

Sophia Fahrland

KLIMASCHUTZ FÄNGT AUF DEM TELLER AN

Das CO₂-Sparbuch
für klimafreundliche Ernährung



KOMPLETTMEDIA

KLIMASCHUTZ AUF DEINEM TELLER

Für das Klima aktiv zu werden, ist erfreulicherweise einfach und kostengünstig. Klimaschutz beginnt im Kleinen, bei der alltäglichen Entscheidung: im Supermarkt, im Restaurant, in der Küche. Ob tierische Produkte oder pflanzliche Alternativen in deinem Einkaufskorb landen, ist entscheidend. Nicht nur Flugzeuge und Autos verursachen Treibhausgase, sondern auch unsere Ernährung. Ernährung ist an dieser Stelle keine Privatsache mehr. Wie du dich ernährst hat nicht nur Auswirkungen auf deine Gesundheit, sondern auch auf die deines Planeten.

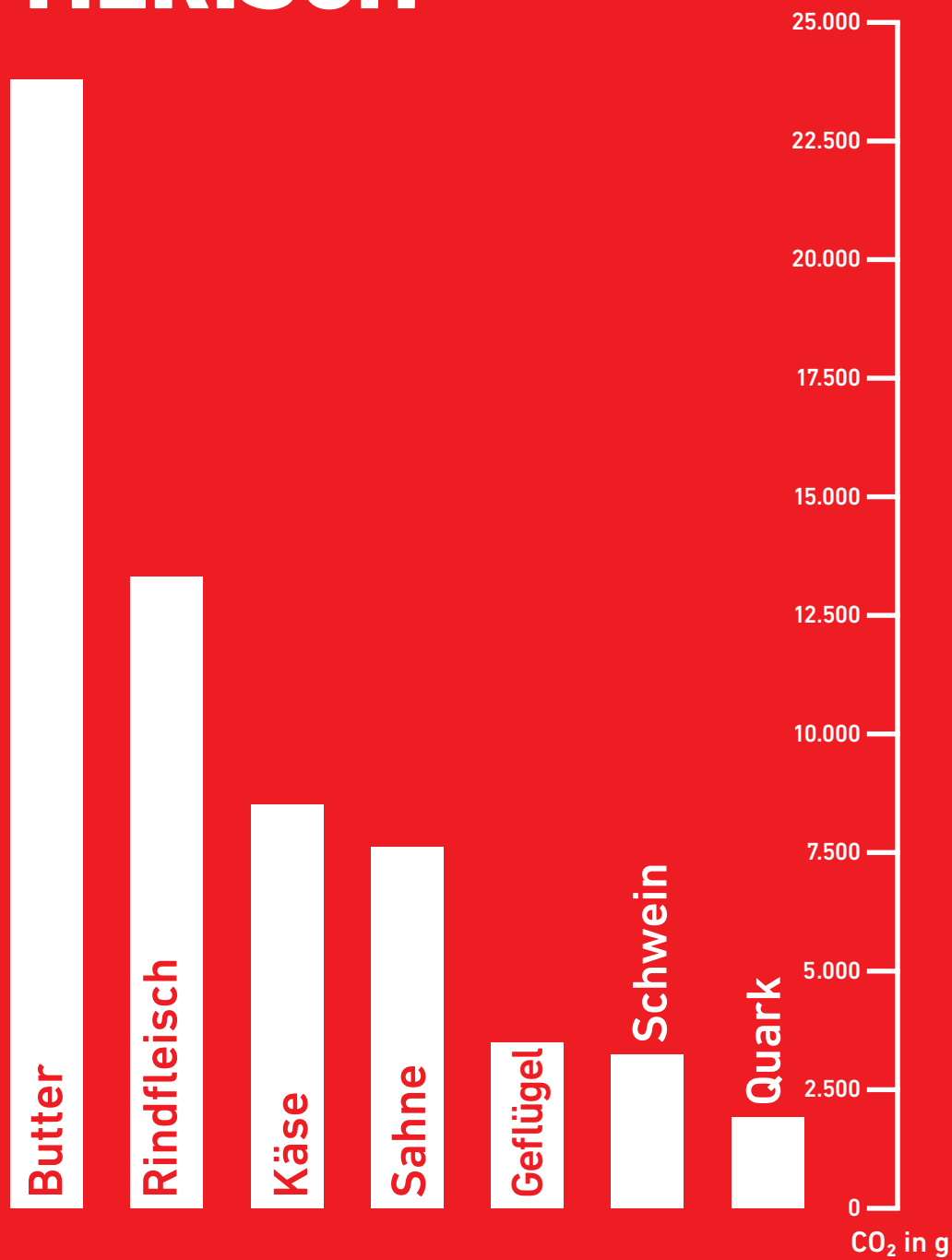
Angebot und Nachfrage „Was bringt das schon, wenn ich alleine auf Fleisch verzichte?“, magst du dich bestimmt fragen. Alleine kannst du die Welt leider nicht retten. Solange warten bis alle sich ändern, um dann selbst erst anzufangen, ist auch keine hilfreiche Herangehensweise. Denk immer daran: Du bist nicht alleine. Neben dir leben noch 7,46 Milliarden andere Menschen auf diesem Planeten. Auch wenn du dich anfangs alleine mit deinem verantwortungsvollen Konsum fühlst, sollte das kein Grund für dich sein aufzugeben. Du trägst die Verantwortung für deinen Konsum. Dieser Verantwortung kannst du dich nicht entziehen.

