

## **Ich bin dann mal...vegan? Wie sich Essensentscheidungen auf unsere Umwelt auswirken**

In Österreich sind wir in der privilegierten Lage täglich aufs Neue beschließen zu dürfen, wie unsere Essensentscheidungen ausfallen. Angenommen wir werden 80 Jahre alt (und würden ab dem 15. Lebensjahr selbst die Führung unserer Essensentscheidungen übernehmen) und essen – wie von Ernährungsgesellschaften empfohlen – 5 mal am Tag, dann haben wir exakt 118.625 mal die Entscheidung, ob unsere Mahlzeit die Umwelt mehr oder weniger belastet. Es ist also weder aus ökologischen Gründen, und noch weniger aus gesundheitlicher Sicht – wie oft argumentiert – ein Tropfen auf den heißen Stein, seinen eigenen Ernährungsstil zu überdenken.

### **Blicken wir über den eigenen Tellerrand...**

...rund um den Globus, so zählen wir derzeit 7 Milliarden ErdenbürgerInnen, welche bis zum Jahr 2050 auf 9 Milliarden ansteigen sollen. Durch die zunehmende Urbanisierung, leben derzeit mehr als 50% der Weltbevölkerung in Städten. Was bringt dies mit sich? Ernährungstechnisch gesehen wissen wir, dass Menschen in der Stadt mehr an Weißmehlprodukten, mehr an Zucker und Fett, sowie Fast Food zu sich nehmen, als am Land Lebende. Nicht nur diese Entwicklung lässt erahnen was auf das weltweite Gesundheitssystem zukommen wird, sondern ebenso wird ein eklatanter Anstieg des Fleisch- aber auch des Energiekonsums erwartet. Es zeichnet kein pathetisches Bild, wenn ich behaupte, dass wir zukünftig einem großen Problem der Flächenkonkurrenz (Viehfutter/Ackerflächen und Agrotreibstoffen) gegenüberstehen. Wie gehen wir zukünftig mit dieser Herausforderung um? Werden wir im Jahr 2050 auch noch genug Ackerflächen für die Nahrungsversorgung zur Verfügung haben, um unsere Ernährungsgewohnheiten und unseren Lebensstandard so beizubehalten? Und: Wäre dies -auch im Hinblick auf das Wegwerfen von Lebensmittel- überhaupt erstrebenswert?

### **Welche Chancen stecken in pflanzenbetonter Kost?**

Weltweit hat die Landwirtschaft rund 5 Milliarden Hektar Nutzfläche. Davon werden rund 1,5 Milliarden Hektar als Ackerland und 3,5 Milliarden Hektar als Weideland genutzt, letztere noch vielfach für großflächige, extensive Viehwirtschaft. Neben dem Weideland entfällt ein Drittel des globalen Ackerlandes auf den Anbau von Futtermitteln, sodass insgesamt 80% der weltweiten landwirtschaftlichen Nutzfläche der Viehwirtschaft dient. Zwischen 1990 und 2010 stieg die globale Fleischerzeugung um satte 61%. Derzeit wird weltweit ein Fleischkonsum von 229 Milliarden kg/ Jahr verzeichnet und auch hierfür gibt es Prognosen einer Verdoppelung bis zum Jahr 2050. Der Nachfragezuwachs wird zukünftig vor allem das Konto der „Entwicklungsländer“ betreffen. Im Durchschnitt werden derzeit in den Industrieländern ca. 82kg Fleisch pro Person und Jahr verzehrt, dagegen steht ein Pro-Kopf-Verbrauch an Fleisch von 31kg in den „Entwicklungsländern“. Behalten jedoch vor allem die Industrienationen ihre Ernährungs-, Mobilitäts- und Wegwerfgewohnheiten bis zum Jahr 2050 bei, stehen wir einerseits vor dem Problem eines bedenklichen Ess- und Bewegungsverhaltens, mit den damit einhergehenden Folgen für die Gesundheit,

andererseits vor einem massiven Flächenproblem. Denn das Vieh braucht Futter und dies, abhängig von der Tierart, nicht zu knapp. In der EU dienen rund 62% der Getreideernte als Tierfutter und nur 24% der menschlichen Ernährung. Zudem werden Futtermittel fast ausschließlich in Monokulturen angebaut und vor allem Soja- und Maispflanzen zu einem Großteil gentechnisch manipuliert. Diese Form der grünen Gentechnik geht wiederum mit einem enormen Verlust der globalen Artenvielfalt einher. Auch der fruchtbare Boden geht mit der derzeitigen Nutzung unwiederbringlich kaputt.

