



Ist gutes Essen wirklich teuer? Kosten und CO2-Emissionen verschiedener Ernährungsstile im Vergleich

Ist gutes Essen wirklich teuer? Kosten und CO2-Emissionen verschiedener Ernährungsstile im Vergleich
Wer Bio- und fair gehandelte Lebensmittel einkauft und sich gesund nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) ernährt, dem entstehen so gut wie keine Mehrkosten. Die Umstellung von einem durchschnittlichen deutschen Ernährungsstil auf gesunde Nahrung mit weniger Fleisch, mehr Gemüse und Obst, fängt die Mehrkosten, die durch den Einkauf von Bio-Lebensmitteln entstehen nahezu auf. Die gesunde und gleichzeitig biologisch-nachhaltige Ernährung kostet jährlich nur rund 80 Euro mehr.
Dies sind Ergebnisse, die das Öko-Institut in seinem Spendenprojekt "Ist gutes Essen wirklich teuer?" ermittelt hat. Das Institut stellt sie in einem Working Paper und im Kochbuch "Nachhaltig kochen!" vor. Das Kochbuch fasst die Ergebnisse der Studie zusammen und illustriert mit Rezepten von prominenten Köchinnen und Köchen, dass eine Kost mit wenig oder ohne Fleisch gesund, sättigend und lecker ist. Dagmar von Cramm, Vincent Klink, Cornelia Poletto und Hans-Albert Stechl stellten dafür Rezepte zur Verfügung, die auf saisonale und regionale Zutaten setzen und einfach nachzukochen sind.
Weniger Fleisch - mehr Klimaschutz
Die Studie zeigt auf, dass ein Ernährungsstil, der sich durch einen geringen Fleischkonsum auszeichnet, auch zum Klimaschutz beiträgt. Gegenüber der durchschnittlichen, fleischbetonten Ernährung erzeugt die Ernährung nach den Empfehlungen der DGE 12 Prozent weniger Treibhausgase, eine vegetarische Ernährung 26 und eine vegane Ernährung sogar 37 Prozent weniger klimaschädliche Emissionen.
"Unser Projekt, das dank unserer Spender zustande gekommen ist, zeigt klar, dass eine Ernährungsumstellung nach den Empfehlungen der DGE verbunden mit dem Kauf von Bio-Lebensmitteln sowohl für den Klimaschutz als auch für die eigene Gesundheit Vorteile hat", fasst Prof. Dr. Rainer Grießhammer, Mitglied der Geschäftsführung am Öko-Institut zusammen. "Für nicht einmal sieben Euro mehr pro Monat können sich viele Menschen biologisch und fair erzeugte Lebensmittel leisten."
Externe Kosten unserer Ernährung: Landwirtschaft und Gesundheitskosten
Nicht zuletzt hat das Öko-Institut die indirekten Kosten unserer Ernährung analysiert, die die Gesellschaft insbesondere für die Auswirkungen der konventionellen Landwirtschaft tragen muss. Der Einsatz von Pflanzenschutzmitteln, mineralischen Düngern, die intensive Tierhaltung, die zu einer deutlichen Stickstoffbelastung beispielsweise von Gewässern führt, der massive Einsatz von Antibiotika, der Resistenzen und neue Krankheiten nach sich zieht - das sind nur einige Beispiele für die indirekten, oder externen Kosten. Auch führt eine ungesunde Ernährungsweise zu Mehrausgaben für das Gesundheitssystem, die wiederum alle in unserer Gesellschaft tragen.
Berücksichtigt man diese Kosten, die wir uns exemplarisch angeschaut haben, so ist die durchschnittliche Ernährung viel teurer als eine mit Bio-Lebensmitteln", so Grießhammer weiter. "Ein Beispiel: Die spanische Regierung hat große Summen investiert, um Wasser für die Bewässerung von Tomaten über weitere Strecken zu transportieren, Flüsse zu stauen, Kanäle zu bauen oder Meerwasser zu entsalzen. Solche Kosten sind in den Tomaten indirekt enthalten; sie müssen von allen in unserer Gesellschaft bezahlt werden."
Spendenprojekt - Hintergrundinformationen
In seinem Spendenprojekt "Ist gutes Essen wirklich teuer?" hat das Öko-Institut die Kosten und Treibhausgasemissionen unterschiedlicher Ernährungsweisen ermittelt. Dabei berücksichtigten die Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen sowohl die direkten Kosten bzw. Preise, die Verbraucher für die Produkte bezahlen, als auch die indirekten Kosten, die die Gesellschaft für Umwelt- und Gesundheitsschäden einer nicht-nachhaltigen Produktionsweise sowie einer ungesunden Ernährung tragen muss.
Die Studie analysiert dabei vier verschiedene Ernährungsstile: eine durchschnittliche deutsche Ernährung in Anlehnung an die Daten des Statistischen Bundesamts, eine Ernährung nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (mit rund 70 Prozent weniger Fleisch, jedoch 30 Prozent mehr Milchprodukten als in der Durchschnittsernährung) sowie die jeweilige Bio- und Fairtrade-Variante der beiden genannten Ernährungsweisen. Außerdem haben die Wissenschaftlerinnen für die ersten beiden Ernährungsstile sowie für eine vegetarische und eine vegane Ernährung Klima- bzw. Treibhausgas-Bilanzen berechnet.
Öko-Institut e.V. - Institut für angewandte Ökologie
Novalisstraße 10
10115 Berlin
Deutschland
Telefon: 030-2 804 86 81
Telefax: 030-280 48 6-88
Mail: info@oeko.de
URL: <http://www.oekoinstitut.de>

Pressekontakt

Öko-Institut e.V. - Institut für angewandte Ökologie

10115 Berlin

oekoinstitut.de
info@oeko.de

Firmenkontakt

Öko-Institut e.V. - Institut für angewandte Ökologie

10115 Berlin

oekoinstitut.de
info@oeko.de

Das Öko-Institut e.V. - Institut für angewandte Ökologie - wurde 1977 gegründet. Die Gründung stand in engem Zusammenhang mit den Auseinandersetzungen um den Bau des Atomkraftwerks Wyhl in Baden-Württemberg. Ziel des Öko-Instituts und seiner WissenschaftlerInnen war und ist eine von Regierungen und Industrie unabhängige Umweltforschung zum Nutzen der Gesellschaft. Unsere Forschungsergebnisse werden der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt