

UND HIER NOCH EINIGE FLEISCH-TIPPS

WARUM IST BIO-FLEISCH TEURER?

Die biologische Landwirtschaft garantiert:

- Laufstallhaltung
- Gruppenhaltung
- Auslauf ins Freie
- BIO-Futter ohne Gentechnik
- Futter ohne Antibiotika
- Futter ohne tierische Eiweiße (z.B. Tiermehl)
- jährliche Kontrollen

Daher ist Fleisch aus biologischer Nutztierhaltung hochpreisiger als Fleisch aus der konventionellen Nutztierhaltung.



Foto: br.de



Foto: austria-forum.org

Quellen:
Global 2000 (2012): Fleischatlas Österreich—Zurück zum Sonntagsbraten.
Geßl, R. (2001): Warum sind Bio-Produkte so teuer? Sind Bio-Produkte wirklich teuer? FREILAND—Verband für ökologisch-tiergerechte Nutztierhaltung

1. Kaufen Sie weniger Fleisch und Fleischprodukte!

Dafür aber Fleisch aus biologischer Landwirtschaft, von regionalen Fleischereien oder den Bauern und Bäuerinnen Ihres Vertrauens!

2. Verzichten Sie auf stark verarbeitete und Fertigprodukte!

Hier ist die Herkunft des Fleisches nämlich nicht nachvollziehbar.

3. Kochen Sie wieder häufiger selbst anstelle sich Fertiggerichte aufzuwärmen!

Beim Kochen können Sie selbst die Qualität und den Geschmack bestimmen. „Man weiß, was man isst!“

4. Fragen Sie auch in Restaurants und in Ihrer Betriebsküche nach vegetarischen Gerichten!

Wenn die Nachfrage steigt, vergrößert sich auch das Angebot.

Unser Fleischkonsum ist zu hoch!

Es wird empfohlen maximal 2 x pro Woche beziehungsweise nicht mehr als 300–600 Gramm Fleisch und Wurstwaren zu essen!

Projekt UMBESA Nachhaltiger Speiseplan

Zurück zum Sonntagsbraten?

DAS LIEBSTE FLEISCH DER ÖSTERREICHERINNEN IST DAS SCHWEINEFLEISCH!

Von insgesamt 99 kg Pro-Kopf-Verbrauch/Jahr (inkl. Knochen und nicht verzehrbare Teile) werden 56 kg Schweinefleisch verzehrt. Es folgt das Geflügelfleisch mit

21 kg. An dritter Stelle steht Rind- und Kalbfleisch mit 18 kg. Der Rest von 4 kg verteilt sich auf Innereien, Schaf und Ziege, Pferd sowie sonstiges Fleisch (Daten aus 2011).



Foto: Lebensministerium

Greifen Sie vermehrt zu Gemüse!



Foto: Lebensministerium

2 x pro Woche Fleisch und Fisch!

Über Fertigprodukte konsumieren wir ÖsterreicherInnen zusätzlich Fleisch und Fleischprodukte. Gerade in verarbeiteten Produkten wie zum Beispiel in Tortellini mit Fleischfüllung oder Fer-

tigsugo findet sich dabei oft Fleisch von minderer Qualität! Die Herkunft der Tiere ist in solchen Produkten oft nicht bekannt und bis heute auch nicht verpflichtend anzugeben!

WIE VIEL FLEISCH IST NOCH GESUND?

	SOLL	IST
Durchschnittlicher Pro-Kopf-Verbrauch/Jahr	23,4 kg	65 kg*
Durchschnittlicher Fleischverzehr pro Woche	450 g	1,3 kg

* ohne Knochen und nicht verzehrbare Teile

Quelle: Global 2000 (2012): Fleischatlas Österreich—Zurück zum Sonntagsbraten.

Impressum:
Ressourcen Management
Agentur (RMA)
Argentinierstraße 48/2,
Stock:
1040 Wien
Tel.: +43 (1) 9132252.0
Email: office@rma.at

Autoren:
Daxbeck H., Braunels L.,
Ehrlinger D., Lixla R.

6 gute Gründe weniger Fleisch zu essen!

1. Fleischkonsum in Maßen fördert Ihre Gesundheit!

Studien zeigen, dass Menschen mit geringem Fleischkonsum seltener an Übergewicht, Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Krebs leiden. Zudem fallen ihre Choles-

terinwerte in der Regel günstiger aus als bei Menschen, die viel Fleisch essen. Grund ist die niedrigere Zufuhr ungünstiger Inhaltsstoffe wie gesättigte Fettsäuren, Cholesterin und Natrium.

