



Projekt UMBESA

Nachhaltiger Speiseplan—Umsetzung der Nachhaltigkeit in Großküchen unter besonderer Berücksichtigung von regionalen, saisonalen, biologischen Lebensmitteln und frisch zubereiteten Speisen

Das Projekt UMBESA wird im Rahmen der Gemeinschaftsinitiative Europäische Territoriale Zusammenarbeit (ETZ) des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) gefördert. ETZ unterstützt die verstärkte Zusammenarbeit zwischen den Regionen der Europäischen Union. Das Projekt trägt dazu bei, dass Großküchen verstärkt regionale, biologische und saisonale Lebensmittel einsetzen und der Informationsaustausch zwischen Großküchen, Lieferanten/Produzenten, Stakeholdern und Organisationen der biologischen Landwirtschaft in Österreich und Tschechien forciert wird. Das Ziel des Projektes liegt unter anderem darin, Netzwerke zwischen den unterschiedlichen Stakeholdern aufzubauen.

Informationsblatt SAISONALE Lebensmittel

Globalisierung ermöglicht, dass ganzjährig nahezu alle Sorten von Obst und Gemüse im Supermarkt erhältlich sind. Dank des Imports von Lebensmitteln aus der ganzen Welt gibt es Erdbeeren im Dezember, Pfirsiche im März und Weintrauben im Juni. Dabei stellen sich folgende Fragen: wo kommen diese Produkte her und wie werden sie angebaut und transportiert?

Regional & saisonal einkaufen heißt,

- ◆ auf die Herkunft der Lebensmittel zu achten.
- ◆ Lebensmittel zu bevorzugen, die möglichst nah am Verkaufs- und Verbrauchsort hergestellt und verarbeitet werden.
- ◆ Lebensmittel dann zu kaufen, wenn diese aus heimischer Produktion verfügbar sind.
- ◆ die Umweltbelastung durch reduzierte Transportwege gering zu halten.
- ◆ aufgrund des großen Angebots preislich günstiger zu kaufen.
- ◆ die heimische Wirtschaft zu unterstützen.¹



WAS TUN IM WINTER?

Die Auswahl an unterschiedlichen saisonalen Lebensmitteln ist im Winter geringer. Doch auch in der kalten Jahreszeit kann auf frische und gesunde Lebensmittel zurückgegriffen werden. Gemüsesorten wie Vogerlsalat, Lauch, Rüben, Wirsing, Kohlsprossen bringen Abwechslung in den Speiseplan und liefern Vitamine und Mineralstoffe, die uns fit und munter halten!

GEMÜSE UND OBST SAISONKALENDER

<p>Erdbeeren</p>  <p>MAI-AUG</p>	<p>Himbeeren</p>  <p>JUN-OKT</p>	<p>Marillen</p>  <p>JUL-AUG</p>	<p>Äpfel</p>  <p>JUL-OKT</p>	<p>Weintrauben</p>  <p>SEP-OKT</p>
<p>Spinat</p>  <p>APR-NOV</p>	<p>Tomaten</p>  <p>JUN-OKT</p>	<p>Karotten</p>  <p>JUN-SEP</p>	<p>Kraut</p>  <p>JUL-OKT</p>	<p>Vogerlsalat</p>  <p>SEP-JÄN</p>

Quelle: Die Umweltberatung: Saisonkalender <http://images.umweltberatung.at/htm/saisonkalender-noe-poster-ernaehrung.pdf>

5 Gründe um saisonale und regionale Lebensmittel einzukaufen

Für die Gesundheit

1. Gemüse und Obst, welche im optimalen Reifezustand geerntet werden, weisen den höchsten Gehalt an Vitaminen und bestimmten sekundären Pflanzenstoffen auf.
2. Geschmack wird erst bei ausgereifter Ware optimal, denn bei zu früher Ernte kann sich das Aroma nicht voll entwickeln.
3. Saisonale Produkte werden im Freiland angebaut: im Vergleich zu Freilandgemüse hat Treibhausgemüse einen höheren Nitratgehalt.

Für die Umwelt

4. Für den Anbau im beheizten Gewächshaus oder Folientunnel ist ein sehr hoher Primärenergieeinsatz erforderlich. Hoher Energieverbrauch verursacht entsprechend hohe CO₂-Emissionen.
5. Der Wasserverbrauch für den Anbau von Feldfrüchten aus der Region ist geringer im Vergleich zum Anbau in Trockengebieten wie zum Beispiel Südspanien.²

Verwendete Literatur:

¹Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur: Infoblatt LehrerInnen regional, saisonal, biologisch. http://virtuelleschule.bmukk.gv.at/uploads/media/B_REG_IB_LehrerInnen.pdf

²Umweltinstitut München e. V. (Hrsg.): Mit Bio auf der sicheren Seite, im Internet unter: www.umweltinstitut.org (Zugriff 3/2013)

Fotos:

Himbeeren, Vogerlsalat, Erdbeeren, Äpfel, Weintrauben, Karotten, Tomaten: die Umweltberatung.

Marillen, Kraut: Lebensmittelministerium.

Spinat: der Standard.

Impressum:

Ressourcen Management Agentur (RMA),
Wien, www.rma.at
Kontakt:
Hans Daxbeck, office@rma.at,
Tel: +43 1 913 22 52.0
UMBESA-Homepage: umbesa.rma.at

kofinanziert durch:

Amt der Oö. LR, www.land-oberoesterreich.gv.at
ÖkoKauf (MA 22), www.wien.gv.at
BMLVS, www.bmlvs.gv.at/
Lebensministerium, www.lebensministerium.at/

Projektpartner:

Fachhochschule Wien, www.fh-wien.ac.at
Südböhmische Universität Budweis, www.jcu.cz
Fachschule Jihlava, www.ssos-ji.cz