JEDER KAUF IST EIN STIMMZETTEL

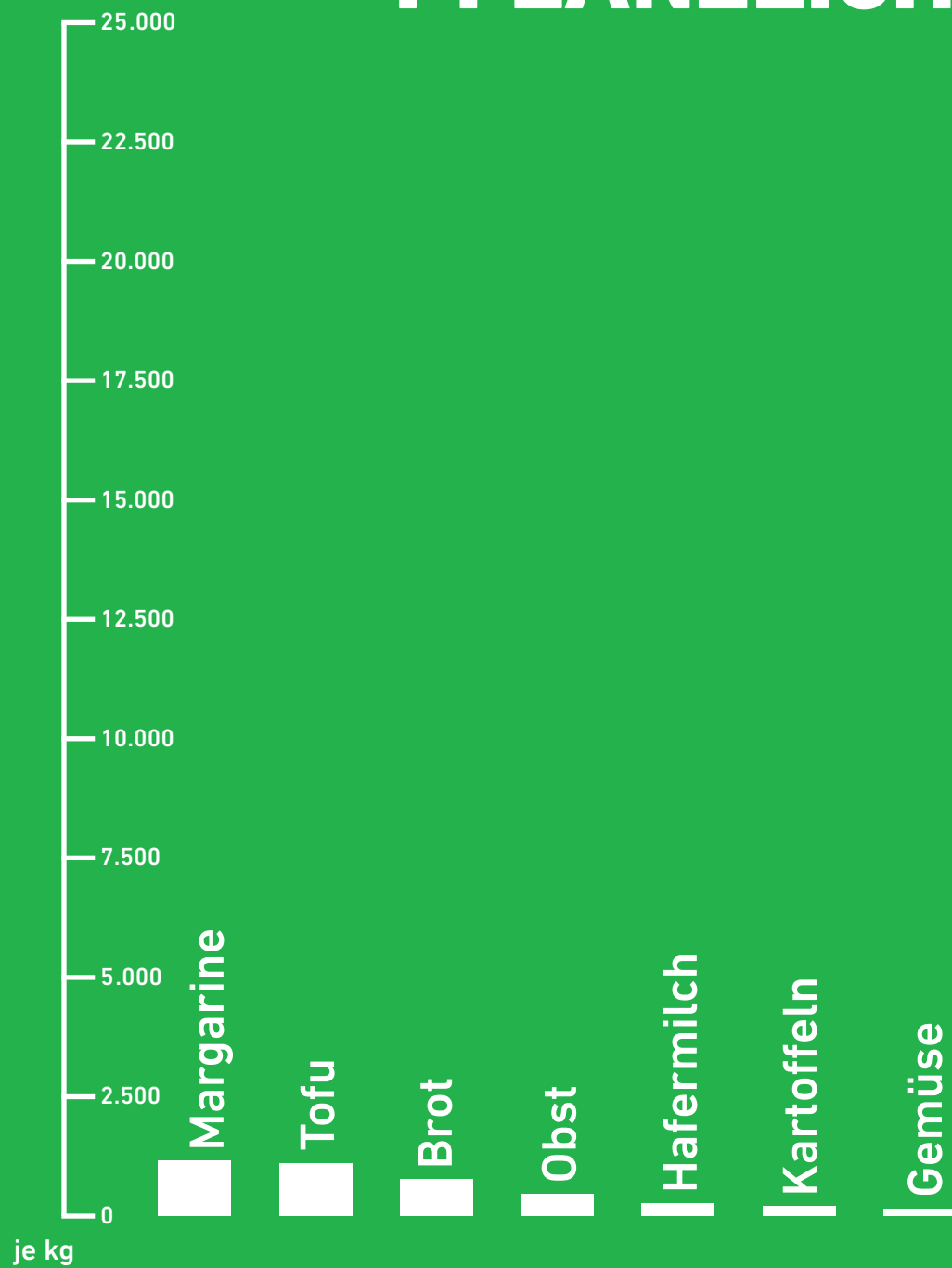
Die Nachfrage von heute bestimmt, was morgen produziert wird. Die Produzenten schauen auf die Verkaufszahlen vom letzten Monat und passen daraufhin ihre Planung an. Jeder Einkauf zählt. Jede Person zählt. Jedes Bisschen zählt. Ob du heute dein Budget entweder in die Fleisch-Industrie oder in den Bio-Gemüseanbau steckst, ist entscheidend. Du stimmst entweder für Intensivtierhaltung oder für Biolandwirtschaft. Wenn sich jeder Besuch im Supermarkt für dich wie der Gang zum Wahllokal anfühlt, wird dein Einkauf anders ausfallen.

