

„Am Besten Ökolebensmittel aus der Region und überwiegend pflanzlich.“

Interview mit Karl von Koerber

Dynamo: Wie viel tragen unsere Ernährung und Lebensmittelproduktion zur Klimabelastung bei?

Karl von Koerber: Die Ernährung hat einen deutlich höheren Anteil als viele Menschen annehmen: 20% der gesamten Treibhausgase. Wir als Verbraucher_innen haben die Hebel in der Hand, diesen Anteil deutlich zu vermindern und zum Klimaschutz beizutragen.

Was wären wirkungsvolle Maßnahmen für eine Reduzierung der Treibhausgase im Ernährungsbereich?

Da gibt es eine ganze Reihe aufzuzählen. Wenn ich bei der Lebensmittelauswahl anfangen, ist der wirkungsvollste Beitrag, deutlich weniger tierische Lebensmittel, stattdessen pflanzliche Lebensmittel im Speiseplan zu haben. Das ist das A und O. Weiterhin ist es sinnvoll, ökologisch erzeugte Lebensmittel einzukaufen. Dann möglichst Solche, die aus der Region stammen, die nicht weit transportiert werden und die der Jahreszeit entsprechen. Und schließlich auch frische und wenig verarbeitete Lebensmittel zu bevorzugen gegenüber Fertigprodukten oder Tiefkühlprodukten.

Dann wollen wir doch diese einzelnen Bereiche ein bisschen näher erläutern. Warum ist die tierische Lebensmittelproduktion besonders klimabelastend?

Zunächst mal ist es so, dass bei den tierischen Lebensmitteln zwangsläufig mehr Treibhausgase bei der Produktion entstehen, als bei den pflanzlichen. Das liegt daran, dass bereits sehr viel Energie rein gesteckt wurde, um die Futterpflanzen auf dem Acker anzubauen.

Hier sind nicht nur die Maschinen, die über den Acker fahren in Rechnung zu stellen, sondern in erster Linie die Herstellung der mineralischen Stickstoffdünger – das gilt nur für die konventionelle Landwirtschaft und nicht für die biologische. Diese mineralischen Stickstoffdünger, auch als Kunstdünger bezeichnet, werden in der Chemie unter erheblichem Energieaufwand hergestellt. Und diese Energie stammt meistens aus fossilen Quellen, sprich aus Erdöl, Erdgas oder Kohle, so dass Treibhausgase damit verbunden sind. Jetzt ist aber der entscheidende Punkt bei den tierischen Lebensmitteln, dass das Futter, was die Tiere fressen, relativ ineffektiv in tierische Lebensmittel wie Fleisch, Käse oder Eier umgewandelt wird. D.h., man spricht hier von Veredelungsverlusten – dass nur ein geringer Anteil als tierisches Erzeugnis wieder zu erreichen ist. Und dann ist klar, dass die tierischen Lebensmittel insgesamt immer einen deutlich höheren Treibhausgasausstoß haben, nämlich bis zu dem zehnfachen von pflanzlichen Lebensmitteln.

Wie viel Einsparpotenzial wäre denn vorhanden, wenn wir uns direkt von den pflanzlichen Lebensmitteln ernähren würden?

Das hängt sehr vom individuellen Ernährungsstil ab. Aber das ist ein ganz erheblicher

Teil. Ein Drittel bis die Hälfte der Treibhausgase können vermieden werden, wenn wir ganz überwiegend pflanzliche Lebensmittel im Speiseplan haben.

Wie gut schneidet die Klimabilanz der Herstellung von Tofu im Vergleich zur Herstellung von Fleisch oder sagen wir Käse ab?

Da gibt es sehr konkrete Zahlen vom Ökoinstitut in Freiburg. Die haben bilanziert, wie viel Treibhausgas für 1 kg Lebensmittel ausgestoßen wird. Und zwar gerechnet von der Erzeugung, über die Verarbeitung in der Wirtschaft bis hin zum Handel.

Tofu emittiert in etwa 1 kg Treibhausgas pro 1 kg. Bei Schweinefleisch und Geflügelfleisch 3,5 kg, bei Rindfleisch 13 kg. Die dreizehnfache Menge gegenüber Tofu. Und bei Käse sind es etwa 9 kg Treibhausgas pro 1 kg, also das Neunfache gegenüber Tofu und das wäre ja die Alternative, dass wir Tofu verwenden und weniger Käse oder Fleisch und damit erheblich dazu beitragen, das Klima zu schützen.

Da wollen wir mal über die Produktion auf dem Acker – die Landwirtschaft sprechen. Inwiefern kann eine ökologische Landwirtschaft – sagen wir die Produktion von ökologischen Lebensmitteln zum Klimaschutz beitragen?

Beim ökologischen Landbau werden mineralische Stickstoffdünger vermieden, die in der Chemieindustrie energieaufwendig hergestellt werden. Insofern wird auf dem Feld deutlich weniger Energie eingesetzt. Vielleicht ein Viertel der Treibhausgase können bei ökologischer Pflanzenproduktion im Schnitt eingespart werden.

