

So viel CO₂ kostet unser Essen

Viele Menschen kennen den CO₂-Ausstoß ihres Autos oder ihrer Heizung mittlerweile genau. Dass außer diesem Energieverbrauch in unserem Haushalt fast noch mal so viele Treibhausgase entstehen, ist hingegen weniger bekannt. Barbara Schäfers vom Bereich Umweltschutz Lübeck zeigt, welche Lebensmittel besonders schlimme CO₂-Schleudern sind.

Wie viel bereits bei der Produktionskette unserer Waren in die Luft geht, ist eben nicht so einfach zu durchschauen und wird deshalb häufig vergessen. Pro Jahr verspeisen wir Deutschen knapp 500 kg Nahrungsmittel. Experten schätzen, dass diese zirka 10 Prozent der gesamten Treibhausgas-Emissionen in unserem Haushalt verursachen. Beispielsweise setzt eine

net. Dabei wurden zum Beispiel der Energieverbrauch für Düngemittel, für den Pflanzenanbau und die Lebensmittelverarbeitung, für die Herstellung des Maschinenparks, oder den Transport von Schlachtvieh anteilig den jeweiligen Waren zugeordnet. Die Tabelle (siehe rechts) zeigt Durchschnittswerte für die Klimabilanz gängiger Nahrungsmittel beim Einkauf im Handel. Die dabei benutzte „Währung“ CO₂-Äquivalente fasst die Wirkung wichtiger Treibhausgase wie Kohlendioxid oder Methan zusammen.

● **Fleisch:** Ein vermeintliches Schnäppchen an der Fleischtheke kann dem Klima teuer zu stehen kommen. Rindfleisch zum Beispiel hat leider eine miserable Klimabilanz: Neben der Tierhaltung – manche deutsche Tiere werden mit brasilianischem Soja gefüttert – verursacht die Verdauung der Tiere noch jede Menge Methan, ein etwa 20-fach stärkeres Treibhausgas als CO₂. So kostet das Kilo Rindfleisch 13 Kilogramm CO₂-Äquivalente. Schwein und Geflügel sind viel günstiger, kosten aber immer noch 20 Mal soviel wie frisches Gemüse. Ein bisschen weniger Fleisch im Speiseplan ist also aktiver Klimaschutz und nebenbei gesund. Man muss ja nicht gleich auf den ge-

mütlichen Grillabend verzichten, aber der durchschnittliche Deutsche verspeist mit einem Kilo Fleisch pro Woche (Kinder und Vegetarier mitgerechnet) einfach zu viel.

● **Obst und Gemüse:** Gemüse ist gemäß den Berechnungen des Öko-Instituts klimafreundlich und nebenbei gesund. Es sollte aber bedacht werden, dass die Zahlen der Tabelle Durchschnittswerte sind: So kostet das Kilogramm Spargel aus Lübeck zur Zeit etwa zehn mal weniger Treibhausgase als aufwändig gezogener Winterspargel aus Südeuropa. Die afrikanischen Weintrauben, die wegen ihrer schnellen Verderblichkeit mit dem Flugzeug anreisen, sind ähnlich klimawirksam wie Fleisch. Und die holländische Tomate, die im Winter im beheizten Treibhaus mit viel Dünger gezüchtet wird, ist auch nicht viel besser. Folgende Klimaschutz-Tipps sind also zentral: Kaufen Sie möglichst keine eingeflogenen Lebensmittel und wenig Ware aus beheizten Treibhäusern, sondern viel Saisonware aus der Region.

● **Milchprodukte:** Unter den Milchprodukten befindet sich mit Butter der Spitzenreiter unter den Klimaschädlingen. Allerdings muss bedacht werden, dass wir pro Mahlzeit in der Regel nur wenige Gramm davon zu uns nehmen. Ein ordentlicher Sonntagsbraten bringt hingegen schon weit mehr auf die Waage. Die hohen Werte für Butter, Käse und Sahne liegen an dem Treibhausgas Methan aus den Kuhmägen und dem hohen Fettgehalt der Produkte: Um eine Kalorie Fett zu bilden, müssen die Tiere ein Vielfaches an pflanzlichen Kalorien zu sich nehmen. Salat macht eben schlank.