2. Die Tierhaltung ist weltweit für 18 % aller vom Menschen verursachten Treibhausgasemissionen verantwortlich.

Zu den Treibhausgasemissionen zählen CO₂ (Kohlendioxid), CH₄ (Methan), N₂O (Lachgas), FKW (Fluorkohlenwasserstoffe) und SF₆ (Schwefelhexafluorid).

Die drei CO₂-Hauptquellen sind:

- Landnutzungsänderungen,
- die Erzeugung und Aufbringung von Düngemitteln sowie

- die mikrobielle Verdauung von Wiederkäuern.

Durch eine Reduktion des Fleischkonsums könnten der Klimawandel entscheidend begrenzt und die durch ihn verursachten Kosten um weltweit 20 Milliarden US-Dollar verringert werden.

3. Die Erzeugung von Fleisch und Fleischprodukten ist enorm wasserintensiv.

Am stärksten wird unser Wasserbedarf nicht durch Kochen oder Waschen, sondern indirekt über unsere Ernährung bestimmt. Tierische Produkte sind dabei deutlich ressourcenintensiver als die Erzeugung von pflanzlicher Nahrung. Im globalen Durchschnitt ist

für die Produktion von 1 kg Äpfel 700 Liter Wasser notwendig. Für 1 kg Rindfleisch beträgt der Wasserverbrauch hingegen 15.500 Liter. Vor allem die Art des Produktionssystems und die Zusammensetzung und die Herkunft des Futtermittels sind dabei entscheidend.

WUSSTEN SIE, DASS ...

... die angebotenen Fleischportionen durchschnittlich um 25% größer sind als ernährungsphysiologisch optimal?

Quellen:

<http://halbzeitvegetarier.de/fleischkonsum>
<http://www.green-monday.at/fleischkonsum.htm>



Foto: wiesbauer-gourmet.at

4. Tierhaltung und Fleischerzeugung tragen stark zur Umweltverschmutzung und -zerstörung bei.

Täglich werden riesige Flächen von Urwäldern zur Gewinnung von Weideflächen und für Anbauflächen von Futtermitteln zerstört. Unzählige artenreiche Landschaften haben

schon der Viehwirtschaft und Monokulturen weichen müssen. Insgesamt 80 % des Regenwaldverlustes im Amazonasgebiet gehen auf das Konto der Tierhaltung.

5. Im Schnitt ist ein Aufwand von sieben pflanzlichen Kalorien notwendig, um eine tierische Kalorie zu erzeugen.

Um 1 kg Rindfleisch zu gewinnen, werden 10 kg Getreide benötigt. Zur Zeit werden weltweit deshalb 30 bis 50 % der gesamten Getreide- und 90 % der Sojaernte an Tiere

verfüttert. 100 Millionen Menschen könnten zusätzlich ernährt werden, wenn die Industrieländer ihren Fleischverbrauch um nur 10 % reduzieren würden.

6. Um die enormen Mengen billigen Fleisches zu liefern, die wir derzeit konsumieren, ist Massentierhaltung zwangsläufig eine Notwendigkeit.

Die Massentierhaltung strebt danach, eine maximale Menge an Fleisch so schnell und billig wie möglich bei möglichst minimaler Platzanforderung zu produzieren. Da Beengtheit die wesentliche

Grundlage für Erkrankungen bietet, werden die Tiere mit Antibiotika gefüttert. Ausnahme besteht in der biologischen Tierhaltung, in der geregelt ist, dass dem Futter keine Antibiotika zugefügt werden dürfen.

FLEISCH IN GROSSKÜCHEN

Fleisch- und Wurstwaren sind für die Höhe der CO₂-Emissionen von Großküchen hauptverantwortlich.

Bei einem durchschnittlichen **Fleischeinsatz von 11%** ist diese Warengruppe zu **69% der CO₂-Emissionen** aus den eingesetzten Lebensmitteln verantwortlich.

TIPP: Fleisch nachhaltig einkaufen!

Die Marktcheck-Produktdatenbank von Greenpeace:

Überprüfen Sie, wie gut Ihre Lieblingsprodukte im Bereich „Essen“ in ökologischer sowie sozialer Sicht und im Tierschutz abschneiden!

Unter: <http://www.greenpeace.org/austria/de/marktcheck/>