Das alleine ist noch nicht ausreichend. Wir müssen das kombinieren mit anderen Maßnahmen, wie der Verminderung tierischer Lebensmittel oder durch regionale und saisonale Auswahl.

Abgesehen davon sind die Landbaumaßnahmen sowohl im ökologischen wie im konventionellen Anbau noch optimierungsfähig, so dass nach und nach auch in der Landwirtschaft Treibhausgase eingespart werden können.

Der Ökolandbau hat natürlich noch den Vorteil, dass dort mehr Humus aufgebaut wird, also mehr fruchtbarer Boden erhalten oder auch neu gebildet wird, wo dann CO₂ aus der Atmosphäre wieder rückgebunden werden kann, so dass eine echte Treibhausgasentlastung entsteht – man spricht auch von einer Senke für die Treibhausgase.

Wie schwer fallen Lebensmitteltransporte bei der Klimabelastung ins Gewicht – nicht nur beim Transport bis in den Supermarkt oder Laden, sondern auch in dem Moment, wo ich zum Einkaufen gehe?

Ja, das ist ein wichtiger Punkt: wir müssen die Lebensmittel möglichst wenig transportieren, und sollten sie aus der Region beziehen. Es fällt aber nicht nur die Entfernung ins Gewicht, sondern auch das Transportmittel.

Es wäre sehr viel günstiger, Lebensmittel über längere Strecken mit der Bahn zu transportieren und dann vielleicht erst mit den Lkws zu den Supermärkten. Das passiert aber so gut wie nie, es wird fast alles an Lebensmitteln in Deutschland auf Lkws transportiert, was drei bis vier mal mehr Treibhausgase als mit der Bahn emittiert.

Bei den regionalen Lebensmitteln muss man auch dazu sagen, dass es nicht in jedem Falle automatisch besser für das Klima ist, wenn z.B. ganz kleine Mengen in Lieferwagen transportiert werden; dann sind zwar die Entfernungen kurz, aber es ist nicht besonders effektiv, weil die Auslastung nicht groß ist. Hier ist wichtig, die Warenströme möglichst zusammenzufassen und natürlich möglichst viele Leute davon zu überzeugen, denn dann wird es selbstverständlicher und es werden auch größere Transportmittel

eingesetzt, so dass das Ganze effektiver wird.

Wie sieht es mit dem Supermarkteinkauf aus?

Da ist es sicherlich überhaupt nicht sinnvoll, den Einkauf mit dem Auto zu erledigen – das geht auch mit den ÖPNV, mit dem Fahrrad oder zu Fuß. Mit dem Auto würde man die anderen Maßnahmen zum Klimaschutz wieder zunichte machen.

Vergleicht man mal die industrielle Landwirtschaft mit ihren großen Monokulturen mit der dezentralen, ökologischen Landwirtschaft. Könnte es sein, dass eine dezentralisierte Landwirtschaft sogar energieintensiver wäre. Wo ist das goldene Maß zu finden? Was würde tatsächlich Effektivität und tatsächliche Einsparungen an Emissionen und Energie bedeuten?

Es ist sicherlich sinnvoll, diese verschiedenen Maßnahmen zu kombinieren, d.h., dass man als Verbraucher_in eine ökologische Landwirtschaft unterstützt, indem man ihre Produkte kauft, und dann möglichst von Betrieben aus der Nähe, die die Lebensmittel mit effektiven Transportmitteln in die Städte und Einkaufsgeschäfte fahren. Mit dem eigenen Auto raus fahren auf's Land und dort ein paar Tüten Gemüse oder Obst kaufen – das ist sicherlich nicht sinnvoll. Am besten also Ökolebensmittel aus der Region und überwiegend pflanzlich.

Wie bedeutend ist die Saisonalität? Welchen Schaden richtet man an, wenn man dem Boden einen Konsum aufzwingt, der nicht der Saison entspricht?

Es gibt theoretisch die Möglichkeit, dass Lebensmittel aus der Nähe kommen, aber in einem beheizten Gewächshaus angebaut werden. Dann hätte man zwar regionale Lebensmittel, aber keine saisonalen – also keine die der Saison entsprechen. Das gilt für grünen Salat im Winter aus dem Gewächshaus oder Tomaten oder Gurken – das ist klar: wenn diese Gewächshäuser mit Erdgas beheizt werden, dann wird jede Menge CO₂ an die Atmosphäre abgegeben.

