

Der ökologische Fußabdruck der Ernährung

Hinter jedem Lebensmittel steht eine Produktionskette, die mit auf dem Feld beginnt und mit dem Essen in der Hand endet. In jedem Transport- und Verarbeitungsschritt werden Flächen verbraucht und CO₂ produziert. Nehmen wir zum Beispiel ein Burgerbrötchen:



Der ökologische Fußabdruck misst all die Flächen, die man oben sehen kann und die für die Produktion von Brötchen benötigt werden. Bei all diesen Produktionsschritten wird viel CO₂ ausgestoßen, das wieder fixiert werden muss, um eine Klimaerwärmung zu vermeiden. Die Waldfläche, die benötigt wird, um dieses überschüssige CO₂ zu binden, wird ebenfalls mittels den ökologischen Fußabdruck berechnet. Diese CO₂-Fläche ist Teil des ökologischen Fußabdrucks eines Brötchens, der so groß ist wie zwei Blatt A3-Papier (ca. 0,3 globale Quadratmeter) - das nur für ein Brötchen!

Nutztiere brauchen viel Fläche: Auf einem Hektar Land kann man entweder eine Kuh für ein Jahr füttern oder beispielsweise 30 Tonnen Kartoffeln in einem Jahr produzieren.

Nutztiere sind ineffiziente Nahrungsquellen: Sie benötigen bis zu 12 kg Sojabohnen, um nur 1 kg Fleisch zu produzieren.

Fleisch und tierische Produkte haben einen enormen ökologischen Fußabdruck und enorme Treibhausgasemissionen - so viel wie der gesamte globale Verkehr!

Wie viel Boden haben wir?



Wenn wir den gesamten Boden, der auf der Erde existiert, zusammenkratzen würden, dann ergebe er einen etwa 50 km großen Ball. Ohne Boden können Pflanzen nicht wachsen und ohne Pflanzen gäbe es keine an Land angebaute Lebensmittel. Bioproduktive Flächen enthalten Boden und Humus und sind die Grundlage für die Ernährung des Menschen. Diese Flächen werden von Tag zu Tag kleiner, weil sie neuen Straßen, Parkplätzen, Häusern oder Einkaufszentren weichen müssen oder durch die industrielle Landwirtschaft geschädigt werden. **In Österreich werden durchschnittlich über 10 Fußballfelder große Bodenflächen pro Tag abgetragen.**

Flächen für Nutztiere – Was hat mein Hamburger mit dem Regenwald zu tun?



In Brasilien wird der Regenwald seit vielen Jahrzehnten abgeholzt, um Felder zu schaffen, auf denen meist nur eine einzige Pflanze angebaut wird: zwar Soja! Wo einst eine große Artenvielfalt mit vielen verschiedenen Tieren, Pflanzen und Einheimischen bestand, werden nur mehr Sojabohnen angebaut, die als Futter für unsere Nutztiere dienen: für Hühner, Schweine und



Rinder.

Früher bezogen die Bauern das Futter für ihr Vieh von ihren eigenen Wiesen und Feldern, die zu ihrem Hof gehörten. Heute fressen die Nutztiere das Futter, welches weit weg in Brasilien oder Argentinien angebaut und über den Atlantik transportiert wird. Der Grund dafür ist, dass wir so viele Nutztiere züchten, dass wir sie nicht mehr von unseren eigenen Feldern ernähren können. In Österreich gibt es etwa 3 Mio. Schweine und 15 Mio. Hühner (8 Mio. Österreicher), weil in Österreich so viel Fleisch, Milchprodukte und Eier gegessen werden.



1. Gemüse, Früchte, Kartoffeln, Hülsenfrüchte und Getreideprodukte haben einen viel kleineren ökologischen Fußabdruck als Fleisch, Fisch, Milchprodukte und Eier und sind gesünder. Man kann seinen ökologischen Fußabdruck auch etwas reduzieren, indem man Geflügel statt Rindfleisch essen.
2. Wir können unseren ökologischen Fußabdruck auch verkleinern, wenn wir saisonales und lokales Essen wählen. Lokale Lebensmittel werden in der Region, in der wir einkaufen, hergestellt und haben eine kurze Transportstrecke oder kommen aus dem eigenen Garten. Saisonkonform bedeutet, nur reifes Obst und Gemüse zu essen: zum Beispiel Erdbeeren im Mai oder Trauben im September und Oktober. Wir nennen es auch saisonales Obst und Gemüse. Kaufe nur Bio-Lebensmittel oder erntet Obst, Gemüse, Nüsse, Wildkräuter aus einem Garten, Park oder auf dem Land. Biologische Lebensmittel werden ohne Kunstdünger, "Unkrautvernichter" und Insektizide (Pestizide) hergestellt und sind gut für die Natur und die Nutztiere. Im Allgemeinen hat es einen etwa 10% kleineren Fußabdruck.
3. Wirf kein Essen weg! In Österreich und in der EU wird fast ein Drittel aller Lebensmittel weggeworfen. Dies geschieht nicht nur zu Hause, sondern auch im Supermarkt und im Großhandel. Kaufe nur, was du wirklich benötigst. Halte Abstand von Sonderangeboten wie "Kaufen Sie 1 und erhalten Sie 1 gratis". Lebensmittel nach Ablauf des Verfallsdatums werden nicht automatisch verdorben – vertraue deinen Sinnen!

Wie kann ich meinen ökologischen Fußabdruck der Ernährung reduzieren?

1. **Reduziere Fleisch, Milchprodukte (vor allem die fetten) und Eier**
2. **Bevorzuge saisonale und lokale Produkte, so viel wie möglich aus biologischer Landwirtschaft**
3. **Verschwende kein Essen und wirf es nicht weg!**

