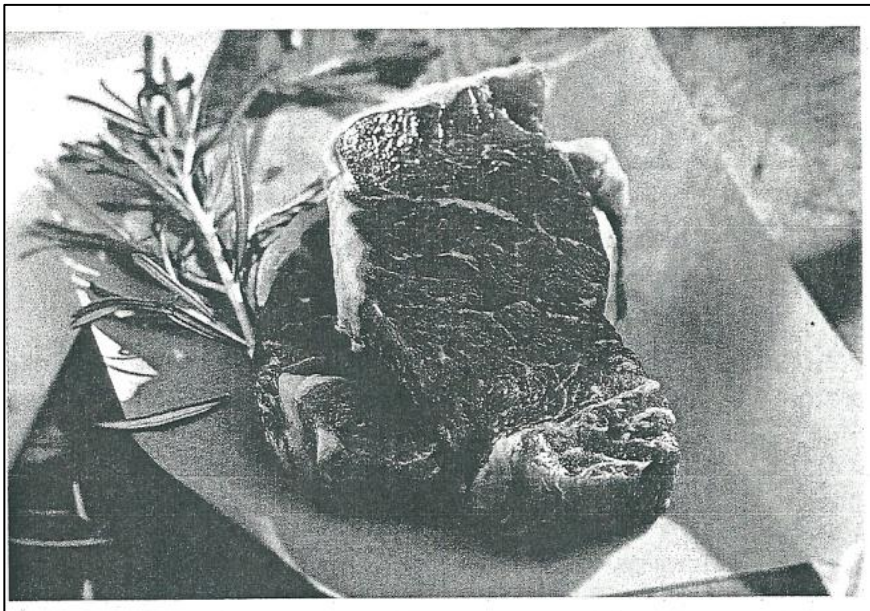

Wurst und Fleisch

Im Land der Fleischesser

Rund 60 Kilogramm Fleisch isst jeder Deutsche pro Jahr. Das ist zu viel. Die wenigsten wollen darauf verzichten.

Unbekümmerte Fleischesser. Drei von vier Deutschen haben nicht vor, ihren Fleischkonsum zu senken. Das ergab eine Studie der Universitäten Göttingen und Hohenheim. Nur jeder Zehnte plane tatsächlich, weniger Fleisch zu essen. Reine Vegetarier oder gar Veganer bilden mit gut 4 Prozent nur eine kleine Gruppe. Fast 12 Prozent der Deutschen sind Flexitarier: Sie essen nur selten Fleisch, nur ausgewähltes oder nur wenig.

Menge ist entscheidend. Fleisch ist ein guter Nährstofflieferant. Es bietet besonders hochwertiges Eiweiß, das der Körper schnell verarbeiten kann. Es enthält auch wichtige B-Vitamine sowie Mineralien wie Eisen und Zink. Wer viel Fleisch isst, nimmt aber auch mehr unerwünschte Begleitstoffe wie Cholesterin, gesättigte Fettsäuren oder Purine auf. Zubereitet mit Soßen und Panaden sind Fleischgerichte zudem oft schnell fettreich. Laut Deutscher Gesellschaft für Ernährung sollten es nicht mehr als 300 bis 600 Gramm Fleisch und Wurst pro Woche sein. Rein rechnerisch konsumieren die Bundesbürger in der Woche aber mehr als 1 100 Gramm. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt auch, etwa vom Rind, Schwein oder Lamm weniger zu essen. Wer viel rotes Fleisch isst, erhöht wahrscheinlich sein Risiko für Dickdarmkrebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Frauen als Vorbilder. Frauen essen weniger Fleisch und Wurst als Männer, dafür mehr Obst und Gemüse. Das ist nicht nur besser für die Gesundheit, sondern auch für die Umwelt. So ergab eine Studie der Universität Halle: Würden alle deutschen Männer den Ernährungsstil der Frauen übernehmen, ließen sich 15 Millionen Tonnen Treibhausgase einsparen. Der Anteil der Ernährung am Treibhauseffekt liegt in Deutschland bei immerhin rund 20 Prozent.

Tipp: Niemand muss gänzlich auf Fleisch verzichten. Am magersten ist Geflügel – aber nur ohne Haut. Auf dem Speiseplan sollten auch ausreichend Fisch, viel Obst und Gemüse sowie genug Ballaststoffe stehen.

Ökologischer Landbau

Davon leiten sich die Ziele und Maßnahmen des ökologisch wirtschaftenden Betriebes ab:

- der generelle Verzicht auf chemisch-synthetische Dünge- und Pflanzenschutzmittel im Betrieb, der allgemein als *das* Unterscheidungsmerkmal zu anderen Produktionsweisen gesehen wird
- vielseitige Fruchtfolgen, insbesondere hohe Anteile von Leguminosen (Stickstoffsammler) und ein geringerer Anteil der im herkömmlichen Anbau wettbewerbsstarken Kulturen Zuckerrüben und Silomais
- ein flächengebundener, geringer Viehbesatz, wobei der Schwerpunkt auf der Rindviehhaltung liegt
- geringerer Aufwand an Düngemitteln, wobei der anfallende Stalldünger neben den Leguminosen die einzige Stickstoffquelle für den betrieblichen Nährstoffkreislauf darstellt
- Krankheits- und Unkrautregulierung durch vorbeugende ackerbauliche Maßnahmen oder durch biologische, technische oder thermische Verfahren
- Beschränkung des Zukaufs von Futtermitteln und Vieh, Vermeidung von Futtermitteln aus der Dritten Welt

Nicht zugelassen sind synthetische Nachreifemittel und Hormone.

Höhere Preise für den Mehraufwand

Wie der herkömmliche Anbau stellt auch der ökologische Landbau hohe Anforderungen an die Flexibilität und Qualifikation der Betriebsleiter. Die pflanzlichen und tierischen Naturalerträge sind in ökologisch wirtschaftenden Betrieben im Durchschnitt geringer. Insbesondere ergibt sich im Biobetrieb ein höheres Ernterisiko im Ackerbau, weil hochwirksame schadensbegrenzende Mittel zum Teil nicht verwendet werden dürfen.

Trotz niedriger Erträge ist der Arbeitsaufwand durch vorwiegend mechanische Verfahren und damit oft auch die erforderliche Handarbeit, z.B. bei der Unkrautregulierung, deutlich höher. Dies muß durch höhere Erzeugerpreise und durch einen besonders sparsamen Einsatz an Betriebsmitteln ausgeglichen werden. Sonst sind diese Betriebe nicht konkurrenzfähig.

Lebensmittel aus ökologischem Landbau enthalten keine oder meist wesentlich weniger Rückstände um Pflanzenschutzmitteln.