.milchtrends.de/fileadmin/milchtrends/5_Aktuelles/2020_06_Pflanzenpower.pdf • [4] Statistisches Bundesamt: Export- und Importmenge von pflanzlichen Drinks in Deutschland in den Jahren 2017 bis 2020 (in Tonnen), Mai 2021, <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1240515/umfrage/export-und-import-von-pflanzendrinks-nach-deutschland> • [5] Statistisches Bundesamt: Wichtigste Herkunftsländer von pflanzlichen Drinks in Deutschland bis 2020, Juni 2021, <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1240517/umfrage/lieferlaender-von-pflanzlichen-drinks-nach-deutschland> • [6] Stiftung Warentest: Konkurrenz für's Euter. *Test* 5/2020, S. 10-16 • [7] BMEL-Ernährungsreport 2021, www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsreport2021.html • [8] WWF CH (2020): „Ökobilanz von Kuhmilch und pflanzlichen Drinks“, www.wwf.ch/sites/default/files/doc-2020-10/2020_10_%C3%96kobilanz%20Milch%20und%20pflanzliche%20Alternativen.pdf • [9] Keller M, Glogowski S (2016): Umwelteffekte, Sozialverträglichkeit & Nutzerstruktur von Pflanzendrinks. *ErnährungsUmschau* (7), M421-22 • [10] Statistisches Bundesamt: Europäische Länder mit der größten Anbaufläche von Sojabohnen in den Jahren 2018 bis 2020, Dezember 2020, <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/182310/umfrage/anbau-von-sojabohnen-in-europa-2010> • [11] www.br.de/puls/themen/leben/kuhmilch-vs-pflanzenmilch-100.html [alle abgerufen am 13.07.2021]

interaktives Informationsangebot zu aktuellen Ernährungsthemen mit Bezug zur Landwirtschaft. Zusätzlich zu einer Dauer- und Wechselausstellung werden künftig auch Workshops und Veranstaltungen angeboten.

→ www.checkpoint-ernaehrung.de



Termine

• **Düsseldorf / online • 30. August 2021** – Fachtagung „Nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in NRW“ – www.mehrwert.nrw/fachtagung
• **Magdeburg • 8./9. September 2021** – INSECTA 2021 – www.insecta-conference.com • **Deutschlandweit • 20.-26. September 2021** – Deutsche Aktionstage Nachhaltigkeit – www.tatenfuermorgen.de/deutsche-aktionstage-nachhaltigkeit • **Hannover • 22.-24. September 2021** – dgh-Jahrestagung: Leben 2050. Haushaltswissenschaftliche Perspektiven – www.dghev.de/termine/jubilaumstagung-2021 • **Online • 23. September 2020** – European 5 a day Online Symposium: Fruits and Vegetables in Nutrition: What do Science, Politics and Economy Contribute – www.snack-5.eu/symposium • **Zülpich oder online • 24./25. September 2021** – Seminar: Adipositas – wir brauchen den multimodalen Ansatz – freiraum-seminare.de/adipositas-multimodal/ • **Heidelberg • 24./25. September 2021** – 25. Heidelberger Ernährungsforum – www.gesunde-ernaehrung.org • **Bonn und online • 29./30. September 2021** – 5. Bonner Ernährungstage (DGE / BZfE) – bzfe.de/ernaehrung/ernaehrungskommunikation/bonner-ernaehrungstage/ • **Online • 29. September 2021** – Wissenschaftliches Symposium der DGE: Ernährung und Mikrobiom – www.dge.de/va/tagungen/symposium-2021 • **Online • 30. September 2021** – 5. BZfE-Forum: Herausforderungen meistern – Zukunft gestalten. Essen zwischen gestern und morgen – www.bzfe.de/ernaehrung/ernaehrungskommunikation/5-bzfe-forum-2021 • **Dresden / online • 30. September – 2. Oktober 2021** – 16. Deutscher Allergiekongress – www.allergiekongress.de • **Bundesweit • 3. Oktober 2021** – Tag der Regionen 2021: Der lange Weg zu kurzen Wegen – www.tag-der-regionen.de/



Wussten Sie schon, dass Ihnen immer mehrere ältere Jahrgänge des **Knack•Punkt** im Internet als PDF-Datei kostenlos zur Verfügung stehen? Die jeweilige Ausgabe muss nur mindestens ein Jahr alt sein. Aktuell können Sie jetzt das Heft 4/2020 herunterladen. Nutzen Sie den folgenden Link oder den abgedruckten QR-Code:
→ www.verbraucherzentrale.nrw/knackpunkt_4_2020



Internet

Interessantes im Netz

BZgA: Informationsportal zu Klimawandel, Hitze und Gesundheit
www.klima-mensch-gesundheit.de



Wunderpille Bewegung – eine 360°/3D-Reise in den Körper
www.kern.bayern.de/wissenstransfer/231012/index.php



BfR: Fragen und Antworten zu den gesundheitlichen Risiken von hanfhaltigen Lebensmitteln
www.bfr.bund.de/de/fragen_und_antworten_zu_den_gesundheitlichen_risiken_von_hanfhaltigen_lebensmitteln-277052.html



Neue Wissensplattform zum Thema Leguminosen
www.legumehub.eu/de/



Erklärfilm: Wie funktioniert der Import von Bio-Produkten?
<https://youtu.be/87T1W6Nhi64>



Schadstoffberatung
www.verbraucherzentrale.nrw/schadstoffe