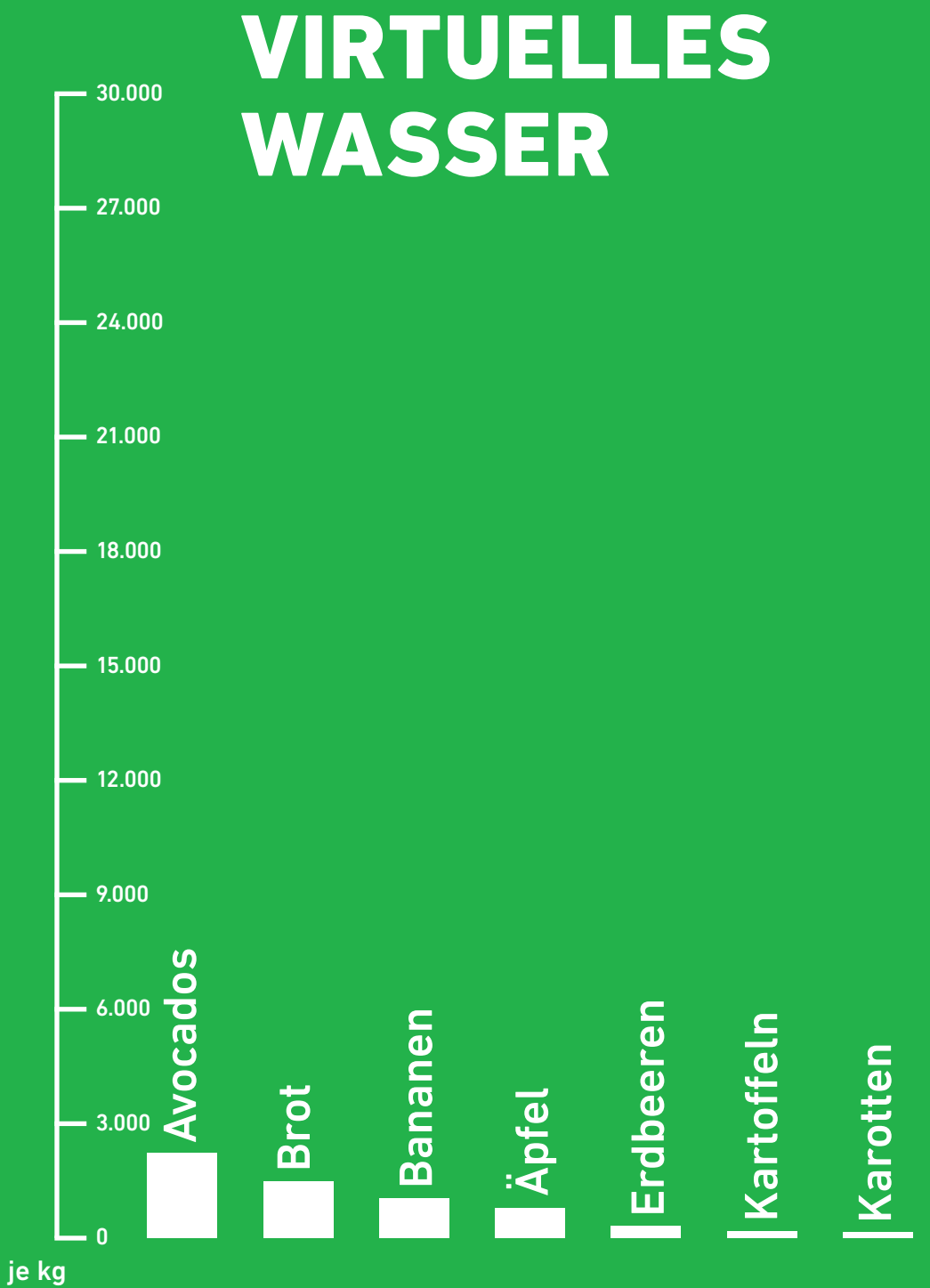
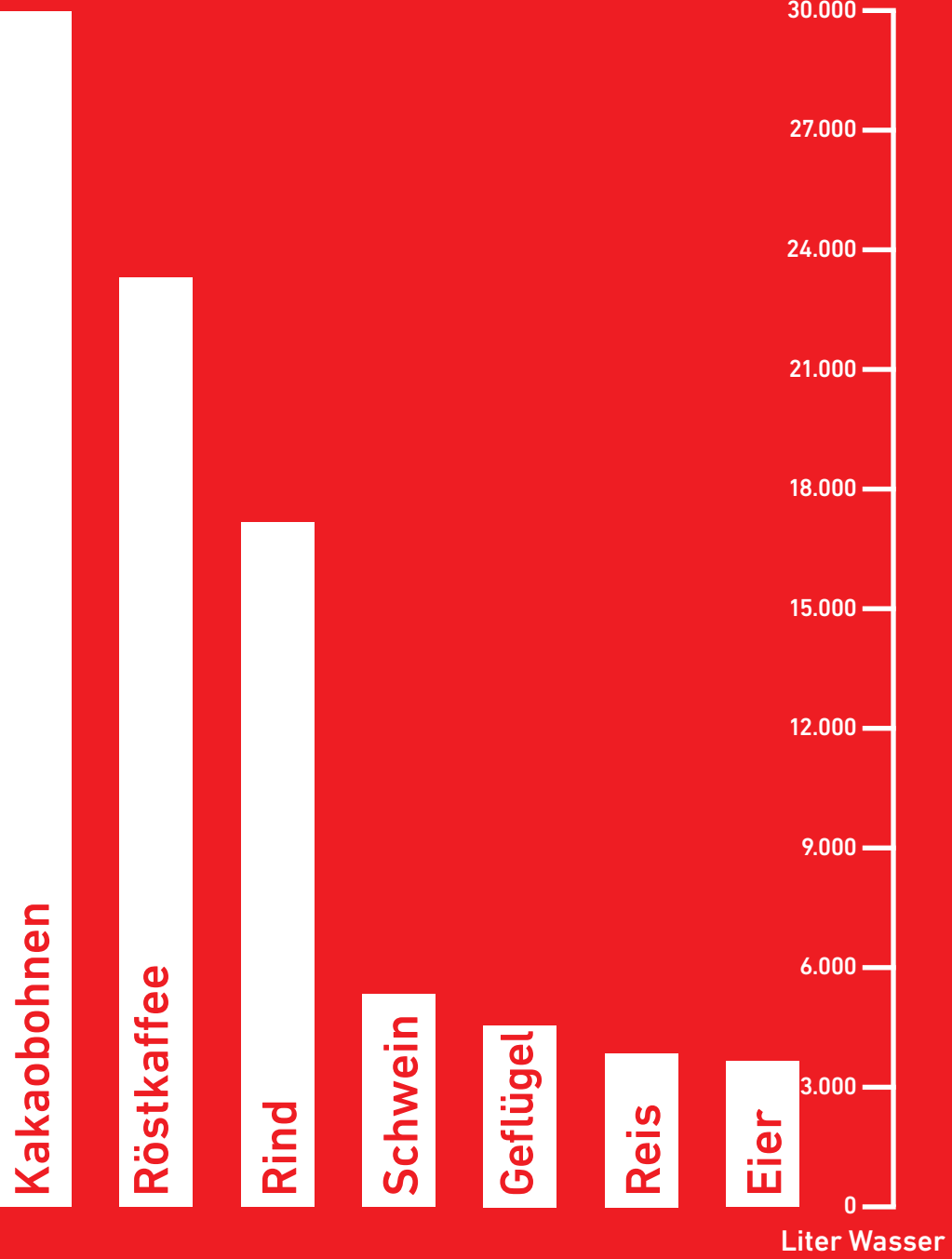
„Aber dann wird das Fleisch ins Ausland exportiert!“, werden Kritiker dir entgegenen. So wird es vielleicht sein. Wieder kein Grund für dich, direkt alles hinzuschmeißen. Wenn du das Problem im großen Ganzen siehst, bist du trotzdem immer noch weltweit eine Person weniger, die Fleisch nachfragt. Und wer weiß: Vielleicht macht sich genau in diesem Moment eine Person in New York genau die gleichen Gedanken über einen klimafreundlichen Lebensstil, wie du.