Es liegt also nahe, dass der zukünftige Fokus auf eine verstärkt pflanzenbetonte Kost gehen muss. Diese ist weniger energieintensiv und benötigt keine derart enorme Flächen.

Die Gewinnung von Rindfleisch verbraucht beispielsweise mehr Fläche als jene von Schweinefleisch. Jedoch muss hier auch erwähnt werden, dass in der Rindermast das Grundfutter aus Gras, Heu oder Gras- und Maissilage besteht und zudem für Weiderind auch jene Flächen genutzt werden, die nicht dem Ackerbau zur Verfügung stehen. Somit ergibt sich nur eine geringe Nahrungskonkurrenz zum Menschen. Schwein und Huhn jedoch stehen in direkter Konkurrenz zum Menschen, denn deren Grundfutter besteht vor allem aus Getreide.

Es geht also nicht darum, den Fleischkonsum per se zu verurteilen, sondern vielmehr darum, den Fleischverzehr den Empfehlungen internationaler Ernährungsgesellschaften zum Vorteil von Gesundheit und Umwelt anzupassen. Die Fleischportionen am Teller sollten eher klein gehalten werden, dafür dürfen saisonale Gemüsebeilagen mit einem hohen Anteil an Vitaminen und Ballaststoffen reichlich vertreten sein. Gemüse trägt durch seinen hohen Ballaststoffanteil zum natürlichen Sättigungseffekt bei.

In Deutschland zählt man zwischen 450.000 und 600.000 VeganerInnen, weltweit spricht man von 0,1-1,0% VeganerInnen, dem Vegetarismus haben sich noch mehr Personen angeschlossen, bei beiden Ernährungsstilen ist eine steigende Tendenz zu verzeichnen. Ganz klar zeichnet sich ein Trend ab. Starköche, wie Attila Hildmann zeigen wie's geht. Von Genussfeindlichkeit oder „Körndlessen“ ist hier schon lange keine Rede mehr.

Behaupten die einen, dass der Wunsch nach mehr Essensqualität und Ursprünglichkeit in den Veganismus „treibt“, so sehen sich VeganerInnen selbst eher dazu berufen die Welt ein Stückchen besser zu machen.

## **Fazit**

Die Sicherung der ausreichenden Nahrungsbereitstellung für zukünftige Generationen stellt allemal eine Herausforderung dar. Ein Mangel an Anbauflächen weltweit ist hier nicht das Problem. Diese würden auch zukünftig ausreichen. Die Landwirtschafts- und Ernährungsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) spricht sogar davon, dass die heutige Weltbevölkerung damit selbst ausschließlich ökologisch ernährt werden könnte. Was geändert werden muss, ist unser Ernährungsverhalten, und zwar hin in Richtung weniger tierischem zu mehr pflanzlichem Eiweiß. Ein insgesamt bewussterer Umgang mit Nahrungsmitteln und die Korrektur der Wegwerfmentalität in den Industrienationen sind notwendig, um den weltweiten Flächenverbrauch zu reduzieren und somit den Schutz von

Ressourcen besser zu realisieren.

Dies wäre nicht nur unserem Planeten, sondern auch unserer eigenen, individuellen Gesundheit zuträglicher!

### **Literaturquellen:**

- Ann-Helen Meyer von Bremen & Gunnar Rundgren: Foodmonopoly; Das riskante Spiel mit billigem Essen; 239 Seiten, gebunden, oekom verlag, München 2014
- Atlas der Globalisierung – le monde diplomatique
- Bio Austria: "Produktionsrichtlinien für die biologische Landwirtschaft in Österreich" (Juli 2006)
- Brot für die Welt; Zukunft säen, Cook Earth; Meinhold, TU München, 2010
- Sustainable Austria Nr. 36 – Nahrung
- Josef Zöchbauer, Seminar „Bodenaufbau – und Bodenverbesserung“
- Dissertation: Ökologische Bewertung von Ernährungsweisen anhand ausgewählter Indikatoren, Corinna Taylor, Gießen 2000. Aus dieser Arbeit stammen die CO<sub>2</sub>, SO<sub>2</sub>, und Primärenergiedaten, sie wurden fast ausschließlich durch GEMIS berechnet.
- Sustainable Austria Nr. 36 - Nahrung
- Rindfleisch: [www.br-online.de](http://www.br-online.de)
- <http://www.fian.at/>
- <http://www.viacampesina.at/>
- <http://neu.vegan.at/>
- WWF Living Planet Report 2006 – Der Zustand unseres Planeten, WWF Oktober 2006

Eine Reihe von veganen Brotaufstrichen findet sich hier:

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/vegane-brot-aufstriche.html>

<http://www.veganblatt.com/t/aufstriche>

<http://www.veganquerilla.de/rezepte/fruehstueck/>