● **Verarbeitete Lebensmittel:** Die Herstellung von Back- und Teigwaren ist mit etwas mehr Emissionen verbunden als die von Gemüse. Die Werte liegen aber weit unter denen von Fleisch und Milchproduk-

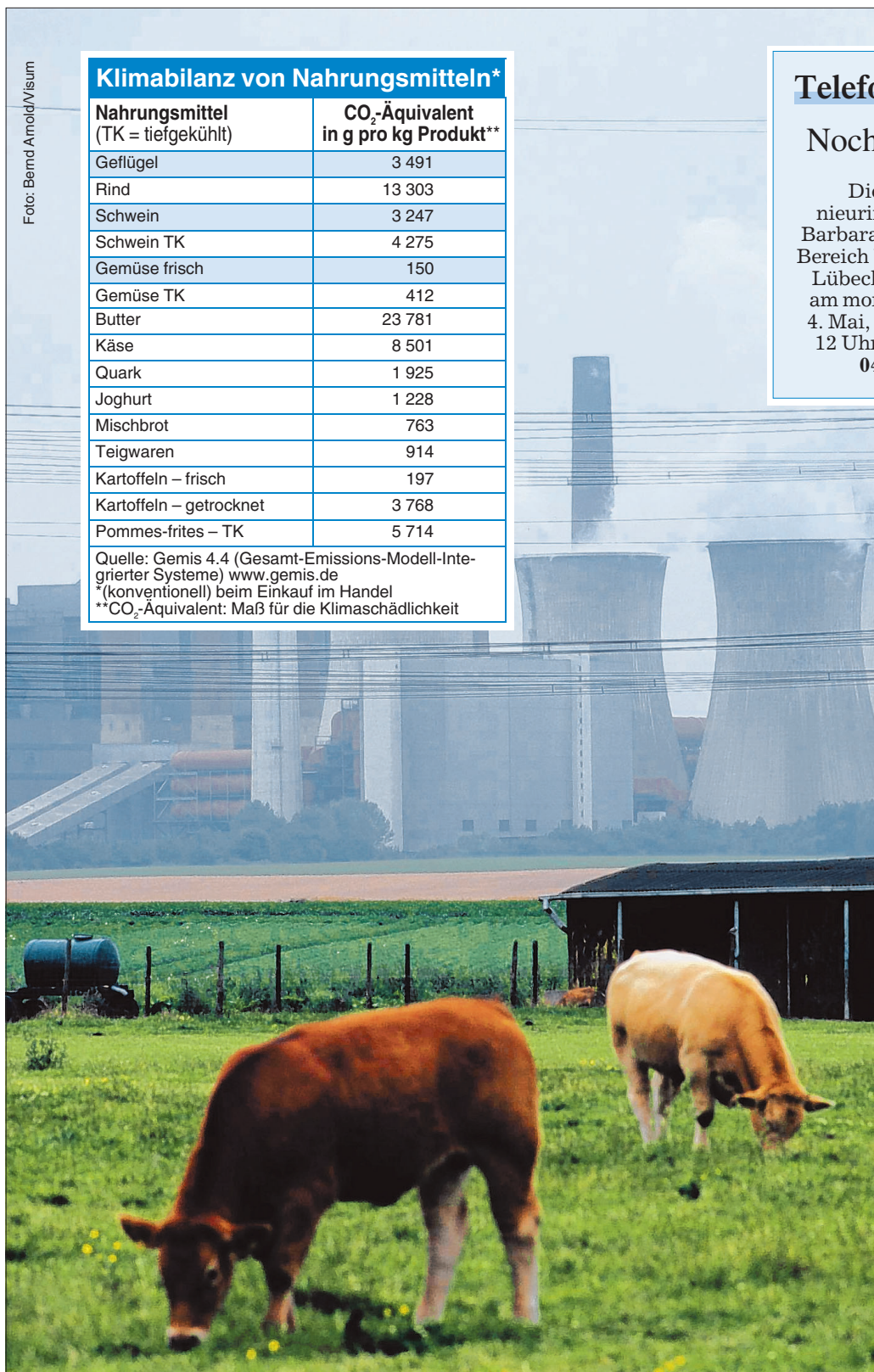


Foto: Bernd Arnold/Visum

Klimabilanz von Nahrungsmitteln*	
Nahrungsmittel (TK = tiefgekühlt)	CO ₂ -Äquivalent in g pro kg Produkt**
Geflügel	3 491
Rind	13 303
Schwein	3 247
Schwein TK	4 275
Gemüse frisch	150
Gemüse TK	412
Butter	23 781
Käse	8 501
Quark	1 925
Joghurt	1 228
Mischnbrot	763
Teigwaren	914
Kartoffeln – frisch	197
Kartoffeln – getrocknet	3 768
Pommes-frites – TK	5 714

Quelle: Gemis 4.4 (Gesamt-Emissions-Modell-Integrierter Systeme) www.gemis.de
*(konventionell) beim Einkauf im Handel
**CO₂-Äquivalent: Maß für die Klimaschädlichkeit

Telefon-Aktion

Noch Fragen?

Die Umweltingenieurin und Biologin Barbara Schäfers vom Bereich Umweltschutz Lübeck erreichen Sie am morgigen Freitag, 4. Mai, von 10 Uhr bis 12 Uhr unter Telefon **04 51/122 39 83**.



Barbara Schäfers

ten. Tiefkühlprodukte haben höhere Werte und getrocknete Kartoffelprodukte wie Fertigpüree, Kartoffelklöße oder Pommes (zusätzlich ein Tiefkühlgericht) müssen energieintensiv getrocknet werden und schlagen deshalb mit ordentlichen Klimapreisen zu Buche. Lebensmittel aus ökologischer Landwirtschaft sparen zwischen 5 Prozent und 30 Prozent der Treibhausgasemissionen gegenüber dem konventionellen Anbau ein und haben dazu weitere Vorteile für Umwelt und Gesundheit.