TIERISCH



PFLANZLICH





GÜLLE IM GRUNDWASSER

Boden- Wasser- Luftverschmutzung

Gülle und Pestizide aus der Tierindustrie belasten Boden und Grundwasser. Wenn wir weniger tierische Exkremente produzieren, könnte man die Gewässer entlasten, giftige und krebserregende Luftschadstoffe reduzieren und die Ökosysteme besser schonen. Durch Futtermittelproduktion und Tierindustrie entsteht eine gefährliche Überdüngung. Ammoniak belastet Gewässer, Moore und Wälder mit zu viel Stickstoff und führt dort zur Überdüngung. Grundwasser wird mit Dünger, Unkraut- und Insektenvernichtungsmitteln verschmutzt. Dort, wo Ammoniak und Ammonium in Böden und Gewässer eingetragen werden, kann es zu einer Versauerung kommen. Die Waldbäume werden durch die Bodenversauerung beeinträchtigt. Auch können giftige Schwermetalle aus den versauerten Böden ausgespült werden. Bodenwasser wird in den betroffenen Flächen ebenfalls versauert und führt wiederum zur Versauerung von Gewässern.

146 ←
BODEN

VEGETARISCH REICHT, ODER?

Beim Thema Klimaschutz denkt jeder an Fleisch-Verzicht. Nur auf Fleisch zu verzichten, reicht für die Rettung des Planeten jedoch nicht aus. Der größte Klimakiller ist vegetarisch: Butter. Die Probleme der Milchindustrie erhalten keine Aufmerksamkeit. 57 % der Deutschen sind laut einer Umfrage bereit, weniger Fleisch zu essen. Oft wird die Reduzierung von Fleisch, mit mehr Joghurt, Quark, Sahne, Butter und Käse ausgeglichen. Das weniger Fleisch mit mehr Milchprodukten auszugleichen, verbessert die Klimabilanz leider keineswegs.

Die Deutschen sind Weltmeister im Milchkonsum. Milch, Quark, Käse, Yoghurt, Butter: Das sieht harmlos aus. Nichts Böses wird dahinter vermutet. Bei einem Stück Fleisch kann man die Herkunft von einem Tier noch erahnen. Milchprodukte sind aber für die Meisten, so weit vom Tier entfremdet, dass hier der Zusammenhang ausgeblendet wird. Milch kommt von der Kuh, und somit lassen sich alle negativen Auswirkungen, sowie Neben- und Abfallprodukte der Rindfleischproduktion, auf die Milchprodukte übertragen.

→ 64
BUTTER

Butter ist auf dem Platz 1 der klimaschädlichsten Lebensmittel. Die Erklärung ist naheliegend: Butter enthält viel Milch. 20 Liter Milch werden für ein Kilogramm fertige Butter benötigt. Für viel Milch braucht man viele Kühe. Und Kühe produzieren beim Verdauen jede Menge extrem schädliches Methan. Methan wirkt 40-mal stärker auf das Klima ein als Kohlendioxid. Unterm Strich werden für ein Kilogramm Butter 23.800 g CO₂ ausgestoßen.

Das Klima verändert sich. Warum du nicht? Die Klimakrise ist die größte Bedrohung der Menschheit. Klimaschutz beginnt auf deinem Teller. Die Ernährungspyramide wird neu interpretiert: Pflanzlich, regional, saisonal, bio.