Wenn wir tiefgekühlte Pommes nehmen und dann im Haushalt einsetzen, dann ist das etwa das 30-fache an Treibhausgasemissionen gegenüber frisch gekochten Pellkartoffeln. Das sind schon Größenordnungen, die sehr dramatisch sind und die dafür sprechen, die Sachen möglichst aus dem Freiland aus Deutschland zu beziehen und das geht v.A. im Sommer und Herbst, weil im Winter die Sachen bei uns nicht wachsen, bis auf Ausnahmen wie Feldsalat oder Lauch. Lagergemüse wie z.B. Möhren, Zwiebeln und Kohl zählen natürlich auch zur saisonalen Ware. Das müssen wir nicht in der eigenen Wohnung machen, das machen die Bauern für uns und verkaufen es kontinuierlich auf dem Markt. Auch Getreide, Hülsenfrüchte oder Nüsse – die werden zwar nur einmal im Jahr geerntet, halten sich aber ohne Kühlaufwand, insofern sind die eigentlich rund um's Jahr als saisonale Lebensmittel anzusehen und sollten eine Grundlage bilden. Getreide und Hülsenfrüchte sind auch aus gesundheitlichen Gründen sehr positiv, wie überhaupt alle pflanzlichen Lebensmittel. So haben wir zum Glück keinen Konflikt zwischen gesunder Ernährung, Genuss und Klimaschutz; das kann man zusammenführen.

Visionär gedacht – in den nächsten 20-30 Jahren, wenn wir eine Wende zu einer klimagerechten Gesellschaft hinbekommen würden, wie würde unsere Ernährung in den westlichen Ländern aussehen?

Es ist sicherlich wichtig, alle Möglichkeiten zu nutzen, effektiv anzubauen. Wir müssen nicht zu einem Landbau zurückkehren, wie er vor 100 Jahren war. Wir können moderne

Technik einsetzen, aber es sollten Techniken sein, die umweltverträglich sind, nicht viel Energie verbrauchen, und da hat der ökologische Landbau bisher die Nase vorn. Die verbinden traditionelles Wissen mit moderner Technik, haben auch Erfahrungen mit verschiedenen Pflanzengemeinschaften, Fruchtfolgen und auch geschickte, schonende Verarbeitungsverfahren, die möglichst auf den Betrieben schon laufen. Es gibt Hofkäsereien, Hofbäckereien, die auch die Wertschöpfung in der Region erhalten – ich denke, es geht um eine Landwirtschaft der kurzen Wege, wo möglichst auch die Verarbeitung direkt auf dem Hof erfolgt und dann die Vermarktung möglichst geschickt läuft, z.B. mit Produktionsgenossenschaften, die dann gemeinsam die Waren in die Städte oder in die Dörfer fahren. Die Menschen könnten dann mehr und mehr ihre Mobilität ohne Autos erledigen, weil die öffentlichen Verkehrsmittel oder die Fahrradwege so gut ausgebaut sind, dass es Spaß macht, sie zu nutzen.

Wie müssen wir Produkte aus Übersee bewerten? Sind sie reines Luxusgut?

Da ist es ein ganz entscheidender Unterschied, mit welchem Transportmittel diese zu uns gelangen. Solange sie mit dem Schiff kommen, ist das relativ verträglich, weil dann große Mengen auf einem Schiff konzentriert werden können. Ganz klimaschädlich ist es, wenn diese Produkte mit dem Flugzeug kommen, weil da relativ wenig in ein Flugzeug passt und riesige Mengen an Flugbenzin nötig sind – das sind Ausreißer, die mehrere Hundert Mal mehr klimaschädigend sind, als regionale Produkte.

Zu bedenken ist natürlich noch, dass die Produkte von Häfen – oft in Norddeutschland oder Holland – in der Regel mit dem LKW transportiert werden, d.h., da kommt eine erhebliche Belastung von vielen Kilometern dazu.

Am Ende kommen die Lebensmittel häufig verpackt in die Regale und zu Hause müssen wir sie dann auch oft noch kühl lagern. Worauf sollte hier geachtet werden?

Im Prinzip ist es günstig, Mehrwegverpackungen zu bevorzugen, weil da nicht so viel Ressourcen verbraucht werden. Die Herstellung der Verpackungen verbraucht eine Menge Energie, die dann wieder klimaschädlich wirkt. Insofern sind Mehrwegsysteme, sei es aus Glas oder auch aus Kunststoff, günstiger.

Und ein wichtiger Aspekt ist auch, wie wir den Haushalt organisieren. Da ist es wichtig, auf energieeffiziente Haushaltsgeräte zu achten, also am besten bei der Kühlung die hohen Energieklassen bis zu AA++ zu nutzen. Bei Waschmaschinen und Spülmaschinen ist A die höchste Effizienzklasse. Und natürlich ist es sinnvoll, erneuerbare Energien einzusetzen; hier ist Ökostrom die absolute Wahl, weil die ohne CO₂ Belastung erzeugt werden, und eben auch nicht die Gefahren der Atomkraftwerken bergen.

Dr. Karl von Koerber ist Ernährungswissenschaftler und kümmert sich um ökologische und soziale Aspekte der Ernährung. Er arbeitet an der TU München, wo er gerade das Fach „nachhaltige Ernährung“ aufbaut.