Fazit: Im Sinne des Klimaschutzes lohnt es sich also, bei der Lebensmittelwahl neben Gesundheit und Geschmack auch auf die Treibhausgas-Bilanz zu achten. Wenig Fleisch, viel pflanzliche frische Nahrung, Bioprodukte, saisonale Ware aus der Region, keine eingeflogenen Lebensmittel und möglichst wenig aufwändig verarbeitete Speisen sind wesentliche Stichworte für eine nachhaltige Ernährung. Wer den Einkauf zudem zu Fuß, mit dem Fahrrad oder per Bus erledigt, punktet doppelt.

Schlechte Klimabilanz: Nicht nur Braunkohlekraftwerke, auch Rinder produzieren Treibhausgase, die für die globale Erwärmung verantwortlich sind.

LN-Energiespar-Serie (10)



durchschnittliche Autofahrt von 18 Kilometer ähnlich viele Treibhausgase frei wie ein halbes Pfund Rindersteak und die Klimagase einer Portion Pommes entsprechen etwa einem Tag Fernsehen gucken. Es lohnt sich also, genauer hinzuschauen: Gibt es außer einer Diät Möglichkeiten, bei der Ernährung Treibhausgase einzusparen und trotzdem gut und lecker zu essen?

Die in unserem Brathähnchen, unseren Reibekuchen oder dem knackigen Frühlingssalat versteckten Treibhausgase haben Experten des Öko-Instituts genau berech-